

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HAREKET VE ANTRENMAN ANABİLİM DALI

**LGBTİ BİREYLERİN SERBEST ZAMAN EGZERSİZ
DÜZEYLERİ, SERBEST ZAMAN ENGELLERİ VE
MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ**

Pelin ÖZTAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

2019-ANTALYA

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HAREKET VE ANTRENMAN ANABİLİM DALI

**LGBTİ BİREYLERİN SERBEST ZAMAN EGZERSİZ
DÜZEYLERİ, SERBEST ZAMAN ENGELLERİ VE
MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ**

Pelin ÖZTAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN

Doç. Dr. Tennur YERLİSU LAPA

“Kaynakça gösterilerek tezimden yararlanılabilir”

2019-ANTALYA

Sağlık Bilimleri Enstitüsü M¼d¼rl¼ę¼ne;

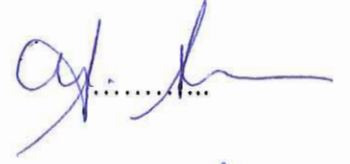
Bu alışma j¼rimiz tarafından Hareket ve Antrenman Anabilim Dalı, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Programında Y¼ksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir 19/06/2019

Tez Danışmanı : Doç. Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Akdeniz ¼niversitesi

İmza



¼ye : Prof. Dr. Abdurrahman AKTOP
Akdeniz ¼niversitesi



¼ye : Dr. Öğr. Üye. Ahmet şAHİN
Mehmet Akif Ersoy ¼niversitesi



Bu tez, Enstit¼ Y¼netim Kurulunca belirlenen yukarıdaki j¼ri ¼yeleri tarafından uygun g¼r¼lm¼ř ve Enstit¼ Y¼netim Kurulu'nun/...../..... tarih ve/..... sayılı kararıyla kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Narin DERİN

Enstit¼ M¼d¼r¼

ETİK BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı beyan ederim.

Öğrencinin

Pelin ÖZTAN

İmza

Tez Danışmanı

Doç.Dr.Tennur YERLİSU LAPA

İmza

TEŞEKKÜR

Tez çalıőmamda değerli bilgilerini ve yardımını benden esirgemeyen değerli tez danıőmanım Sayın Doç. Dr. Tennur YERLİSU LAPA' ya sonsuz saygılarımı sunarım.

Tez çalıőmamda değerli bilgileri ve ilgisiyle, sabır ve anlayıőıyla bana destek olan Sayın Doç. Dr. Gőney ÇETİNKAYA' ya teőekkőrlerimi sunarım.

Ayrıca araőtırmamın veri toplama aşamasında bana destek veren, beni yőreklendiren değerli arkadaőlarım iğdem TEKİN, Gőnöl DOğAN, Beril BARLAS, Begőm UÇAK, Bőőra SAYGIN ve Ali TANYER' e en derin sevgilerimi ve teőekkőrlerimi sunarım.

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı, Türkiye’de yaşayan LGBTİ bireylerin serbest zaman egzersiz düzeylerini, serbest zaman engellerini ve motivasyonlarını bazı demografik değişkenlere göre belirlemek ve incelemektir.

Yöntem: Çalışmanın yöntemi amacına göre tanımlayıcı, yapılaş zamanına göre kesitsel, veri toplama yöntemine göre anket çalışmasıdır. Araştırma tarama modeliyle tasarlanmıştır. Çalışmanın örneklemini, kartoplu örnekleme seçilmiş kendini lezbiyen, gay, biseksüel, transseksüel veya interseksüel olarak tanımlayan 75 kişi meydana getirmektedir. Çalışmada veri toplamak için, Serbest Zaman Egzersiz Düzeyleri, Serbest Zaman Engelleri ve Serbest Zaman Motivasyonları ölçekleri kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcılar, çoğunlukla 18-25 yaş aralığında, eğitim seviyesi yüksek, sosyo-ekonomik durumu ve serbest zaman etkinliklerine katılım düzeyi orta düzeydedir. Katılımcıların çoğunluğunun cinsel yönelimleri bilinmekte ve araştırmaya katılan grup çoğunlukla lezbiyen ve gay erkeklerden meydana gelmektedir. Ayrıca, demografik özellikler ile serbest zaman motivasyonları ve engelleri arasında çeşitli anlamlı farklılıklar bulgulanmıştır.

Sonuç: Katılımcıların bulgulanmış önplana çıkan serbest zaman motivasyonları bilmek, özdeşim, uyarılmak ve başarmak alt boyutlarında en düşük ortalama puana sahip alt boyut motivasyonsuzluktur. Katılımcıların algıladıkları serbest zaman engel düzeyleri sonuçlarına göre ise, ilgi eksikliği, zaman, arkadaş eksikliği, birey psikolojisi ve tesis alt boyutlarının en yüksek ortalama puanlara sahip engel boyutları olduğu görülürken, en düşük ortalama puana sahip alt boyut bilgi eksikliğidir. Ayrıca, katılımcıların çeşitli serbest zaman motivasyonu ve engelleri alt boyutları ile demografik değişkenler arasında anlamlı farklılıklar vardır. Buna göre LGBTİ bireylerin serbest zaman motivasyonlarını yaş ve serbest zaman etkinliğine katılım düzeyleri etkilerken, serbest zaman engellerini sadece serbest zaman egzersiz düzeyi etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler: LGBTİ bireyler, serbest zaman motivasyonu, serbest zaman engelleri

ABSTRACT

Objective: The purpose of this study, to determine and examine the leisure time exercise levels, leisure time motivation, and constraints of LGBTI individuals living in Turkey, according to some demographic variables.

Method: The study is a descriptive study and the survey method was use for data collection. The research was designed with a screening model. The sample of the study consists of 75 people who identified themselves as lesbian, gay, bisexual, transgender, or intersexual chosen by the snowball sampling method. In order to collect data, Leisure Time Exercise Questionnaire (LTEQ), Leisure Time Constraints Questionnaire (LTCQ) and Leisure Time Motivations Questionnaire (LTMQ) were used.

Results: Participants, mostly in the 18-25 age range, with a high level of education, socio-economic status and participation in leisure time activities are at the medium level. The sexual orientation of the majority of the participants is known and the group involved mostly consists of lesbian and gay men. In addition, several significant differences have been found between demographic characteristics and leisure time motivations and barriers.

Conclusion: In sub-motivativation factors that “To know”, “Introjection” and “To achive” were determined that the highest motivational scores of the participants. on the other hand, amotivation factors was the lowest one. According to the results of the leisure time constraints levels of participants, the sub-dimensions that “facility” and “psychology” are the highest average scores in the leisure time constraints, while the lowest average score is the lack of interest. In addition, there are some significant differences between participants' leisure time motivation, leisure time constraints, and demographic variables. According to this, leisure time motivation effects from participant's age and leisure time activities, while leisure time constraints only effect from leisure time exercise level.

Key words: LGBTI, leisure time motivation, leisure time constraints

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
ABSTRACT	ii
İÇİNDEKİLER	iii
TABLolar DİZİNİ	iv
ŞEKİLLER DİZİNİ	
SİMGELER ve KISALTMALAR	
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	
2.1. Serbest Zaman Kavramı	3
2.2. Serbest Zaman Motivasyonu ve Serbest Zaman Engelleri	5
2.2.1. Serbest Zaman Motivasyonu	5
2.2.2. Serbest Zaman Engelleri	13
2.3. Cinsiyet Kavramı	17
2.3.1. LGBTİ Kavramı	19
2.3.2. Serbest zaman ve LGBTİ	23
3. GEREÇ ve YÖNTEM	27
3.1. Araştırmanın Amacı	27
3.2. Araştırmanın Modeli	27
3.3. Araştırmanın Evren ve Örnekleme	27
3.4. Veri Toplama Araçları	28
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu	28
3.4.2. Serbest Zaman Egzersiz Anketi	28
3.4.3. Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği	29
3.4.4. Serbest Zaman Engelleri Ölçeği	29
3.5. Verilerin Analizi	30

4. BULGULAR	31
5. TARTIŞMA	43
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	47
KAYNAKLAR	49
EKLER	
Ek-1. Anket Formu	
ÖZGEÇMİŞ	60

TABLolar DİZİNİ

Tablo 3.1.	Demografik Özellikler	28
Tablo 4.1.	Katılımcıların Fiziksel Aktivite Durumlarına Göre Dağılımı	31
Tablo 4.2.	Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyon Düzeyleri	31
Tablo 4.3.	Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri	31
Tablo 4.4.	Serbest Zaman Engelleri ile Serbest Zaman Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Spearman Korelasyon Analizi Sonuçları	33
Tablo 4.5.	Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyonlarının Yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar	35
Tablo 4.6.	Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyonlarının Eğitim Seviyesi gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar	36
Tablo 4.7.	Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyonlarının Sosyo-Ekonomik Durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar	37
Tablo 4.8.	Katılımcıların Cinsel Yönelimlerinin bilinirliği Değişkenine Göre Serbest Zaman Motivasyon Alt Boyut Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları	37
Tablo 4.9.	Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyonlarının Serbest Zaman Egzersiz Düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar	38
Tablo 4.10.	Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri ile Yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar	48

- Tablo 4.11.** Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri ile Eğitim Seviyelerine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar 39
- Tablo 4.12.** Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri ile Sosyo-Ekonomik Durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar 40
- Tablo 4.13.** Katılımcıların Cinsel Yönelimlerinin bilinirliği Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelleri Alt Boyut Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları 41
- Tablo 4.14.** Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri ile Serbest Zaman Egzersiz Düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar 42

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 2.1.	Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi	9
Şekil 2.2.	Serbest zaman engelleri hiyerarşik modeli	15
Şekil 2.3.	Cinsiyet Kavramı	18

SİMGELER ve KISALTMALAR

Akt.	: Aktaran
Ark.	: Arkadaşları
BMO	: Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği
LGBTİ	: Lezbiyen, Gay, Biseksüel, Transeksüel, İnterseks
SBZE	: Serbest Zaman Engelleri Ölçeği

1. GİRİŞ

İnsanların en temel hakları arasında görülen serbest zaman kavramı, toplumun her tabakası için önemli bir ihtiyaçtır. Bu ihtiyacın etkin bir biçimde kullanılması hem bireysel hemde toplumsal anlamda katkı sağlamaktadır. Bu çerçevede günümüzde modern toplum yapısının ayrılmaz bir parçası olan rekreasyon kavramı, uzun zamandır araştırma konusudur. Serbest zamanın değerlendirilmesi, gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde önemli bir konu haline gelmiştir. Karaküçük (2005), serbest zamanı iki ucu da keskin bir kılıca benzeterek, olumlu kullanılması halinde bireyin ve toplumun gelişmesine katkı sağlayacağını, olumsuz kullanılması halinde ise bireyde kötü ruh hali yaratacağını savunmuştur.

Serbest zaman faaliyetleri bireylerin toplumla bütünleşmesi açısından da etkilidir. Topluma ekonomik ve sosyal yönden katkıda bulunmak için, bireylerin kültürel yönden zenginleşmesi, sosyal ve psikolojik olarak gelişmesiyle mümkün olacaktır (Erkal, 1992).

Motivasyon kavramı serbest zaman literatüründe sıkça karşımıza çıkmaktadır. Motivasyon, istekleri, arzuları, gereksinimleri, dürtüleri (açlık, susuzluk, cinsellik gibi) ve ilgileri içeren bir kavram olduğundan insanları belirli durumlarda belirli davranışa yönlüten etkenlerin tümüdür (Güney, 2000). Carroll ve Alexandris rekreasyonel etkinliklere katılıma yönelik engeller ile içsel ve dışsal motivasyon kavramlarını ilişkilendiren bir çalışma gerçekleştirmiştir. İlgili çalışma sonucunda, engellerin aşılmasında bireylerin motivasyonlarının çok önemli bir faktör olduğu raporlanarak, bireylerin motivasyon düzeylerinin artırılmasıyla motivasyonsuzluk durumunun ortadan kaldırılabileceği sonucu ortaya sürülmüştür. Bu çalışmaların ışığında motivasyon kavramının önemi bir kez daha karşımıza çıkmaktadır.

Bireylerin serbest zaman faaliyetlerinin kendileri için tüm bu olumlu etkilerine rağmen bazı engellerden ötürü katılmadıkları görülmektedir, bu da karşımıza serbest zaman engelleri konusunu çıkarmaktadır. Serbest zaman engellerine yönelik araştırmalar özellikle son 10-15 yıllık süreçte giderek artış göstermiş ve serbest zaman literatüründe kendine yer edinmiştir. “Engel” sözcüğü genel anlamda, bir şeyin gerçekleşmesini

önleyen sebep biçimde tanımlanan bir kavram olup (<http://sozluk.gov.tr/>), serbest zaman literatüründe ise biretlerin serbest zaman etkinliklerine katılımına karşı olumsuz bir tutum sergilemesinden olarak kullanılmaktadır (Çelik, 2011). Jackson (1990) yaptığı çalışmasında, bu engellerin hem serbest zaman etkinliklerine katılımı hem de bu etkinliklere katılmamayı etkilediğini vurgulamaktadır. Yazar, bu iki farklı durumun pek çok davranışsal dayandırmalardan kaynaklandığını ifade etmektedir. Bu çıktıları daha çok, bireyin sınırlarla mücadele etme yeterliği, onlarla baş edebilmek için stratejisinin olup olmaması belirlemektedir.

Serbest zaman engelleri üzerinde etkili olan cinsiyet kavramı, son yıllarda merak konusu haline gelmiştir. Literatürde dezavantajlı bireylerle ilgili yapılmış birçok çalışma bulunmasına rağmen, LGBTİ bireylerle ilgili çalışmaların sınırlı olduğu göze çarpmaktadır. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı, Türkiye’de yaşayan LGBTİ bireylerin serbest zaman egzersiz düzeylerini, serbest zaman engellerini ve motivasyonlarını bazı demografik değişkenlere göre belirlemek ve incelemektir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Serbest Zaman Kavramı

Zaman insan için en önemli ve geri kazanılması imkansız olan bir kaynaktır. Birey zamanını etkili planlarsa kendine ayırdığı serbest zaman da artmaktadır. Günümüzde gelişen teknoloji sayesinde de birey serbest zaman etkinliklerine yönelmektedir. Serbest zaman kişisel gelişim ve psikolojik iyi olma hali için önemli bir zaman dilimidir. Özellikle iş yaşamı gibi zorunluluk içeren zaman dilimlerinin artması serbest zaman kavramının daha çok tartışılmasına neden olmuştur. Veal (1992) göre, sistemin bir ürünü olarak serbest zamanını anlamlı bir şekilde değerlendiren birey, üretkenliğiyle toplumda yerini alır.

Sanayileşme ile birlikte insan gücünün yerini makinelerin almasıyla birlikte, gün yeniden kurgulanmıştır. Bu kurgu içerisinde iş hayatı için ayrılan süre sekiz saate, haftalık toplam süre ise kırk saate inmiştir. Bireyin iş hayatı ile ilgili yapılan tüm bu düzenlemeler sonucunda, bireylerin kendilerine ait zaman dilimlerinde pozitif bir artış meydana gelmiştir. Teknolojinin ilerlemesiyle birlikte artan serbest zaman; psikolojik, ekonomik ve kültürel bazı problemleri de beraberinde getirmiştir. Serbest zaman bu anlamda bireyin yaşamındaki biyolojik ve sosyolojik olguları devam ettirebilmek amacıyla kar elde ettiği zaman dışındaki süredir. (Mirzeoğlu, 2003).

Serbest zaman kavramında birçok farklı yorumlamaya gidildiği görülmektedir.

İngilizce karşılığı “leisure” kelimesi olan serbest zaman kavramı; Fransızcada boş zaman anlamına gelen “loisir” kelimesi, yine İngilizcede “izin vermek” anlamına gelen “license” ve “özgürlük” anlamına gelen “liberty” kelimeleri ve Latincedeki “licere” kelimesinden gelmektedir (Jenkins ve Pigram, 2003).

Bu kavram, ilgili akademik yazında bir çok araştırmacı tarafından farklı yaklaşımlarla tanımlanmıştır. Örneğin; Tezcan (1993) serbest zamanı, bireyin tüm zorunluluklardan arındığı, özgürce seçtiği bir etkinlikle yer aldığı zaman dilimi olarak tanımlar. Bir başka tanımda ise, bireylerin memnuniyetini ve kişisel doyumunu artıran, kendi isteğiyle seçtiği ve bundan hoşnut olan, bireylerin özel alanı, bireylerin istedikleri gibi

kullanabildikleri zaman dilimi, bireyin yaşamak için uğraştığı zorunlu ihtiyaçların dışında kendi zevk ve isteklerine göre ayırdığı zaman dilimidir. (Özdemir ve ark., 2006). Özşaker (2012) ise serbest zamanı, kişisel doyumu artırarak kişiyi memnun eden, yaratıcılığı artıran, kişiyi dinlendiren ve rahatlatan, kişiye bilgi veren, kişisel zevklerinde doyuma ulaştıran bir olgu olarak ifade etmektedir.

Ayrıca, serbest zaman modern insanın en temel haklarından biri olarak kabul edilmektedir. Bu hak, Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Komisyonu tarafından hazırlanmış (1948) İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi'nin 24.maddesi ile koruma altına alınmıştır. Bu madde, her bireyin dinlenme ve serbest zaman hakkına sahip olduğunu belirtmektedir (Tekin, 2009).

Bu faaliyetlere katılım bireylerin yaşam kalitesini yükselten ve yine bireylerin hayatına anlam katan faaliyetler olarak görülmektedir. Bu çerçevede, dünyanın dört bir yanında bireyler, fiziksel, ruhsal ve toplumsal yararları için serbest zaman faaliyetlerine katılmaktadırlar (Sevil ve ark.,2012; Çoruh ve Karaküçük, 2014).

Avusturalya Sağlık Konseyine göre (1980), gönüllülük esasına dayanan optimist (iyimser) düşünce halinde olma durumu olarak tanımlamıştır. Bu çerçevede, birey etkinlik içinde olabilir de, olmayabilir de. Bununla birlikte serbest zaman kavramının ana noktası, bireyi üretime destekleyen ve kişileri huzurlu bir şekilde birarada tutan dış etmenlerin birbiriyle olan tutumudur. Dumazedier (1960) tarafından yapılan bir başka tanımda ise serbest zaman, çevredeki kişilerle olan bağlarının dışında kalan, kendi zevklerine yaptığı bir etkinlik, kişiyi rahatlatan ve eğlendiren, yaratıcılığını geliştirmek için özgürce katıldığı egzersiz olarak tanımlamıştır. (Akt. Veal, 1992).

Serbest zaman, yeme-içme, uyuma ve cinsellik gibi temel fizyolojik ihtiyaçlar, aile ve iş hayatında yapılması zorunlu olan işlerden arta kalan, kişinin gönüllülük esasına dayanarak grupla veya yalnız yaptığı faaliyetlerdir (Arslan, 1996).

Serbest zaman genellikle zorunlu olan, çalışma dışı zaman olarak kullanılsa da, bir görüşe göre çalışma zamanının aksi kabul edilmektedir. (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

Rekreasyon kavramı ise, genel olarak bireylerin serbest zamanlarında katıldığı etkinlikler olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram, terminolojik köken olarak Latincede yenilenme anlamına gelen “recreate” kelimesinden türemektedir. Bu kavramın, dilimizdeki karşılığı ise çoğunlukla serbest zamanları veya boş zamanları değerlendirme olarak tanımlanmaktadır. Bu yapı genel olarak, bireylerin ya da sosyal kümelerin serbest zamanlarında tamamen gönüllü olarak yaptıkları dinlendiren ve eğlendiren aktiviteler anlamına gelmektedir (Suiçmez, 2000). Bir başka tanımlamaya göre rekreasyon, kişinin çevresine olan görevlerini tamamladıktan sonra, özgürce seçtiği eğlence, dinlence ve yenilenme sürecine katılması şeklinde tanımlanmıştır (Gökmen, 1985).

Rekreasyon kavramı, günümüzde modern toplumların en önemli yapı taşlarından biridir ve gün geçtikçe büyüyüp gelişmektedir. Bu etkinliklere katılımın fizyolojik, sosyal, ekonomik ve çevresel etkileri olduğu bilinmektedir. Fakat, bu etkilerin temelinde katılımcılar için serbest zamandan keyif almak amaçlanmaktadır. Bu amaçla, geçtiğimiz yüzyılda bölgesel parklar, eğlence merkezleri, sinemalar ve gösteri sporlarındaki yenilikler, insanların serbest zamanlarını daha verimli şekilde değerlendirmeleri için bir olanak olmuştur. Günümüzde ise, teknolojik gelişim birçok serbest zaman faaliyetlerinde çığır açmıştır (Güngörmüş, 2007).

2.2. Serbest Zaman Motivasyonu ve Serbest Zaman Engelleri

Bu bölümde serbest zaman motivasyonları ve serbest zaman engelleri hakkında ilgili literatürde yer alan temel bilgilere yer verilmiştir. Serbest zaman motivasyonları ve serbest zaman engellerinin ne anlama geldiği ve ne ifade ettiği hakkında bilgiler sunulmuştur.

2.2.1. Serbest Zaman Motivasyonu

Motivasyon

Serbest zaman motivasyonu kavramının anlaşılabilmesi için öncelikle motivasyon kavramının ve bu kavrama yönelik alt kavramların bilinmesi gerekir. Bu nedenle yapılan çalışmanın bu bölümünde “motivasyon” kavramına yer verilmiştir. Köken olarak, Latince “Movere” sözcüğünden gelen “motivasyon” kavramı, İngilizce “motivation” kelimesinden, Türkçe’ye “motivasyon” olarak geçmiştir ve “hareket etmek” anlamına

gelmektedir. Motivasyon, kişilerin temel ihtiyaçlarını içermenin yanı sıra, onların arzularını ve dürtülerini, gereksinimlerini ve ilgilerini içeren bir kavram olduğundan kişileri bazı davranışlara iten etkenlerdir (Güney, 2000). Başka bir tanımla, motivasyon, insanları davranışa sevk eden, davranışlarını yönlendiren ve bunu devamlı hale gelmesini sağlayan nedenleri ve bu sebeplerin nasıl işlediğini kapsar (Arkonaç, 1998). Bir başka tanımda ise, Vromm (1964), motivasyon kelimesini; bireyleri aktifleştiren ve hareketlerini belirleyen, arzu ve ihtiyaçları olarak tanımlamıştır (Kim ve ark, 2011).

Genellikle güdülenme ile organizmada genel bir etkinlik artışı söz konusudur. Canlı varlık ya hoşlandığı bir nesneye yönelir, ya da kendisi için zararlı bir nesne veya durumdan kaçma eğilimi gösterir. Kişileri bir işi yapmaya iten motivasyonlardan en önemlisi, kişinin bunun içinden gelmesidir. Bir başka açıdan güdülenme, bireyin hareketlerini sıraya koyan, insan organizmasından kaynaklanan dürtülere (Koç, 1994).

Motivasyon insanların amaçlanan hedefe yönelik başarılı olmalarına, kişisel tatmine ulaşmalarına yardımcı olmaktadır (Coleman ve Barries, 2000). Motivasyonun içsel-dışsal ve güdülenmeme (motivasyonsuzluk) olarak farklı boyutları bulunmaktadır (Deci ve Ryan, 1985)

Bireyin istemli davranmasında, içsel ve dışsal motivasyonlar etkili olmaktadır.

İçsel motivasyon, bireyin katıldığı etkinliklerden aldığı anlık doyumla ilgilidir ve belirli davranışları yapmamızı sağlayan içsel güçtür (Deci ve Ryan, 1985).

Kişinin içsel motivasyondan kazanım sağladığı ödül; kişisel mutluluk ve beklentileri doğrultusunda elde edilen tatmindir. Beceri, kararlılık, uğraş, memnun olma ve yapılan işten haz elde etme gibi unsurlar içsel motivasyonun oluşmasında önem taşımaktadır (Plotnik ve Kouyoumdjian, 2011).

İçsel motivasyonda, kişiler içlerinden gelen bir merak ve hazla harekete geçerken, dışsal motivasyonda, kişiler kendilerine yarar sağlayacak somut çıktılar elde etmek için harekete geçerler (Engin, 2004).

Reiss (2012), içsel motivasyonu, kişinin kendisi için bir şeyler yaparak, merak duygusu, oyun oynama isteği ve yeteneklerinin farkına varma gibi unsurlarda gelişim göstermesiyle tatmin olacağını ifade etmektedir.

Dışsal motivasyon ise, içsel motivasyonun aksine, dışsal ödüllerle sağlanır. Dışsal motivasyonda bir görev, amacının dışında birşey elde etmek için gerçekleştiriliyordur (Murphy ve Alexander, 2000).

Konunun daha iyi anlaşılabilmesi için içsel ve dışsal motivasyon kavramlarına örnek vermek gerekirse; başarılı olduğu için herhangi bir sporcuyu izleyenlerin alkışlamasının içsel, yine başarılı olduğu için aynı sporcuya maddi ödül verilmesinin yani dışsal motivasyon olduğu söylenebilir (Doğan, 2005).

Dışsal motivasyonda, bireye vereceği haz, mutluluk ve kişisel tatmin ön plandayken, içsel motivasyonda kişiyi teşvik edici maddi unsurlar söz konusudur.

Motivasyon kavramının zitti motivasyonsuzluk (amotivation) kavramıdır. Bu kavram, kişinin isteksiz olduğu durumlarda ortaya çıkan bir durumdur. Birey içsel veya dışsal motivasyona sahip değildir. Böylece birey kendini yetersiz hissettiği için tatminsizlik yaşar.

Motivasyon ve Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi:

Motivasyon kavramı açıklanırken, ortaya sürülen ve en bilindik olan kuram, Abraham Maslow tarafından oluşturulan İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramıdır.

Bu kuramda temel konu, bireylerin motivasyonunun dış faktörlerden değil de, daha çok iç faktörlerin etkili olduğudur. Bir hiyerarşi içinde gruplandırılan içten gelen ihtiyaçların en alt basamağını zorunlu ihtiyaçlar oluşturmaktadır. Kişinin üzerinde etkili olan ödül ve ceza değil, içten gelen ihtiyaçlardır. Bu kuramda bazı ihtiyaçlar doğuştan gelen ve karşılanması zorunlu olan temel ihtiyaçlar olarak açıklanırken, bazı ihtiyaçlar ise daha üst basamakta yer alır.

Maslow, kuramını açıklarken insanların ihtiyaçlarının bir bitiş noktası olmadığını ve her karşıladığı ihtiyacın yeni ihtiyaçlar doğuracağını savunmuştur. Kişiler ihtiyaçlarını ne

kadar gidermeye çalışsa da tamamen memnun olamaz. Bu memnun olmama durumu, kişileri güdüler ve yeni bir ihtiyacı karşılamaya iter. İhtiyaçlar giderildikten sonra motivasyon söner ve davranışları etkilemeyi bırakır (Maslow, 1943).

Örneğin; Kadınlar artık güzel olma adına yaptıkları tüketimler yetersiz kalmakta, daha fazlası için estetik operasyonlara başvurmaktadır. Çünkü günümüz modern yaşamında kadının bedeni ve yüzü toplum içerisinde bir vitrin olma niteliği taşımaktadır.

Maslow'un bir hiyerarşik düzen içerisinde ifade ettiği bu yapı katı kurallara dayalı değildir, esnek bir yapıdır. Örneklendirecek olursak, bazı insanlar için takdir edilme ve saygı ihtiyacı diğer gereksinimlerden daha önemliken, doğuştan gelen yaratıcı yeteneğe sahip olan bir insan için bu yetenek, temel fizyolojik ihtiyaçlar da dahil olmak üzere tüm diğer ihtiyaçlardan daha fazla öneme sahip olabilmektedir. Kişi işsiz kalmışsa, o kişinin ihtiyacı en temel basamak olan yemek yeme ihtiyacına kadar düşebilir (Maslow, 1943).

Maslow'un hiyerarşisi, alt düzeydeki ihtiyacı karşılamadan üst düzeydeki ihtiyacı karşılamamanın yersiz olması fikrine dayanmaktadır. Kurama göre bir alt basamaktaki ihtiyaç giderilmeden bir üst basamağa geçmeye çalışmak, kişisel gelişimi sekteye uğratar. İhtiyaçlara ait hiyerarşi basamaklarla ifade edilmektedir.



Şekil 2.1. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi beş (5) ana kategoriden oluşmaktadır:

Fizyolojik İhtiyaçlar: temel gereksinimler olan açlık, susuzluk, boşaltım, cinsiyet ve buna benzer temel fizyolojik ihtiyaçlardır.

En önemli ihtiyaç zorunlu olan fizyolojik ihtiyaçlardır. Birey fizyolojik ihtiyacını giderememişse bir üst basamağa geçme ihtimali yoktur, çünkü açlık ve susuzluk çeken bir kişi öncelikle bu ihtiyacını gidermek isteyecektir.

Güvenlik İhtiyacı: Kendini dışarıdan gelebilecek tehlikelerden koruma ve barınma

Bu ihtiyaç barınma, korunma, güvenlik, kurallara uyma gibi gereksinimlere dayanmaktadır. Bu ihtiyacını karşılayan bireyin korku ve kaygısı azalacaktır. İlk insandan beri insan kendini tehlikelere karşı korumaya çalışır ve kendine ait olanı

korumak isteyen bir güdüyle yaşamaktadır. Aynı güdü, insan ilişkilerini korumayı da kapsamaktadır.

Sosyal İhtiyaçlar: Ait olma, sevgi, kabul görme, takdir edilme, sosyal yaşam vb.

İnsan sosyal bir varlıktır ve tek başına yaşayamaz. Yaşamak için diğerlerinin varlığına ve başkaları tarafından kabul görmeye ihtiyaç duyarlar. Arkadaşlık, sevmeye-sevilme, aile kurma, sosyal ortamda varlığını sürdürme gibi sosyal ihtiyaçlar insanlar için önemlidir. Eğer bireyler sosyalleşemezlerse, ait olma duygusu olmadığı için yalnız ve terkedilmiş hissedecektir.

Saygınlık İhtiyacı: Statü, başarı, itibar, tanınma

Birey kendisine saygı duyduğu için, dışardakilerin de aynı şekilde kendisini saygın görmesini istemesi bakımından bu iki yönlü bir ihtiyaçtır. Bu ihtiyacın karşılanması, kendine güvenin gelişmesine katkıda bulunur.

Kendini Gerçekleştirme: Gelişim, bir işi başarıyla tamamlama, bilge kişilik

Kendini gerçekleştirme, Maslow'un kuramının en üst basamağını oluşturmaktadır. Bu basamakta her birey, kendine ait yeteneklerini, kendine ait özelliklerini geliştirme ve kanıtlama ihtiyacı hissetmektedir. Ancak, bu ihtiyacın karşılanabilmesi için, daha önceki basamaklarda bulunan ihtiyaçların gerçekleştirilmiş olması gerekmektedir. Aksi durumda bireyin kendini gerçekleştirme pekte mümkün olarak görülmemektedir. Maslow (1970) ihtiyaçlar hiyerarşisinin en üst basamağında bulunan kendini gerçekleştirme ihtiyacını karşılamış olan bireylerin bilge kişilik özellikleri gösterdiğini ileri sürmektedir.

Hiyerarşik bir yapı olan Maslow'un kuramında bir ihtiyacın giderilmesi durumunda yeni bir ihtiyaç doğmaktadır. Bu yapıda, sürekli bir gerilim olduğu vurgulanarak, sistemin dengeye kavuşması olası olarak görülmemekte dahası bu durum kişi tarafından istenmemektedir. Maslow (1943), açlık, susuzluk gibi yoksunluk güdülerinin gerilimi azaltmaya yönelik olduğu belirtmektedir. Başka bir tanımla, bu ihtiyaçlar giderildiğinde kişi dengeyi kurabilmektedir. Bu yoksunluk güdülerinin aksine, bireyin içsel

potansiyelini ve kapasitesini geliştirme, başkalarını sahiplenmeden ve karşılık beklemeden sevme ve merak gibi güduları arttıran gelişme güdülerinin başarılması daha zordur. Genellikle de, bireye göre bu güdüler erişilemez hedeflerdir ve bu güdüler gerilimin azalmasına yol açmaz aksine, bireyin sürekli bir gerilime sahip olmasına yol açar.

Maslow'a (1943) göre, hiyerarşide daha yüksek bir seviyeye ulaşmak için %100 doyuma ulaşmak gerekmemektedir, örneğin saygı ihtiyacı %5 karşılanıyorsa, kendini gerçekleştirme ortaya çıkmamaktadır. Yine bu ihtiyaç %40 olarak doyuma ulaştığında kendini gerçekleştirme %10'a, %90 oranında doyuma ulaştığında ise, kendini gerçekleştirme oranı %40'a ulaşmaktadır. Yani bir basamağı tamamen karşılayıp ya da doyuma ulaştıran bir sonraki basamağa geçmek çok gerçekçi değildir.

Yukarıda bahsi geçen, 5 basamaklı yapının dışında, Maslow "Gereksinimler" ve Güzel duygular (estetik algısı) olarak tanımlanan iki tane daha ihtiyaç belirtmiştir. Ancak, kendini gerçekleştirme ihtiyacının, bahsi geçen ihtiyaçları kapsamı gerekçesiyle bu ihtiyaçlar ayrı ayrı incelenmemiştir (Onaran, 1981). Özellikle, teknolojinin gelişimi ile ortaya çıkan yaşam koşulları, Maslow'a İhtiyaçlar Hiyerarşisinin gözden geçirilmesine neden olmuştur. Örneğin, günümüzde bireylerin internet, akıllı telefonlar ve sosyal medya erişimi gibi teknolojiye dayalı ihtiyaçlarının varlığından söz edilmektedir.

Serbest Zaman Motivasyonu

Serbest zamanda gerçekleştirilen, rekreasyonel faaliyetler katılımcılarının yaşam kalitesini arttıran ve onların hayatına dokunan etkinlikler şeklinde tanımlanmaktadır. Bu çerçevede, dünyanın hemen hemen her yerinde farklı yapılarda olsa bile insanlar fiziksel, psikolojik ve toplumsal faydaları nedenleriyle rekreasyonel etkinliklere katılmaktadırlar (Sevil ve ark., 2012). Bu noktada, ilgili akademik çalışmaların da üzerinde sıklıkla durduğu konu bireylerin, bu etkinliklere neden katılıp katılmadığı ve bireyi katılıma nelerin teşvik ettiği. Bu çerçevede, bu soruya verilen yanıt 1970'li yıllardan itibaren özellikle serbest zaman motivasyonu kavramı ile açıklanmaya çalışılmıştır (Yerlisu Lapa ve ark., 2012).

Motivasyon kavramı; rekreasyon psikolojisi literatüründe sıklıkla kullanılmaktadır. Bireyler serbest zamanlarında, farklı nedenlerle, farklı alanlarda çeşitli etkinliklere katılmakta ve yaşam tatminlerini arttırmaktadırlar (Sato, Jordan ve Funk, 2014) Böylelikle bireyin davranışlarını etkileyen en büyük güç olan motivasyonun tanımlanması önem kazanmaktadır.

Carroll ve Alexandris (1997), -Maslow'un ağırlıkla içsel olarak tanımladığı- motivasyon kavramını bireyi davranışa iten güdüyü hem içsel hemde dışsal uyarıcılar olarak sınıflamaktadır. Bu sınıflama içerisinde, bireyi güdüleyerek motive etmesi, bireyin serbest zaman faaliyetlerinde bulunmasında veya serbest zaman engelleriyle baş etmesinde etkilidir. Ortaya sürülen tanımlamada, kişinin serbest zaman aktivitelerine katılmasında içsel faktörler, dışsal faktörlerden daha fazla rol oynamaktadır. Bu yapı içerisinde, içsel motivasyon düzeyi, serbest zaman algısını, serbest zaman faaliyetlerine katılmadaki kişinin sergilemiş olduğu duruş ve bu faaliyetlere katılmayı engelleyen faktörlerin belirlenmesi gibi etmenlerden etkilenir.

Carroll ve Alexandris (1997) rekreasyonel etkinliklere katılımına yönelik engeller ile içsel ve dışsal motivasyon kavramlarını ilişkilendiren bir çalışma gerçekleştirmiştir. İlgili çalışma sonucunda, engellerin aşılmasında bireylerin motivasyonlarının çok önemli olduğu raporlanarak, bireylerin motivasyon düzeylerinin artırılmasıyla motivasyonsuzluk durumunun ortadan kaldırılabilceği sonucu ortaya sürülmüştür. Buna ila ve olarak bireylerin motivasyon düzeylerinin artırılmasıyla, serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığının da artacağını öne sürülmüştür.

Iso-Aloha (1980), serbest zaman motivasyonunu açıklamak için, bir buzdağı modeli öne sürmektedir. Bu modele göre buzdağının en üstündeki faktörler; açık ve kolayca erişilen serbest zaman davranışı nedenlerini ortaya koyarken (bundan zevk alıyorum), tabanda yer alan faktörler ise gizli nedenleri göstermektedir (kalıtımla geçen özellikler, toplumsal etki, vb.) (Fawcett ve ark., 2009).

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” (Hong ve Giannakopoulos 1994).

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.

2.2.2. Serbest Zaman Engelleri

“Engel” kavramı serbest zaman literatüründe bireyin boş zamanlarında rekreasyonel etkinliklere katılımını engelleyen veya kısıtlayan ve birey tarafından karşılaşılan nedenleri ifade etmektedir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Bu kavram “insanların; serbest zaman aktivitelerine katılımı, serbest zaman servislerini kullanımı veya aktivitelerden keyif almalarını sınırlayan faktörler olarak” tanımlanmaktadır (Jackson ve Scott 1999).

Serbest zaman engelleri 1970’lerde çalışılmaya başlamış bir kavram olmakla birlikte 1980’lerde bu alana yönelik ilgi artış göstermiş, 1990’larda ise bu ilgi hızlı bir biçimde gelişim göstermiştir. İlgili kavram üzerine 1980’lerde yapılan çalışmalar engellerin serbest zaman katılımına etkisi üzerineyken, 1990larda serbest zaman engelleri teorisi ortaya çıkmaya başlamıştır. Bu dönemde “rekreasyona katılım bariyerleri” terminolojisi “serbest zaman engellerine” dönüşmüştür.

Jackson ve Scott (1999) bu dönemde; bariyer teriminin engellere, rekreasyon teriminin serbest zamana ve katılım teriminin katılımdan daha çok engellerin etkilerine dönüştüğünü vurgulamaktadır.

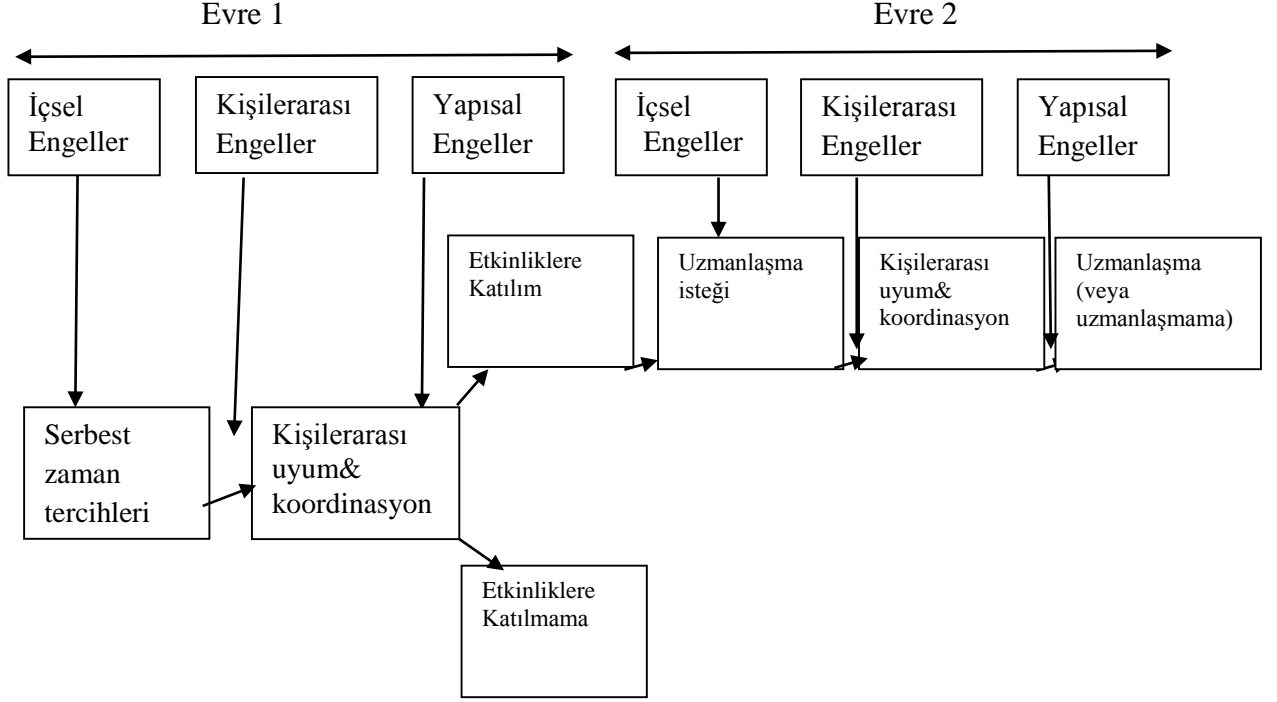
Serbest zaman engellerine yönelik araştırmalar özellikle son 10-15 yıllık süreçte giderek artış göstermiş ve serbest zaman literatüründe kendine yer edinmiştir. “Engel” sözcüğü genel anlamda, bir şeyin gerçekleşmesini önleyen sebep biçimde tanımlanan bir kavram olup (<http://sozluk.gov.tr/>), serbest zaman literatüründe ise bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımına karşı olumsuz bir tutum sergilemesinden olarak kullanılmaktadır (Çelik, 2011). Bu kavram, bireylerin serbest zaman aktivitelerine

katılmasını, katıldığı aktivitelerden memnuniyet duymasını ya da keyif almasını ve serbest zaman hizmetlerinden faydalanmasını etkileyen faktörler bütünü olarak tanımlanmıştır (Jenkins ve Pigram, 2003).

Crawford ve ark. (1991) boş zaman engellerini içsel, kişilerarası ve yapısal gibi üç boyutta incelemiş ve bu boyutlardan en etkili olanının içsel boyut olduğunu ve bireylerin karar verme aşamasında meydana geldiğini belirtmiştir. Bu modele göre “içsel engeller” rekreasyonel etkinliklere katılımı engelleyen veya kısıtlayan en önemli faktör iken “yapısal engeller” faktörü sıralamada en altta yer almaktadır (Gürbüz ve ark., 2010).

Alexandris ve Carroll (2003), engelleri içsel ve dışsal olarak ikiye ayırmıştır. Zaman ve para eksikliği, coğrafi mesafe, imkân olmaması gibi engeller dışsal engel sınıfına girmiştir. Kişisel kapasite, yetenek, bilgi ve ilgi alanları gibi sebepler ise içsel engeller olarak sıralanabilir. Çevresel engeller, kişiden kaynaklanmayan, kişinin kendi dışında gelişen ve müdahale edemediği engellerdir. Çevresel engellere örnek olarak gürültü, arkadaş eksikliği, zaman, para gibi örnekler verilebilir. Kişisel engeller ise bireyin kendisinden kaynaklanan engellerdir. Bu engellere örnek olarak, bilgi eksikliği, sosyal beceri, sağlık durumu gibi engeller gösterilebilir. Genel olarak kişisel engeller, sosyo-demografik faktörlerle, diğer engellerden daha iyi açıklanmıştır. Sosyo-demografik değişkenler arasında istihdam durumu, mali durum ve eğitim seviyesi gibi birkaç değişken daha kişisel engellerin önemine karar vermede önemli bulunurken, çevresel ve yapısal engellerin önemi için cinsiyetin kritik bir etken olduğu belirtilmiştir.

Jackson ve ark. (1993) kişinin deneyimlediği engelleri hiyerarşik bir düzende sıralamıştır. Onlara göre; iç faktörler davranışın en güçlü belirleyicileridir fakat dış faktörler daha az etkilidir. Yapısal engel kavramı, bir çevrede dış koşullardan kaynaklanan somut faktörlerdir. Bir diğer faktör olarak içsel engeller ise, serbest zaman tercihleriyle ilgili psikolojik özellikleri içerir. Serbest zaman aktivitelerine katılım düzeyi veya katılmama durumu, bu faktörlerin birbirleriyle olan ilişkisi sonucu oluşur.



Şekil 2.2. Serbest zaman engelleri hiyerarşik modeli (Crawford ve ark., 1991, s. 316).

Jackson (1990) yaptığı çalışmasında, bu engellerin hem serbest zaman etkinliklerine katılımı hem de bu etkinliklere katılmamayı etkilediğini vurgulamaktadır. Yazar, bu iki farklı durumun pek çok davranışsal dayandırmalardan kaynaklandığını ifade etmektedir. Bu çıktıları daha çok, bireyin sınırlarla mücadele etme yeterliği, onlarla baş edebilmek için stratejisinin olup olmaması belirlemektedir.

Engeller, kişinin çevresinde, varlıkları veya yoklukları ile işlevselliği sınırlandıran ve yeti yitimi yaratan etmenlerdir. Bunlar, erişilemeyen bir fiziksel çevre, ilgili yardımcı teknolojinin bulunmaması, yeti yitimine karşı insanların yaşamın her alanine katılımlarını sağlamak için gereken ama bulunmayan ya da tam tersi engel olan hizmetler, sistemler ve politikalar gibi yönleri de içerir.

Serbest zaman engelleri ilk olarak 1960 yıllarında çalışılmaya başlanmıştır. İlk çalışma Outdoor (Açık Alan) Rekreasyon Kaynaklarını İnceleme Komisyonu tarafından bireylerin serbest zamana katılımlarını etkileyen dışsal faktörleri saptamak amacıyla yapılmıştır. 1970' li yıllarda bu alandaki çalışmalar derinleştirilmiştir. Rekreasyon etkinliklerini gerçekleştiren organizatörler, sosyal psikolojik faktörlerin önemli

olduğunu farketmişlerdir. Bu konuda bireyin rekreasyonel etkinliğe katılmasında ya da katılmamasında insanların fikirlerinde birçok serbest zaman engeli çeşidi olduğu konusunda hem fikir olmuşlardır (Chiu, 2008).

1980'li yıllarda engeller konusunda kadınlar ve rekreasyon alanlarına yönelme olmuştur. Bu özelgruplar serbest zaman engellerini iki ana kategoriye ayırmıştır.

1. Kişisel Engeller: kişisel engeller, bireyin kendisinden kaynaklanan engellerdir. Bu engellere örnek olarak, bilgi eksikliği, sosyal beceri, sağlık durumu gibi engelleri gösterebilir.
2. Çevresel Engeller: çevresel engeller, kişiden kaynaklanmayan, kişinin kendi dışında gelişen ve müdahale edemediği engellerdir. Çevresel engellere örnek olarak, gürültü, arkadaş eksikliği, zaman, para gibi engelleri verilebilir (Chiu ve ark., 2011).

Serbest zaman engelleri ile ilgili geliştirilen başka bir modelde, bireylerin serbest zamanda karar verme süresiyle ilgili engeller belirlenmiştir. Bu modele göre, engeller tercihler ve katılım arasındaki ilişkiyi etkilemelerine göre iki kavramsal gruba ayrılmıştır.

1. Kişinin kendi zihninde oluşan engeller, bireyin psikolojik durumunu içerir. Tercih ve katılım arasındaki aracılıktan çok serbest zaman tercihleriyle birbirini etkilemeye dayandırır. Kişinin kendi zihninde oluşan engeller stress, depresyon, kaygı, dindarlık, spesifik serbest zaman etkinliklerindeki öncelikli sosyalizasyon, algılanan yetenek ve serbest zaman etkinliklerinin ulaşılabilirliğini kapsar. Bu engeller, kişinin zihninde oluşan etkileşim ya da bireylerin karakteristikleriyle arasındaki ilişkinin bir sonucudur. Bu türün engelleri, tercihler ve sonraki katılma ve müşterek zaman etkinlikleridir.
2. Yapısal engeller ise, engelleri yaygın olarak kavramsallaşmış, serbest zaman tercihleriyle katılım arasındaki aracı faktör olarak göstermektedir. Yapısal engellere örnek olarak finansal kaynakları, sunulan hizmet ile ilgili problemleri, çalışma takvimi ve ulaşılmayan fırsatları verebiliriz. (Alexandris, 1997) Ancak engeller; üstesinden gelinmez değildir ve bu engellerle başedilebilir.

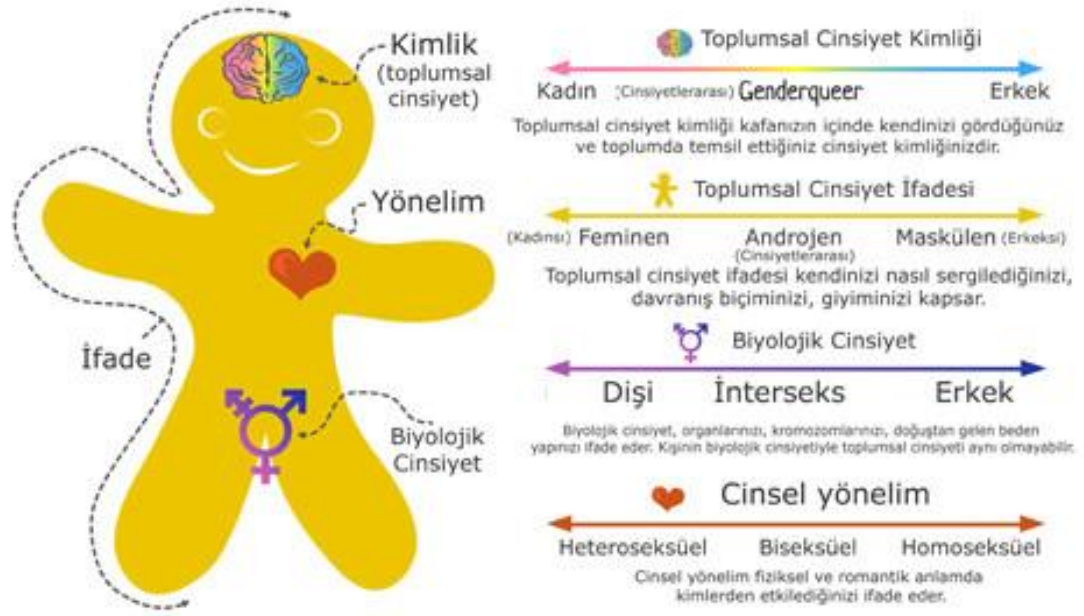
Bireylerin serbest zamana katılamama engelleri birçok araştırmacı tarafından merak konusu haline gelmiştir. Özellikle cinsiyet kavramı serbest zaman engelleri üzerinde etkili olmaktadır.

Yapılan çalışmalarda, erkeklerin kadınlara nazaran boş zamanlarını değerlendirme konusunda kadınlar kadar ilgi duymadıkları anlaşılmaktadır. Bunun başlıca sebeplerinden birisinin Türk kùltüründe erkeklerin çalışmakla mükellef olması ve ataerkil yapıya sahip olmalarından kaynaklanıyor olabileceği söylenebilir. alışmak veya bir iřle meşgul olmanın erkekler tarafından zaman ile ilgi durumunu problem etmeleri beklendik bir bulgu olarak görùlmektedir.

Henderson (1990) yapmış oldukları çalışmada, kadın ve erkeğin toplumda karşı karşıya kaldıkları meselelerin farklı olduğunu, dolayısıyla boş zamanlarında gerçekleştirdikleri faaliyetlerin de farklı olduğunu belirtmişlerdir

2.3. Cinsiyet kavramı

Cinsiyetin TDK'deki tanımına göre cinsiyet, bireylere çoğalmak için ayrı bir yol belirleyen ve erkekle kadınının farklılıklarını ortaya koyan yaratılış özelliği şeklinindedir. Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet farklı kavramlardır. Toplumsal cinsiyet kavramı, kadınlık özelliği ile erkeklik özelliğinin toplum içinde nasıl algılandığını ve bireyler tarafından nasıl kurulduğunu ifade eder. Kadın ve erkeğin isteklerinin, değerlerinin, görùntülerinin, davranışlarının ve çizilen rollerinin; tarihsel, kùltürel ve coğrafi koşullarla yapılanmasıdır. Yapılandırılan bu durum, sadece karşı cinsler arası değil, tüm topluluklardaki güç dengelerini şiddetli biçimde etkilerken birçok sorunu da beraberinde getirir fakat yapılandırılmış bu eşit olmayan ve hiyerarşik denge aslında yapaydır ve değitirilebilir.



Şekil 2.3. Cinsiyet Kavramı

İlk çağlardan bu yana cinsiyet, dünyaya geldiği ilk anda yeni doğanın genital bölgesine bakılarak belirlenirdi. “Doğumla atanmış cinsiyet” kavramı, bebeğin genital bölgesine göre ya kadın ya erkek olarak belirleniyordu, fakat atlanılan bir durum vardı. Bazı bebekler iki genital organla dünyaya geliyordu ve böyle doğan bebekler, genellikle doktorların ve ailesinin kararıyla bir cinsel organı köreltiliyor ve hissettikleri cinsiyet farklı olabilmesine rağmen, tek bir cinsiyete mahkûm ediliyordu. Çift cinsel organla doğan bebeklere “İnterseks” olarak tanımlanan çift cinsiyetlilik durumu adı verilmiştir. Hastalıklı olarak bakılan bu durum, hala günümüzde saklanması gereken bir durum olarak belirlenmiştir ama intersekslerin varlığı, bu konudaki “normal” diye atfettiğimiz cinsiyet kavramının toplumsal olarak kurulduğunu ve sadece iki tane biyolojik cinsiyet olmadığını göstermektedir (www.evrensel.net).

Bilinmesi gereken bir diğer kavram ise “cinsiyet kimliği”dir. Bireyin genital organ cinsiyetini değil, hissettiği cinsiyet kimliğini ifade eder. Cinsiyet kimliği toplumumuzda oldukça kafa karıştıran bir terimdir. Bunlardan ikisi transeksüellik ve travestiliktir. Transeksüellik, bireyin kendisini genital organ cinsiyetinden farklı olarak belirtmesidir. Travestilik, kalıcı olmayan, başka bir cinsiyete ait özelliklere göre belirlenmiş kıyafetlerin giyilmesidir. Bu demek oluyor ki; farklı cinsiyete ait kıyafetlerin giyilme isteği kalıcı olamayabilir, zamanla bu istek geçebilir. Böylelikle travestilik, cinsiyet

kimliğini belirleyici veya cinsel yönelim değildir. Travestilik terimi Avrupa’da karşıtıgiysicilik (crossdresser) şeklinde ifade edilir. Açıklanması gereken bir diğer kavram da “cinsiyet ifadesi”dir. Bu kavrama göre kişi cinsiyet kimliğinden ve genital organ cinsiyetinden bağımsız olarak bir tarz belirler (feminen, maskülen, vb.). Kişinin benimsediği cinsiyet ifadesi, genital organ cinsiyetinden farklı ya da aynı olabilir.

Bireylerin doğumla atanmış cinsiyeti ve benimsediği cinsiyet ifadesinin ne olduğuna bakmaksızın, aynı cinsiyet veya farklı cinsiyetteki bireylere duyulan cinsel çekimi ifade eden, heteroseksüellik, eşcinsellik, biseksüellik gibi kavramları içeren bir diğer kavram da “cinsel yönelim” dir.

2.3.1. LGBTİ Kavramı

LGBTİ kavramı; lezbiyen, gay, biseksüel, transeksüel ve interseks kelimelerinin baş harflerinden oluşmuştur. Bu kavramların tanımlamaları aşağıdaki gibidir:

Lezbiyen: Bir kadının başka bir kadına fiziksel, duygusal, cinsel çekim hissetmesi durumudur.

Gay: Genellikle erkekler için kullanılan eşcinsel kişi demektir. Fransızca ‘gai’ kökünden gelmektedir. Gay terimi 1960’lı yıllardan itibaren erkek eşcinseller tarafından kendilerini tanımlamak amacıyla kullanılmaya başlanmıştır. Canlı renkli, neşeli, gösterişli anlamına da gelmektedir.

Biseksüel: Bireyin cinsel yönelim yönünden kendi cinsine ve karşı cinse ilgi duyabilmesi durumudur. Biseksüeller, erkeğe ya da kadına eşit derecede ilgi duymayabilir ya da hissettiği çekim cinsiyete göre zaman içinde değişebilir. Toplumumuzda “normal” olarak görülmediği için eşcinsellere yapılan homofobinin bir kolu da, biseksüllere yapılan bifobidir.

Transeksüel: Bireyin kendisini diğer cins bedene ait hissetmesi durumudur. Açacak olursak, diğer cinsiyetteki bedende olma isteği duyan veya diğer cinsiyetten biriymiş gibi hisseden kişilere transeksüel denmektedir. Kadın ve erkek ayrımı yapmaz, iki cinsiyet için de geçerli bir kavramdır. Birey erkek olmasına rağmen kadın olmayı

isteyebilir veya kadın olmasına rağmen erkek olmayı isteyebilir. Transseksüellik travestiliğin aksine, daha çok ruhsal eğilimler için belirleyicidir.

Transseksüellik, bireyin davranışlarından bağımsız olarak iç kendisini hangi cinsle ait hissettiği ve öyle görmek istemesiyle alakalıdır. Olmak istedikleri bu beden için, transseksüelleri görüntülerine dayanarak belirlemek doğru değildir. Çünkü hissettiklerini her zaman dış görünüşlerine yansıtmayabilirler.

Travestilerin giyim ve davranışlarından farklı olarak, transeksüellerin çoğu, zorlu bir süreç olan cinsiyet değiştirme operasyonu geçirerek karşı cinsle geçiş yaparlar. Bu ameliyat sayesinde karşı cinsin bütün sosyal ve hukuki haklarına sahip olurlar.

Transseksüeller cinsel organ açısından ya erkek ya da kadındırlar, ama sahip oldukları cinsiyete değil, hissettikleri cinsiyete ait özellikleri benimserler ve ona göre davranmaya başlarlar.

İnterseksüellik: Erkek ve kadına ait cinsiyet özelliklerine sahip olabilme durumudur.

İki cinsiyete de ait olan dış genital yapıyı taşırlar. Bebeğin kromozom yapısı kız veya erkek olabilir ama genital yapı kromozoma uyumsuz olarak kız ve/veya erkek olabilir.

Birey çift cinsiyetli olsa da, illa erkek veya kadın hissetmek zorunda değildir. Birey erkek ve kadın özellikleri taşıyabilir, eşcinsellikte olduğu gibi her iki cinsle de duygusal, cinsel bir çekim hissedebilir.

Eşcinsellik cinsel yönelimle açıklanırken, travestilik de fetişizmle açıklanmaktadır. Bu ayrım da transeksüelliği eşcinsellik ve travestilikten ayırmaktadır.

Transeksüellik, travestilik ve eşcinsellik ataerkil düzene göre “ters” bir durumdur. Bu kavramlar birbirlerinden farklı kavramlar olmalarına rağmen, birbirlerinin yerine kullanılabilirler.

Eşcinseller ve travestiler genellikle bulunduğu biyolojik cinsiyeti değiştirmeyi düşünmezler.

Toplumumuzda sanıldığı gibi gaylar kadın gibi, lezbiyenler de erkek gibi görünmek zorunda değildirler. Gaylık ve lezbiyenlik sadece hissiyat boyutunda olabilir.

Travestiler de transeksüeller gibi cinsiyet değiştirme ameliyat olmayı isteyen bireyler değil, genelde kadın kıyafetleri giymekten zevk alan heteroseksüel erkeklerdir (Berghan, 2007).

Toplumumuzda eşcinsellik bir hastalık olarak görülmektedir ama sanıldığı gibi hastalık değildir. Cinsel yönelim yıllar öncesinden bir hastalık gibi görülerek terapilerle değiştirilmeye çalışılmıştır ancak eşcinsellik terapi edilecek bir konu değildir.

Resmi ruh hastalıkları listesinde olan eşcinsellik, 1974 yılında Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından bu listeden çıkarılmıştır. Sonraki adım ise, Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) 1992'de eşcinselliği hastalıklar listesinden çıkarmasıyla atılmıştır. LGBTİ birey olmak hastalık veya sapkınlık değildir. İyi ve kötü bir durum olarak da belirlenmesi mümkün değildir, LGBTİ birey olmak sadece böyle olmaktan ibarettir (www.cinselterapi.org).

Günümüzde eşcinselliğin, hastalık veya bozukluk, ya da yanlış gelişme olmadığı kanıtlanmıştır. LGBTİ bireyler eski çağlardan beri tüm toplumlarda- türk toplumu dahil- her zaman vardı ve varlığını sürdürmeye devam edeceklerdir. Uzun yıllar tedavi edilmeye çalışılmış eşcinsellik üzerine Amerikan Psikoloji Birliği (APA), 1990 yılında tedavi konusunda başarılı olduğuna dair bilimsel bir gerçeklik bulunmadığını söylemiştir. Başarılı olunacağına inanılan tedavi yöntemlerinin tam tersine, sağlıklı insanların ruhen ve bedenen hastalanmasına neden olmaktadır. Bu tedavi yöntemlerinin gereksizliğini ve zararlarını, heteroseksüel bireylere eşcinsel olmaları yönünde tedavi uygulanmasıyla kıyaslayabiliriz. Nasıl bu mümkün olamayacaksa, eşcinselliğin de tedavi edilmesi mümkün olmayacaktır.

LGBTİ Mevcut Durum

Kültürel çeşitlilik ve insan eşitlikleri konuları hakkında tartışmaların artması birçok disiplinde cinsel yönelimle ilgili konuları öne çıkarmıştır.

Kelly'e (1996)göre serbest zaman alanı da bu yönelimin dışında kalmamıştır (Johnson, 1999).

Lezbiyen, gay veya biseksüellerin hayatında serbest zamanlarıyla ilgili literatürde çok az çalışma bulunmaktadır. (Caldwell ve ark., 1998; Kivel, 1994, 1996).

Araştırmacılar serbest zamanın kimlik belirlemede önemli bir kavram olduklarını söylemelerine rağmen, lezbiyen veya gayların serbest zamanlarının kimlik belirleme kavramına etkisiyle ilgili çok az şey bilinmektedir (Kivel ve Kleiber, 2000).

İlgili literatürde, gay ve lezbiyen ergenlerin serbest zaman değerlendirmeleri, okul, arkadaş ve aile yaşantıları ile nasıl başettiklerinin araştırmalarla belirlenmesi önerilmektedir. Bu ihtiyaca yönelik çok az çalışma bulunmaktadır.

Yeni Zelanda da yapılan bir çalışmada toplumun % 20'si, kendi cinslerine karşı birtakım duygular beslediklerini söylüyor, % 2'si cinsel yönelimlerini eşcinsel olarak tanımlıyor. Fransa'da yapılan çalışmada hayatları boyunca en az bir kez eşcinsel ilişkiye giren erkeklerin oranı % 4 iken bu sayı kadınlarda % 12.6 olarak belirlenmiştir.

Fransadaki bu oran, İstanbul Üniversitesi'nden Prof. Dr. Şahika Yüksel'in Türkiyedeki kadınlar için düşündüğü rakamla uyusmaktadır.

2007 yılında cinsel sağlık markası olan Durex'in 26 bin kişiye uyguladığı cinsel mutluluk anketine göre erkeklerin % 12 sinin eşcinsel deneyimi olduğu belirlenmiştir. Bu anket 26 ülkede yapılmış olup aralarında Türkiye bulunmamaktadır.

Çoğu ülkelerde eşcinsel sayısının nüfusun %10 kadar bir kısmını oluşturduğu tahmin edilmektedir. Her ülkede lezbiyenlerin oranı, gayların oranından biraz daha azdır.

Yapılan araştırmalar sonucunda dünya genelinde ise, erişkin kadın nüfusunun 1.5-2'sinin, erişkin erkek nüfusun ise %3-4'ünün eşcinsel olduğu bildirilmiştir (www.hurriyet.com.tr).

2.3.2. Serbest Zaman ve LGBTİ

Türkiyede ilk defa yapılan LGBTİ 2020 araştırmasına göre; Türkiye'de 3 milyondan fazla eşcinsel yaşamakta ve hayatları hakkında çok az şey bilinmektedir. Türkiye, LGBTİ bireylerin kendilerini en çok baskı altında hissettiği ülkelerden biri olarak karşımıza çıkıyor. LGBTİ 2020, iş hayatlarında, aile ve arkadaşlık ilişkilerinde ne kadarının cinsel kimlikleriyle toplumda yer edinebildikleri, hangi eğlence türlerinden hoşlandıkları, seyahat etmeyi istedikleri ülkelere kadar geniş bir içeriği olan araştırma, dünyanın önde gelen LGBTİ pazarlama organizasyonu Out Now Global tarafından çıkarılmaya yönelik olarak tasarlanmış bir uygulama projesidir (www.haberturk.com).

Batı tarihinin geçmişinde, homoseksüelite, kabul edilmez bir yaşam tarzı olarak; sapkın ve damgalanmış olarak nitelendirilmekteydi.

Bu algının direkt sonucu olarak, serbest zaman profesyonelleri, ne uygulamada ne de teoride cinsel yönelim ile alakalı konularını göz önünde bulundurmamaktaydı.

Kültürel çeşitlilik ve insan eşitlikleri konuları hakkında tartışmaların artması birçok disiplinde cinsel yönelimle ilgili konuları öne çıkarmıştır.

Kelly'e (1996) göre serbest zaman alanı da bu yönelimin dışında kalmamıştır (Johnson, 1999).

Lezbiyen, gay veya biseksüellerin hayatında serbest zamanlarıyla ilgili literatürde çok az çalışma bulunmaktadır (Caldwell ve ark.,1998; Kivel, 1994, 1996).

Araştırmacılar serbest zamanın kimlik belirlemede önemli bir kavram olduklarını söylemelerine rağmen, lezbiyen veya gayların serbest zamanlarının kimlik belirleme kavramına etkisiyle ilgili çok az şey bilinmektedir (Kivel ve Kleiber, 2000).

İlgili literatürde, gay ve lezbiyen ergenlerin serbest zaman değerlendirmeleri, okul, arkadaş ve aile yaşantıları ile nasıl başettiklerinin araştırmalarla belirlenmesi önerilmektedir. Bu ihtiyaca yönelik çok az çalışma bulunmaktadır.

Gelişen araştırmalar sonucunda, dominant olmayan cinsel yönelimli bireylerin serbest zamanlarını genişletirken, cinsel yönelimlerini ifade eden bireylerin serbest zaman anlayışını zorlaştırdığı görülmektedir.

Serbest zamanın kendini ifade etme biçimi olarak kimlikle önemli bir ilişkisi vardır.

Serbest zaman genellikle bireylerin zihinsel, fiziksel ve duygusal kapasitelerini belirlemede fırsat sağlar (Kelly, 1996; Shaw ve ark., 1995).

Bu keşif bireylerin kendilerini nasıl algıladıklarının belirlenmesini ve başkalarının onları nasıl algılayacağını belirlenmesini sağlar.

Cinsel yönelim göz önüne alındığında, eşcinsel ve lezbiyen konularındaki araştırmalarda artış olmaya başladığı için, bazı serbest zaman araştırmacıları bu konuları araştırmaya başladılar (Bialeschki ve Pearce, 1997; Jacobson, 1997; Kivel, 1996).

Johnson (1999) çalışmasında; eşcinsel ve lezbiyen genç yetişkinlerin serbest zamanlarında oynadıkları rolleri ve kimlik gelişimlerini araştırmıştır. Çalışmasında eşcinsel ve lezbiyenlerin serbest zaman ve kimlik gelişimlerinde üç geniş temelli araştırma sorusu geliştirmiştir.

A) gay ve lezbiyenler serbest zamanlarını nasıl tanımlıyorlar?

B) serbest zaman gay ve lezbiyenlerin kimlik gelişimini nasıl etkiliyor?

C) gay ve lezbiyenlerin gençlerin yaşadığı serbest zaman engelleri nelerdir?

Kişi eşcinsel veya lezbiyen olduğunda kimlik oluşturma görevi onların heteroseksüel meslektaşlarına göre daha karmaşık veya daha zordur (Kivel, 1994; Kivel, 1996).

Bir gay / lezbiyen kimliği oluşturmak cesaret ister, çünkü birey kendini yönlendiren geleneksel grupların aksine (aile, kültür) kimliklerini bulmak için kendilerine benzer başkalarını ararlar.

Bu nedenle, kimliklerini boş zamanlarıyla oluşturmak için çabalarken, kalıplaşmış, çelişkili değerler, nefret ve fiziksel şiddet ile karşı karşıya kalabilirler.

Sosyal kimlik kavramı, sosyal grupları, onların içindeki üyeliğimizi ve toplumun etkilerini değerlendirmenin bir yolunu sunar.

Sosyal kimlik, kimliğin sosyal temelli veya grup temelli yönlerine odaklanmak ve yönlerin bir bütün olarak kimliğe nerede uygun olduğunu belirlemek için bir fırsat sağlar. Bu işlem bilgi alışverişini mümkün kılar ve bu alışveriş davranışlarda ve seçimlerde değişikliklere neden olabilir (Cox ve Gallois, 1996; Eliason, 1996).

Kimlik geliştirme, bireyin hayatının genelinde devam eden bir süreçtir. Kimlikler zaman ve duruma göre değişiklik gösterebilir. Genellikle cinsellik ırk, etnik köken, cinsiyet, sınıf ve yaş gibi diğer kimlik geliştirme biçimleriyle kesişir.

Cinsel yönelim sadece kimlik gelişiminin bir yönü ve kendini gösteren imajlardan oluşur (Eliason, 1996).

Cinsel kimliğin araştırılmasında serbest zaman, kimlik araştırması için etkili bir bağlam olabilir. Kelly'e göre (1996), cinsel kimlik insanların yaptıkları eğlence seçimlerinde kilit bir sorun haline geliyor.

Serbest zaman hizmet uzmanlarının gay ve lezbiyenlerin serbest zamandaki yaşamlarını anlamak için bilgiye ihtiyaçları vardır. Bu anlayış, gay ve lezbiyenler için serbest zaman kimliklerini oluşturmak ve baskıya direniş oluşturmak için bir site olmasına imkan sağlayabilir.

İnsanlar genellikle LGBTİ bireylerin cinsel kimliklerinin neden yaşamları için çok merkezi olduğunu soruyorlar.

Her ne kadar bu sorunun cevaplandırılması kolay olmasa da, literatür bazı gerekçeler sunar.

Cinsel ilişki kurmak gelişimsel bir süreçtir ve gelişim süreci baskın olmayan bir cinselliğin kurulması, heteroseksüel cinsel kimliğin kurulmasına göre toplum tarafından desteklenmemektedir.

Gay ve lezbiyen bireyler kim olduklarını keşfederken kendileriyle bir mücadele içine girerler. Bu kimlik oluşturma zorluğu çoğu zaman eşcinsellerin hayatını tüketen merkezi hedef haline gelir.

Birkaç katılımcı, günlük deneyimlerinde meydana gelen bariz ayrımcılık eylemlerini belirledi. Lezbiyenlerden biri, "Her zaman birçok farklı sebepten dolayı ayrımcılığa uğradığımı hissettim" dedi. Diğer katılımcılar bazı özel örnekleri belirtmişlerdir. Birçok şeyi yapmanın korkutucu olduğunu belirtmişlerdir. Örneğin alışveriş esnasında birbirlerini öptükleri için etraftakilerin onlara bağırdığını ve arabayla yanlarında durup onlara birşeyler fırlattığını belirtmişlerdir.

Eşcinsel ve lezbiyen genç yetişkinlerin karşılaştığı riskler ve fırsatlar genellikle heteroseksüel akranlarından farklı değildir.

Ancak gerçek eşcinsellerin homojen bir grup olarak algılanabileceğini göz önüne alırsak, genel toplum, lgbti bireylerin serbest zamanlarını istenmeyen veya anormal olarak görüyor.

Bu algı türü serbest zamanın yanı sıra yaşamın diğer alanlarında da düşmanca veya köstekleyici bir ortam yaratabilir.

Katılımcıların birçoğu yaşadıkları homofobiyi anlatmış ve en yaygın köstekleyici ortam olarak çalışma ortamı olduğunu belirtmişlerdir.

Katılımcılardan biri; "çalıştığım ortamda çocuklara lezbiyen olduğumu söylersem garanti ederim onlar beni yargılamazlar çünkü onlar çocuk... Maalesef ben dürüst olamam, çünkü diğerleri bunu bir problem olarak görür, Özellikle hristiyan ilkeleri ve inançlarıyla yetişenler. Ben de bir hristiyanım ama benim algım onlarınkinden farklı, diye belirtmiştir."

Eğlence ortamlarında, gay ve lezbiyen gibi görünmeyen lgbti bireyleri kolayca ayırt edilemez (Stodolska ve Jackson, 1997). Bununla birlikte, Kivel'e (1994) göre, heteroseksüel görünme baskısı o kadar yaygın olabilir ki, eşcinsel ya da lezbiyen gençler bazı etkinliklere katılamayabilir.

3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı

Serbest zaman engelleriyle ilgili literatür incelendiğinde, kavramın yoğun olarak dezavantajlı gruplar üzerinde çalışıldığı görülmektedir. Ancak toplumsal açıdan dezavantajlı bir grup olduğu düşünülen LGBTİ bireylere yönelik çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Yapılan bu çalışmada, Türkiye’de yaşayan LGBTİ bireylerin serbest zaman egzersiz düzeylerini, serbest zaman engellerini ve motivasyonlarının bazı demografik değişkenlere göre belirlemek ve incelemek amaçlanmıştır.

3.2. Araştırmanın Modeli

Çalışmanın yöntemi amacına göre tanımlayıcı, yapılış zamanına göre kesitsel, veri toplama yöntemine göre anket çalışmasıdır. Araştırma tarama modeliyle tasarlanmıştır.

Çalışmanın birinci aşamasında, katılımcıların serbest zaman egzersiz düzeyleri, serbest zaman engelleri ve serbest zaman motivasyonları belirlenmiş ve incelenmiştir.

Çalışmanın ikinci aşamasında ise, katılımcıların bazı demografik değişkenleri ile serbest zaman egzersiz düzeyleri, serbest zaman engelleri ve serbest zaman motivasyonları arasındaki ilişki sorgulanmıştır.

3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırma evrenini oluşturan bireylerin kimlikleri toplum içerisinde açık olmadığından dolayı evren sayısı bilinmemektedir. Bu nedenle, yapılan çalışmada örneklemin belirlenebilmesi için kartopu örneklem yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemde, öncelikle evrene ait birimlerden birisi ile temas kurulur. Daha sonra temas kurulan birimin gösterdiği ikinci birime, ikinci birimin gösterdiği üçüncü birime ulaşılır. Bu yöntemle, bir kartopunun büyümesi gibi örneklem büyüklüğü genişletilmiş olur (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004, s.45). Yapılan çalışmanın örneklemini, kartoplu örnekleme seçilmiş kendini lezbiyen, gay, biseksüel, transseksüel veya interseksüel olarak tanımlayan 75 kişi meydana getirmektedir (Yaş_{Ort.}:23.68±5.12). Örneklem grubunun demografik özelliklerine ait frekans ve yüzde dağılımları aşağıda Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 3.1. Demografik Özellikler

	Gruplar	n	%
Yaş	24 ve altı	45	60
	25 ve üstü	30	40
Eğitim Seviyesi	Lise ve altı	31	41.3
	Üniversite ve üstü	44	58.7
Sosyo-ekonomik Düzey	Düşük	11	14.6
	Orta	53	70.7
	Yüksek	11	14.6
Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Düzeyi	Düşük	12	16
	Orta	40	53.3
	Yüksek	23	30.7
Cinsel Yönelik Bilinirlik Durumu	Evet	44	58.7
	Hayır	31	41.3
Tanımlanmış Cinsel Kimlik	Lezbiyen	23	30.7
	Biseksüel	18	24
	Interseksüel	3	4
	Gay	24	32
	Transseksüel	5	6.6
	Diğer	2	2.6

3.4. Veri Toplama Araçları

LGBTİ bireylerde Serbest Zaman Egzersiz Düzeyleri, Serbest Zaman Engelleri ve Motivasyonlarının İncelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiş olan bu araştırmada 4 bölümden oluşan anket formu uygulanmıştır.

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Anket formunun birinci bölümünde katılımcıların, yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve cinsel kimlikleri gibi demografik bilgilerinin toplanabilmesi için araştırmacı tarafından kişisel bilgi formu oluşturulmuştur.

3.4.2. Serbest Zaman Egzersiz Anketi- SZEA

Anketin ikinci bölümünde, Godin ve Shephard (1985) tarafından geliştirilen Türkçe adaptasyon çalışması Yerlisu Lapa ve Yağar (2015) tarafından yapılan Serbest Zaman Egzersiz Anketi- SZEA (Leisure Time Exercise Questionnaire-LTEQ) kullanılmıştır. Anket, katılımcının son 7 gün içerisinde en az 15 dakika olmak koşuluyla serbest zamanda yaptığı fiziksel aktivite durumu ile ilgili sorular içermekte ve son haftada kaç kez a) Zorlayıcı şiddette fiziksel aktivitelere, b) Orta şiddette fiziksel aktivitelere, c) Hafif şiddette fiziksel aktivitelere katıldığını belirlemeyi amaçlamaktadır.

Anketten alınabilecek toplam skorun hesaplanabilmesi için oluşturulan formül şu şekildedir; (9 x zorlayıcı şiddette) + (5 x orta şiddette) + (3 x hafif şiddette).

Hesaplanan her bir değer toplanarak, katılımcının serbest zaman içerisindeki aktifliği değerlendirilmektedir. Bu değerlendirmede sonucu; 24 ve üzeri puan alan katılımcılar “Aktif”, 14 ile 23 puan arası alan katılımcılar: “orta düzeyde aktif” ve 13 ve altı puan alan katılımcıları ise “yeteri kadar aktif değil” olarak sınıflandırılmaktadır.

3.4.3. Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği (BMÖ)

Anketin üçüncü bölümünde, Pelletier ve ark., (1991) tarafından geliştirilen ve Türkçe’ye adaptasyon çalışmaları Mutlu (2008) ve Güngörmüş (2012) tarafından yapılan Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği (BMÖ) kullanılmıştır. Pelletier ve ark. (1989, 1991) tarafından geliştirilen orijinal ölçek, bireyleri rekreasyonel egzersizlere katılıma motive edebilecek içsel ve dışsal faktörleri içeren 7 alt boyut ve 28 maddeden oluşmaktadır. Orijinal ölçeğin altboyutları; “Bilmek”, “Başarmak”, “Dürtüyü/uyarıyı hissetmek”, “Belirlemek”, “İçe atım”, “Dış düzen” ve “Motivasyonsuzluk”tur. Ölçek, 7’li Likert tipi olup, ölçekte kullanılan ifadeler (1) “Hiç Katılmıyorum”, (7) “Tamamen Katılmıyorum” biçiminde değerlendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması sonucunda, ölçek toplam 5 alt boyut ve 22 maddeye dönüşmüştür. Bu adaptasyon çalışmasında ortaya çıkan alt boyutlar; “Motivasyonsuzluk”, “Bilmek ve başarmak”, “Uyaran yaşama”, “Özdeşim/içe atım” ve “Dışsal düzenleme” olarak adlandırılmıştır. 5’li Likert tipi olarak derecelendirilen ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı ise .77 dir. Yapılan bu çalışma için ölçeğin iç tutarlılık katsayısı motivasyonsuzluk alt boyutunda .75, bilmek ve başarmak alt boyutunda .91, uyaran yaşama alt boyutunda .70, özdeşim/içe atım .80, dışsal düzenleme .72 ve toplam iç tutarlılık katsayısı .92 dir.

3.4.4. Serbest Zaman Engelleri Ölçeği (SBZE)

Çalışmanın son bölümünde, Alexandris ve Carroll tarafından (1997) geliştirilen ve Karaküçük ve Gürbüz tarafından (2006) Türkçe adaptasyonu yapılan ve Gürbüz, Öncü ve Emir (2012) tarafından yapı geçerliliği sınanan “Serbest Zaman Engelleri Ölçeği” kullanılmıştır. Özgün ölçek, bireylerin rekreasyonel faaliyetlere katılımını engelleyen faktörleri değerlendiren 29 madde ve 7 alt boyuttan meydana gelmektedir. Türkçe adaptasyonu yapılan ölçek ise, 27 madde ve 6 boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte, (1)

“Kesinlikle Önemsiz”, (2) “Önemsiz”, (3) “Önemli”, (4) “Çok Önemli” biçiminde düzenlenmiş, 4’lü Likert Tipi dereceleme ölçeği kullanılmıştır. Bu alt boyutlar “birey psikolojisi”, “bilgi eksikliği” “tesisler/hizmet ve ulaşım”, “arkadaş eksikliği”, “zaman”, “ilgi eksikliği” olarak adlandırılmaktadır. Adapasyonu yapılmış ölçek için hesaplanmış iç tutarlılık katsayısı 0.76 ile 0.88 aralığındadır. Yapılan bu çalışma için ölçeğin iç tutarlılık katsayısı birey psikolojisi alt boyutunda .72, sosyal ortam ve bilgi eksikliği alt boyutunda .89, tesis/hizmet ve ulaşım alt boyutunda .76, arkadaş eksikliği alt boyutunda .88, zaman alt boyutunda .67, ilgi eksikliği alt boyutunda .78 ve toplam iç tutarlılık katsayısı .92 dir

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada istatistiksel analizde tanımlayıcı istatistikler olan frekans (%), aritmetik ortalama (\bar{x}) ve standart sapma (Ss) kullanılmıştır. Bunun yanı sıra farklılığın testi için elde edilen verilerin homojenlik ve normal dağılım koşullarını yerine getirmediği için parametrik olmayan Kruskal Wallis-H ve Mann Whitney-U testlerinden faydalanılmıştır. Buna ek olarak ölçeklerden alınan puanların arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yine parametrik olmayan Spearman Korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Çıkarımsal istatistikler SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen sonuçların yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen veriler doğrultusunda LGBTİ bireylerin fiziksel aktivite durumları, serbest zaman motivasyonları, serbest zaman engelleri ve değişkenler arasındaki farklara ait bulgular verilmiştir.

Tablo 4.1. Katılımcıların Fiziksel Aktivite Durumlarına Göre Dağılımı

	n	%
Aktif	47	62.7
Orta Düzeyde Aktif	12	16.0
Yeteri Kadar Aktif Değil	16	21.3

Araştırmaya katılan bireylerin çoğunlukla fiziksel aktivite durumlarının aktif olduğu (%60) bulgulanmıştır.

Tablo 4.2. Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyon Düzeyleri

	N	Ort	S.s.
Bilmek / Başarmak	75	3.79	.93
Uyarılmak	75	3.76	.92
Özdeşim	75	3.71	.77
Dışsal Düzenleyen	75	2.42	1.02
Motivasyonsuzluk	75	2.14	1.07

Tablo 4.2 de katılımcıların serbest zaman motivasyonlarına ait tanımlayıcı istatistikî veriler verilmiştir. Buna göre, katılımcıların yüksekte düşüğe göre serbest zaman motivasyon alt boyutları “Bilmek/Başarmak”, “Uyarılmak”, “Özdeşim”, “Dışsal Düzenleyen” ve “Motivastonsuzluk” tur.

Tablo 4.3. Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri

	n	Ort	S.s.
Birey Psikolojisi	75	3.33	.86
Bilgi Eksikliği	75	3.20	.84
Tesis	75	3.20	.84
Arkadaş Eksikliği	75	3.40	.59
Zaman	75	3.60	.93
İlgi Eksikliği	75	3.61	.95
Serbest Zaman Engelleri Ölçeğinin Toplam Puanı	75	3.39	.71

Tablo 4.3 de katılımcuların serbest zaman engellerine ait tanımlayıcı istatistiki veriler verilmiştir. Buna göre, katılımcuların yüksekten düşüğe göre serbest zaman motivasyon alt boyutları “İlgi Eksikliği”, “Zaman”, “Arkadaş Eksikliği”, “Birey Psikolojisi”, “Tesis” ve “Bilgi Eksikliği” dir.

Tablo 4.4. Serbest zaman engelleri ile Serbest zaman motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkiye ait Spearman Korelasyon Analizi sonuçları

		Motivasyonsuzluk	Bilmek/ Başarmak	Uyarılmak	Özdeşim	Dışsal Düzenleyen
Birey Psikolojisi	r	-.032	.555	.608	.583	.386
	p	.783	.000	.000	.000	.001
Bilgi Eksikliği	r	.092	.729	.653	.666	.415
	p	.432	.000	.000	.000	.000
Tesis	r	.092	.729	.653	.666	.415
	p	.432	.000	.000	.000	.000
Arkadaş Eksikliği	r	.244	.633	.643	.655	.323
	p	.035	.000	.000	.000	.005
Zaman	r	.067	.781	.624	.779	.616
	p	.567	.000	.000	.000	.000
İlgi Eksikliği	r	.051	.754	.830	.725	.370
	p	.666	.000	.000	.000	.001
Serbest Zaman Engelleri algısı	r	.094	.833	.836	.820	.488
	p	.422	.000	.000	.000	.000

* $p < .05$ Kriter: 0-0,30= Düşük; 0,40-0,60=orta; 0,70-1,00=yüksek

Katılımcıların serbest zaman motivasyonları ve alt boyutları ile serbest zaman engelleri ve alt boyutları arasındaki korelasyona ait bulgular tablo 4.4 de görülmektedir.

Serbest zaman engellerinin alt boyutu olan birey psikolojisi ile, serbest zaman motivasyon ölçeğinin Bilmek/ Başarmak, Uyarılmak, Özdeşim ve dışsal düzenleyen alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki belirlenememişken, birey psikolojisi alt boyutuyla Bilmek/ Başarmak ($r=.56$), Uyarılmak ($r=.60$), Özdeşim ($r=.58$) ve dışsal düzenleyen ($r=.39$) alt boyutları arasında orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ($p < .05$).

Serbest zaman engellerinin alt boyutu olan bilgi eksikliği ile serbest zaman motivasyonu ölçeği Bilmek/ Başarmak, Uyarılmak, Özdeşim ve dışsal düzenleyen alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki belirlenememişken, bu ilişkinin Uyarılmak ($r=.65$), Özdeşim

($r=.67$) ve dışsal düzenleyen ($r=.42$) alt boyutları arasında orta düzeyde, Bilmek/ Başarmak ($r=.73$) alt boyutu arasında ise yüksek düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<.05$).

Serbest zaman engellerinin alt boyutu olan tesis ile serbest zaman motivasyonu ölçeği Bilmek/ Başarmak, Uyarılmak, Özdeşim ve dışsal düzenleyen alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki belirlenememişken, bu ilişkinin Uyarılmak ($r=.65$), Özdeşim ($r=.67$) ve dışsal düzenleyen ($r=.42$) alt boyutları arasında orta düzeyde, Bilmek/ Başarmak ($r=.73$) alt boyutu arasında ise yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir ($p<.05$).

Serbest zaman engellerinin alt boyutu olan arkadaş eksikliği ile, serbest zaman motivasyon ölçeği Bilmek/ Başarmak, Uyarılmak, Özdeşim ve dışsal düzenleyen alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki belirlenememişken, birey psikolojisi alt boyutuyla Bilmek/ Başarmak ($r=.63$), Uyarılmak ($r=.64$), Özdeşim ($r=.66$) ve dışsal düzenleyen ($r=.32$) alt boyutları arasında orta düzeyde olduğu belirlenmiştir ($p<.05$).

Serbest zaman engellerinin alt boyutu olan zaman ile serbest zaman motivasyonu ölçeği Bilmek/ Başarmak, Uyarılmak, Özdeşim ve dışsal düzenleyen alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki belirlenememişken, bu ilişkinin Uyarılmak ($r=.62$) ve dışsal düzenleyen ($r=.62$) alt boyutları arasında orta düzeyde, Bilmek/ Başarmak ($r=.78$) ve Özdeşim ($r=.78$) alt boyutu arasında ise yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir ($p<.05$).

Serbest zaman engellerinin alt boyutu olan ilgi eksikliği ile serbest zaman motivasyonu ölçeği Bilmek/ Başarmak, Uyarılmak, Özdeşim ve dışsal düzenleyen alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki belirlenememişken, bu ilişkinin Bilmek/ Başarmak ($r=.75$), Uyarılmak ($r=.83$), ve Özdeşim ($r=.73$) alt boyutları arasında yüksek düzeyde, ve dışsal düzenleyen ($r=.37$) alt boyutu arasında ise orta düzeyde olduğu belirlenmiştir ($p<.05$).

Son olarak, serbest zaman engelleri ölçeği toplam puanları ile serbest zaman motivasyonu ölçeği Bilmek/ Başarmak, Uyarılmak, Özdeşim ve dışsal düzenleyen alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki belirlenememişken, bu ilişkinin Bilmek/ Başarmak ($r=.83$), Uyarılmak ($r=.84$), ve Özdeşim ($r=.82$) alt boyutları arasında yüksek düzeyde,

ve dışsal düzenleyen ($r=.49$) alt boyutu arasında ise orta düzeyde olduğu belirlenmiştir ($p<.05$).

Tablo 4.5. Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyonlarının Yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitnet U Testi Sonuçlar

	Yaş	n	S.T.	S.O.	U	z	P
Bilmek/Başarmak	24 ve altı	45	34.71	1562.00	527.00	-1.61	.11
	25 ve üstü	30	42.93	1288.00			
Uyarılmak	24 ve altı	45	35.93	1617.00	582.00	-1.02	.31
	25 ve üstü	30	41.10	1233.00			
Özdeşim	24 ve altı	45	36.34	1635.50	600.50	-.81	.42
	25 ve üstü	30	40.48	1214.50			
Dışsal Düzenleyen	24 ve altı	45	38.01	1710.50	674.50	-.01	.99
	25 ve üstü	30	37.98	1139.50			
Motivasyonsuzluk	24 ve altı	45	40.26	1811.50	573.50	-1.11	.27
	25 ve üstü	30	34.62	1038.50			

Serbest zaman motivasyonları ile katılımcıların yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmamıştır.

Tablo 4.6. Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyonlarının Eğitim Seviyesi gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçlar

	Eğitim Seviyesi	n	S.T.	S.O.	U	z	P
Bilmek/Başarmak	Lise ve altı	31	41.85	1297.50	562.50	-1.29	.20
	Üniversite ve üstü	44	35.28	1552.50			
Uyarılmak	Lise ve altı	31	42.50	1317.50	542.50	-1.52	.13
	Üniversite ve üstü	44	34.83	1532.50			
Özdeşim	Lise ve altı	31	40.26	1248.00	612.00	-.76	.45
	Üniversite ve üstü	44	36.41	1602.00			
Dışsal Düzenleyen	Lise ve altı	31	42.52	1318.00	542.00	-1.52	.13
	Üniversite ve üstü	44	34.82	1532.00			
Motivasyonsuzluk	Lise ve altı	31	43.19	1339.00	521.00	-1.76	.80
	Üniversite ve üstü	44	34.34	1511.00			

Serbest zaman motivasyonları ile katılımcıların eğitim seviyesi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonucuna göre, ilgili değişkenler arasında istatistiksel anlamda anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 4.7. Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyonlarının Sosyo-Ekonomik Durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar

	Sosyo-Ekonomik Durum	n	S.O.	X ²	sd	P
Bilmek/ Başarmak	Düşük	11	33.91	.569	2	.753
	Orta	53	39.11			
	Yüksek	11	36.73			
Uyarılmak	Düşük	11	37.32	.038	2	.981
	Orta	53	38.31			
	Yüksek	11	37.18			
Özdeşim	Düşük	11	33.18	.637	2	.727
	Orta	53	38.83			
	Yüksek	11	38.82			
Dışsal Düzenleyen	Düşük	11	35.64	.283	2	.868
	Orta	53	38.85			
	Yüksek	11	36.27			
Motivasyonsuzluk	Düşük	11	31.18	1.692	2	.429
	Orta	53	38.41			
	Yüksek	11	42.86			

Serbest zaman motivasyonları ile katılımcıların sosyo-ekonomik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucuna göre, ilgili değişkenler arasında istatistiksel anlamda anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 4.8. Katılımcıların Cinsel Yönelimlerinin bilinirliği Değişkenine Göre Serbest Zaman Motivasyon Alt Boyut Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

		N	S.T	S.O.	U	z	P
Bilmek/ Başarmak	Evet	44	41.06	1806.50	547.500	-1.45	.146
	Hayır	31	33.66	1043.50			
Uyarılmak	Evet	44	39.28	1728.50	625.500	-.615	.538
	Hayır	31	36.18	1121.50			
Özdeşim	Evet	44	39.25	1727.00	627.000	-.595	.55
	Hayır	31	36.23	1123.00			
Dışsal Düzenleyen	Evet	44	39.06	1718.50	635.500	-.504	.614
	Hayır	31	36.50	1131.50			
Motivasyonsuzluk	Evet	44	38.19	1680.50	673.500	-.093	.926
	Hayır	31	37.73	1169.50			

Katılımcıların serbest zaman motivasyon alt boyutları puanları ile cinsel yönelimlerinin bilinirliği değişkenine göre anlamlı bir fark yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucuna göre bulunamamıştır.

Tablo 4.9. Katılımcıların Serbest Zaman Motivasyonlarının Serbest Zaman Egzersiz Düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar

	Serbest Zaman Egzersiz Düzeyi	n	S.O.	X ²	sd	p
Bilmek/ Başarmak	Aktif	47	38.28	.04	2	.98
	Orta düzeyde aktif	12	38.25			
	Yeteri kadar aktif değil	16	37.00			
Uyarılmak	Aktif	47	39.89	.98	2	.61
	Orta düzeyde aktif	12	34.50			
	Yeteri kadar aktif değil	16	35.06			
Özdeşim	Aktif	47	37.96	.82	2	.66
	Orta düzeyde aktif	12	33.79			
	Yeteri kadar aktif değil	16	41.28			
Dışsal Düzenleyen	Aktif	47	37.35	1.49	2	.48
	Orta düzeyde aktif	12	44.63			
	Yeteri kadar aktif değil	16	34.94			
Motivasyonsuzluk	Aktif	47	35.05	3.27	1	.19
	Orta düzeyde aktif	12	38.50			
	Yeteri kadar aktif değil	16	46.28			

Serbest zaman motivasyonları ile katılımcıların Serbest Zaman Egzersiz Düzeyi arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucuna göre, ilgili değişkenler arasında istatistiksel anlamda anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 4.10. Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri ile Yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitnet U Testi Sonuçlar

	Yaş	n	S.T.	S.O.	U	z	P
Birey Psikolojisi	24 ve altı	45	36.67	1650.00	615.00	-.66	.51
	25 ve üstü	30	40.00	1200.00			
Bilgi Eksikliği	24 ve altı	45	36.92	1661.50	626.50	-.53	.60
	25 ve üstü	30	39.62	1188.50			
Tesis	24 ve altı	45	36.92	1661.50	626.50	-.53	.60
	25 ve üstü	30	39.62	1188.50			
Arkadaş Eksikliği	24 ve altı	45	37.12	1670.50	635.50	-.44	.66
	25 ve üstü	30	39.32	1179.50			
Zaman	24 ve altı	45	35.47	1596.00	561.00	.1.28	.21
	25 ve üstü	30	41.80	1254.00			
İlgi Eksikliği	24 ve altı	45	36.27	1632.00	597.00	-.85	.39
	25 ve üstü	30	40.60	1218.00			
SZEO Toplam	24 ve altı	45	36.32	1634.50	599.50	-.82	.41
	25 ve üstü	30	40.52	1215.50			

Serbest zaman engelleri ile katılımcıların yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann-Whitnet U testi sonucuna göre, ilgili değişkenler arasında istatistiksel anlamda anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 4.11. Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri ile Eğitim Seviyelerine göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçlar

	Eğitim Seviyesi	n	S.T.	S.O.	U	z	P
Birey Psikolojisi	Lise ve altı	31	40.37	1251.50	608.50	-.80	.42
	Üniversite ve üstü	44	36.33	1598.50			
Bilgi Eksikliği	Lise ve altı	31	44.68	1385.00	475.00	-2.26	.02
	Üniversite ve üstü	44	33.30	1465.00			
Tesis	Lise ve altı	31	44.68	1385.00	475.00	-2.26	.02
	Üniversite ve üstü	44	33.30	1465.00			
Arkadaş Eksikliği	Lise ve altı	31	40.84	1266.00	594.00	-.97	.33
	Üniversite ve üstü	44	36.00	1584.00			
Zaman	Lise ve altı	31	42.39	1314.00	546.00	-1.48	.14
	Üniversite ve üstü	44	34.91	1536.00			
İlgi Eksikliği	Lise ve altı	31	43.42	1346.00	514.00	-1.83	.07
	Üniversite ve üstü	44	34.18	1504.00			
SZEO Toplam	Lise ve altı	31	43.95	1362.50	497.50	-1.99	.05
	Üniversite ve üstü	44	33.81	1487.50			

Serbest zaman engelleri ile katılımcıların eğitim seviyesi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonucuna göre, serbest zaman engelleri ölçeği bilgi eksikliği, tesis ve toplam puan arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p > .05$). Her iki alt boyut ve toplam puanda lise ve altı eğitim düzeyi olan katılımcıların serbest zaman motivasyon puanları üniversite ve üstü eğitim düzeyine olanlara göre daha yüksektir.

Tablo 4.12. Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri ile Sosyo-Ekonomik Durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlar

		n	S.O.	X^2	sd	p
BireyPsikolojisi	Düşük	11	38.55	.10	2	.95
	Orta	53	37.55			
	Yüksek	11	39.64			
Bilgi Eksikliği	Düşük	11	30.14	1.98	2	.37
	Orta	53	38.74			
	Yüksek	11	42.32			
Tesis	Düşük	11	30.14	1.98	2	.37
	Orta	53	38.74			
	Yüksek	11	42.32			
Arkadaş Eksikliği	Düşük	11	33.73	1.18	2	.55
	Orta	53	37.75			
	Yüksek	11	43.45			
Zaman	Düşük	11	33.05	1.14	2	.56
	Orta	53	39.69			
	Yüksek	11	34.82			
İlgiEksikliği	Düşük	11	33.00	1.60	2	.45
	Orta	53	40.03			
	Yüksek	11	33.23			
SZEÖ Toplam	Düşük	11	33.14	.70	2	.71
	Orta	53	38.55			
	Yüksek	11	40.23			

Serbest zaman engelleri ile katılımcıların sosyo-ekonomik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucuna göre, ilgili değişkenler arasında istatistiksel anlamda anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 4.13. Katılımcıların Cinsel Yönelimlerinin bilinirliği Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelleri Alt Boyut Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

		n	S.T	S.O.	U	z	p
BireyPsikolojisi	Evet	44	41.36	1820.00	534.000	-1.61	.11
	Hayır	31	33.23	1030.00			
BilgiEksikliği	Evet	44	41.17	1811.50	542.500	-1.52	.13
	Hayır	31	33.50	1038.50			
Tesis	Evet	44	41.17	1811.50	542.500	-1.52	.13
	Hayır	31	33.50	1038.50			
Arkadaş Eksikliği	Evet	44	40.58	1785.50	568.500	-1.25	.21
	Hayır	31	34.34	1064.50			
Zaman	Evet	44	39.73	1748.00	606.000	-.82	.41
	Hayır	31	35.55	1102.00			
İlgi Eksikliği	Evet	44	40.64	1788.00	566.000	-1.26	.21
	Hayır	31	34.26	1062.00			

Katılımcıların serbest zaman engelleri alt boyut puanları ile cinsel yönelimlerinin bilinirliliği değişkenine göre anlamlı bir fark yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucuna göre bulunamamıştır.

Tablo 4.14. Katılımcıların Serbest Zaman Engelleri ile Serbest Zaman Egzersiz Düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

	Serbest Zaman Egzersiz Düzeyi	n	S.O.	χ^2	sd	P
Birey Psikolojisi	Aktif	47	42.81	6.50	2	.04
	Orta düzeyde aktif	12	27.88			
	Yeteri kadar aktif değil	16	31.47			
Bilgi Eksikliği	Aktif	47	38.76	.343	2	.84
	Orta düzeyde aktif	12	34.71			
	Yeteri kadar aktif değil	16	38.25			
Tesis	Aktif	47	38.76	.342	2	.84
	Orta düzeyde aktif	12	34.71			
	Yeteri kadar aktif değil	16	38.25			
Arkadaş Eksikliği	Aktif	47	36.94	.844	2	.65
	Orta düzeyde aktif	12	43.25			
	Yeteri kadar aktif değil	16	37.19			
Zaman	Aktif	47	37.89	.032	2	.98
	Orta düzeyde aktif	12	37.38			
	Yeteri kadar aktif değil	16	38.78			
İlgi Eksikliği	Aktif	47	37.68	1.63	2	.44
	Orta düzeyde aktif	12	32.58			
	Yeteri kadar aktif değil	16	43.00			
SZEO Toplam	Aktif	47	38.97	.574	2	.75
	Orta düzeyde aktif	12	33.67			
	Yeteri kadar aktif değil	16	38.41			

Serbest zaman engelleri ile katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılım durumları arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucuna göre; birey psikolojisi alt boyutu ile serbest zaman egzersiz düzeyi arasında istatistiksel anlamda anlamlı fark bulunmuştur ($p < .05$). Bu farkın hangi gruplar arası anlamlı olduğunu belirlemek amacıyla ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Mann Whitney-U testi sonucuna göre; aktif olan katılımcılar ile yeteri kadar aktif olmayan katılımcılar arasında, aktif katılımcılar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ($U=198,500$; $Z=-2,685/p < .05$).

5. TARTIŞMA

Serbest zaman literatüründe cinsiyet özelindeki çalışmaların yoğunlukla kadınlar üzerine odaklandığı söylenebilir. Bunun yanı sıra yapılan çalışmalarda, sosyal sınıflar ve cinsel yönelim gibi konuların göz ardı edildiği düşünülmektedir (Dawson, 1986, 1988) Yapılan birçok çalışmada gay ve lezbiyen gibi bireylerin ihmal edildiği vurgulanırken (Kivel, 1994, Jacobson, 1994), Kivel bu konuyla ilgili olarak, bu bireylerin sadece heteroseksüel yönelimli toplum yapısından ve serbest zaman ortamlarından dışlanmadığını aynı zamanda akademik yazında da bu bireylerin dışlandığını belirtmektedir (Allison, 2000). Bu kapsamda, yapılan bu çalışmanın amacı marjinal bir grup olarak görülen LGBTİ bireylerin serbest zaman motivasyonlarını, serbest zaman engellerini ve bu iki kavram arasındaki farkları çeşitli demografik değişkenler aracılığıyla incelemektir.

Yapılan çalışmada LGBTİ bireylerin serbest zaman motivasyon ölçeğine ait puanları incelendiğinde bilmek/başarmak, uyarılmak ve özdeşim alt boyutlarının ortalama puanın üstünde olduğu bulgulanmıştır. Katılımcıların verdikleri cevaplar incelendiğinde serbest zaman motivasyonu alt boyutlarının “bilmek/başarmak” (3,79), “uyarılmak” (3,76) ve “özdeşim” (3,71) olarak sıralandıkları görülmektedir.

Buna ilave olarak bu güncel çalışmada, katılımcıların çeşitli serbest zaman motivasyonu alt boyutları ile demografik değişkenlerden yaş ve serbest zaman etkinliğine katılım düzeyi arasında anlamlı farklılıklar belirlenmiştir.

Buna göre, serbest zaman motivasyonu “motivasyonsuzluk” alt boyutunda 18-25 yaş grubundaki bireylerin puan ortalamaları 36-45 yaş grubundaki bireylere oranla daha düşüktür. Carroll ve Alexandris (1997), çalışmasında engelleri aşmak için motivasyonun önemini vurgularken, asıl aşılması gereken konunun bireyin engelleri anlaması gerektiği değil, motivasyon düzeyini artırarak motivasyonsuzluk durumunun ortadan kalkacağını ve böylelikle serbest zaman katılımlarının artacağını savunmuşlardır (Carroll ve Alexandris, 1997). Erdoğan ve Bahadır (2018) egzersiz yapan bireylerin boş zaman etkinliklerine katılım motivasyonlarını etkileyen faktörleri incelemiş, yapılan bu çalışmaya benzer olarak, yaş bakımından motivasyonsuzluk faktöründe anlamlı fark

tespit etmişlerdir. Çalışmalarında egzersize katılım gösteren yaşlı bireylerin motivasyonsuzluk faktörü, genç bireylere göre daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuç güncel çalışmayla kıyaslandığında, birbirine ters düşmektedir. Bu çalışmada 18-25 yaş grubundaki bireylerin 36-45 yaş grubundaki bireylere kıyasla motivasyonsuzluk boyutunun yüksek çıkması, genç yaş grubundaki LGBTİ bireylerin özellikle akranları tarafından kabul görülüyor olmasından kaynaklanıyor olabilir. Hatta çeşitli istatistiki veriler genç yaştaki LGBTİ bireylerin sıklıkla yaşlıları tarafından sözlü tacize uğradıklarını, sindirildiklerini hatta ölüm ile tehdit edildiklerini göstermektedir (The Guardian). Bu tarz zorbalık içeren davranışlara maruz kalmanın da LGBTİ bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılmada motivasyonsuzluklarını arttırdığı düşünülmektedir. Bu sonuç serbest zaman motivasyon alt boyutu olan arkadaş eksikliği düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmasına açıklama olabilir.

Çalışmada, çeşitli serbest zaman motivasyonları ile katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılım düzeyleri arasındaki anlamlı fark bulgulanmıştır. Çalışma sonucuna göre, LGBTİ bireylerde bilmek/başarmak, uyarılmak ve özdeşim alt boyutları ile serbest zaman etkinliklerine katılım arasında istatistiksel anlamda anlamlı fark vardır. Bu sonuca göre serbest zaman etkinliklerine yüksek düzeyde katılan bireylerin düşük düzeyde katılan bireylere göre bilmek/başarmak, uyarılmak ve özdeşim alt boyutları puan ortalamaları daha yüksektir. Serbest zaman etkinliklerine katılım düzeyi ile serbest zaman motivasyonu arasında önemli bir ilişki vardır ve serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı serbest zaman motivasyonunu etkilemektedir (Chui ve Kayat, 2011). Güney Kore’de gençler üzerine yapılan bir çalışmada, serbest zaman aktivitelerine katılım ile serbest zaman motivasyonu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ve fiziksel aktiviteye daha yüksek düzeyde katılan bireylerin bu aktivitelere katılımdaki motivasyonlarının daha yüksek olduğunu bulgulamışlardır (Cho, 2004). Weeden, Lester ve Jarvis (2016), birçok çalışmada LGBTİ bireylerin seyahat motivasyonlarının heteroseksüel bireylerle benzerlik gösterdiğini belirtmektedir. Bu çerçevede, yapılan çalışmanın sonuçları hem literatürdeki çalışmaları hem de Weeden, Lester ve Jarvis (2016) tarafından yapılan çalışmayı destekler niteliktedir.

Yapılan bu çalışmanın gerçekleştirdiği bir diğer amaç, LGBTİ bireylerin serbest zaman engellerini belirlemektir. İlgili literatürdeki çalışmalarda, LGBTİ bireylerin serbest zaman engellerinin homofobi ve heteroseksizm ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Ancak, yine de LGBTİ bireyler ile serbest zaman kavramı arasındaki çeşitli ilişkilerin irdelenmesine yönelik çalışmaların yapılmasına ihtiyaç vardır (Barbosa ve Liechty, 2018).

Yapılan çalışmada LGBTİ bireylerin serbest zaman engeller ölçğine ait puanları incelendiğinde bütün alt boyutlarda ve ölçek toplam puanlarında ortalama puanın üstünde olduğu bulgulanmıştır.

Yapılan bu çalışmada, LGBTİ bireylerin algıladıkları serbest zaman engeli olarak tesis eksikliği gelmektedir. Bu sonuç, ülkemizde benzer yaş gruplarında yapılan çalışmalarla benzerlik göstermektedir (Kaya, 2011). Ayrıca LGBTİ bireylere yönelik yapılan çalışmalarda bu bireylerin serbest zaman ve turizm faaliyeti olarak benzer cinsel yönelimli kişilerle serbest zaman geçirmeyi tercih ettikleri raporlanmıştır. Buna örnek olarak, turizm faaliyetine katılımın da kendilerine benzer cinsel yönelimli bireylerle, cruise gemileriyle turistik faaliyetlere katılmaları buna örnek olarak gösterilebilir. Yurt dışında, LGBTİ bireylerin sosyalleşmesi, tatil yapması ve serbest zamanlarını etkili bir şekilde değerlendirebilmeleri için Cruise gemileriyle paket tatil programları düzenlenmektedir. 2014 yılında 22 milyon kişinin bu gemi turlarına katıldığı belirtilmiştir. (Cruise Lines International Association (CLIA) 2015). Yine buna bir örnek olarak Prichard (2002), yaptığı çalışmasında LGBTİ bireylerin bir serbest zaman etkinliği olarak turizm faaliyetine katılmasında heteroseksüelizmden kaçış boyutunu serbest zaman etkinliklerine katılmadaki öne çıkan boyut olduğunu raporlamıştır. Yapılan bu güncel çalışmalarla LGBTİ bireylerin serbest zaman etkinliğine katılmada algıladıkları engel boyutunun tesis olması, bu bireylerin serbest zamanlarını geçirmek amacıyla cruise gemilerindeki gibi kendileri için özel olarak düzenlenmiş bir tesis olmadığı için böyle bir engeli ön planda algıladıkları düşünülebilmektedir. Bu çalışmalardan yola çıkılarak bu bireylerin heteroseksüel yaşantıda spor tesislerinde ve serbest zamanlarını değerlendirme boyutunda, cinsel yönelimlerinden dolayı rahat edemedikleri ve kendisi gibi olanlarla vakit geçirmek istediği söylenebilir.

Yapılan bu çalışmada, bulgular incelendiğinde serbest zaman engellerinden bireyin psikolojisi alt boyutunun algılanan engel düzeyine göre yüksek çıktığı belirlenmiştir. Çoruh ve Karaküçük (2014) çalışmasında birey psikolojisi engel alt boyutunun kadınlar ve erkekler arasında anlamlı farklılık bulmuştur. Çalışmalarındaki bulgulara göre, erkekler serbest zaman faaliyetlerine katılmak için kendilerini hazır hissetmediklerini belirtmişlerdir. James (1995) yaptığı çalışmada, kadınların halka açık tesislerde katıldıkları faaliyetleri sınırlandıran bir etken olarak dış görünüşün etkili olduğunu bulmuştur (Akt: Çoruh ve Karaküçük, 2014). Benzer şekilde de LGBTİ bireylerin dış görünüşlerinin serbest zaman engelleri alt boyutu olan birey psikolojisi alt boyutunda önemli bir etken olduğu düşünülebilir. Ayrıca, yapılan çalışmalarda homofobinin önemli bir serbest zaman engeli olduğu raporlanmaktadır (Barbosa ve Liechty, 2018). Bu kapsamda, LGBTİ bireylerin homofobik davranışlardan dolayı birçok olumsuz psikolojik durumla karşı karşıya kalması, serbest zaman engeli olan bireysel psikoloji olarak karşımıza çıkmaktadır. Aynı zamanda bütün bu engellerin ilgi eksikliğine de sebep olduğu düşünülebilir.

Ayrıca, çalışmada katılımcıların serbest zaman engelleri “birey psikolojisi” alt boyutu ile serbest zaman egzersiz düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Buna göre, serbest zaman egzersiz düzeyi yeteri kadar aktif olmayan katılımcıların, aktif olan katılımcılara oranla birey psikolojisi alt boyutu engelindeki puan ortalamaları daha yüksektir. Bu kapsamda, daha az aktif olan bireylerin algıladıkları serbest zaman engeli, aktif olan bireylere oranla daha fazladır. Daha önceki yapılan çalışmalarda, aktif olan bireylerin algıladıkları engel düzeyinin daha düşük olduğu yönündedir (Alexandris ve ark., 2003; Raedeke ve Burton, 1997; Wilhelm-Stanis ve ark., 2010). Yapılan bu çalışmanın sonucu da ilgili çalışmalarla benzerlik göstermektedir.

5. SONUÇ ve ÖNERİLER

LGBTİ bireylerin serbest zaman ve serbest zaman engellerinin irdelendiği bu çalışmada, katılımcıların çoğunlukla 18-25 yaş aralığında, eğitim seviyesi yüksek, sosyo-ekonomik durumu ve serbest zaman etkinliklerine katılım düzeyi orta olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan bireylerin çoğunluğunun cinsel yönelimleri bilinmekte ve araştırmaya katılan grup çoğunlukla lesbijen ve gay erkeklerden meydana gelmektedir.

Bu çalışmanın sonuçlarına göre, katılımcıların bulgulanmış önplana çıkan serbest zaman motivasyonları bilmek, özdeşim, uyarılmak ve başarmak alt boyutlarıyen en düşük ortalama puana sahip alt boyut motivasyonsuzluktur. Katılımcıların algıladıkları serbest zaman engel düzeyleri sonuçlarına göre ise, ilgi eksikliği, zaman, arkadaş eksikliği, birey psikolojisi ve tesis alt boyutlarının en yüksek ortalama puanlara sahip engel boyutları olduğu görülürken, en düşük ortalama puana sahip alt boyut bilgi eksikliğidir.

Çalışmanın bir diğer sonucu, katılımcıların çeşitli serbest zaman motivasyonu ve engelleri alt boyutları ile demografik değişkenler arasında anlamlı farklılıklardır. Buna göre LGBTİ bireylerin serbest zaman motivasyonlarını yaş ve serbest zaman etkinliğine katılım düzeyleri etkilerken, serbest zaman engellerini sadece serbest zaman egzersiz düzeyi etkilemektedir.

Serbest zaman ile ilgili literatürde LGBTİ bireylere yönelik çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Bu kapsamda, ilgili çalışmaların arttırılması konunun daha iyi açıklanmasına katkı sağlayacaktır. Ayrıca, LGBTİ bireylerin her birinin farklılıkları göz önüne alınarak yapılacak çalışmaların tek bir grup üzerine odaklanması önerilmektedir. Yapılan çalışmada, LGBTİ bireylerin serbest zaman engelleri incelenmiştir. Ancak, çalışma süresince uygulanan anket formlarında araştırmaya katılan bireylerin daha farklı serbest zaman engellerine sahip oldukları ile ilgili yorumlara rastlanmıştır. Ancak bu yorumlar araştırmanın kapsamında olmadığı için çalışmaya dâhil edilmemiştir. Yapılacak olan sonraki çalışmalarda, bu durumun göz önüne alınması yöntemsel olarak karma yöntemlerin kullanılarak daha derinlemesine bilgi sağlanması önerilmektedir. Yine çalışma süre bakımından sınırlılığa sahip olduğu için örneklem sayısı sınırlı kalmıştır.

Yapılacak olan sonraki çalışmalarda daha büyük örneklem gruplarına ulaşılabilecek takvim planlaması yapılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

Alexandris K, Barkoukis V, Tsorbatzoudis H, Grouious G. A study of perceived constraints on a community-based physical activity program for the elderly in Greece. *Journal of Aging and Physical Activity*. 2003;11(35): 305–318.

Alexandris K, Carroll B. An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: Results from a study in Greece, *Leisure Sciences*. 1997;19: 1-15.

Allison MT. Leisure, diversity and social justice, *Journal of Leisure Research*, 2000;32(1):2-6.

Arkonaç SA. Psikoloji Zihin Süreçleri Bilimi, İstanbul: Alfa Yayınevi; 1998, s:510.

Arslan S. Yüksek Öğretim Kredi ve Yurtlar Kurumu'na Bağlı Yurtlarda Kalan Bayan Öğrencilerin Rekreasyon (Boş Zaman Değerlendirme) Sorunları Üzerine Bir Araştırma, Yüksek Lisans Tezi, 1996, Ankara. (Yrd.Doç.Dr. Erdoğan Yılmaz).

Barbosa C, Liechty T. Exploring leisure constraints among lesbian women who attend a straight-friendly church. *Journal of Leisure Research*. 2018;49(2): 91-108.

Berghan S. Lubunya: Transeksüel Beden ve Kimlik. Metis Yayınevi, İstanbul; 2007.

Bialeschki MD, Pearce KD. "I don't want a lifestyle—I want a life": The effect of role negotiations on the leisure of lesbian mothers. *Journal of Leisure Research*, 1997;29(1): 113-131.

Caldwell L, Kivel BD, Smith E, Hayes D. An exploratory study on leisure experiences, leisure behaviors and health risk behaviors of adolescents who are lesbian or gay. *Journal of Leisure Research*. 1998;30(3): 341–355.

Carroll B, Alexandris K. Perception of constraints and strength of motivation: Their relationship to recreational sport participation. *Journal of Leisure Research*. 1997; 29(3): 279-299.

Çelik G. Kamu kuruluşlarında çalışan engelli bireylerin serbest zaman engellerinin ve tatmin düzeylerinin incelenmesi: Antalya merkez örneği. A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011, Antalya (Danışman: Yrd.Doç.Dr.Evren Tercan Kaas).

Chiu W, Wang C, Huang Y, Chen Y, Developing a case-based reasoning system of leisure constraints. *Information Technology Journal*. 2011;10(3): 541-548.

Chiu YC. Leisure Activities and Psychological Well-being among Family Caregivers of Alzheimer's Disease Sufferers in Taiwan – A Project Final Report. National Science Council of Taiwanese Government, Taipei, Taiwan: 2008, p: 62.

Chiu, LK, Kayat K. Psychological determinants of leisure time physical activity participation among public university students in Malaysia. *Asean Journal of Teaching and Learning in Higher Education (AJTLHE)*. 2010; 2(2): 33-45.

Cho MH. The strength of motivation and physical activity level during leisure time among youth in South Korea. *Youth & Society*. 2004;35(4): 480-494.

Cinsel Terapi İnternet Adresi <http://www.cinselterapi.org/makaleler/13/escinsel-terapi-escinsellik-hakkinda-sik-sorulan-sorular.html> Erişim Tarihi: 16.01.2019.

CLIA (Cruise Lines International Association). Cruise industry outlook: Cruising to new horizons and offering travelers more. Erişim Tarihi: 9 Şubat 2015. Erişim Linki: <http://cruising.org/sites/default/files/pressroom/PressConferencePresentation.pdf>

Coleman R, Barrie G. *Manager's Guide*. Çeviren: Harmancı M. Yöneticinin Kılavuzu. Remzi Kitabevi. İstanbul; 206.

Çoruh Y, Karaküçük S. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörler. *International Journal of Science Culture and Sport*. 2014;1: 854-862.

Cox S, Gallois C. Gay and lesbian identity development: A social identity perspective. *Journal of Homosexuality*. 1996;30(4):1-30.

Crawford D, Jackson E, Godbey G. A hierarchial model of leisure constraints. *Leisure Sciences*. 1991;13: 309-320.

Cutillo-Schmitter TA, Zisselman M, Woldow A. Life satisfaction in centenarians residing in long-term care, *Annals of Long Term Care*. 1999;7(12): 437-442.

Dawson D. Leisure and social class: Some neglected theoretical considerations. *Leisure Sciences*, 1986;8(1): 47-61.

Dawson D. Leisure and the defination of poverty. *Leisure Studies*, 1988;7(3):221-231.

Deci EL, Ryan RM. *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum; 1985.

Doğan O. *Spor Psikolojisi, İkinci Baskı*, Adana: Nobel Kitabevi; 2005.

Eliason MJ. Identity formation for lesbian, bisexual, and gay persons: Beyond a “minoritizing” view. *Journal of Homosexuality*. 1996; 30(3); 31-58.

Engin E. *Psikiyatri Kliniğinde Çalışan Hemşirelerin Öfke Düzeyleri ile İş Motivasyonları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. E.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2004, İzmir (Danışman: Prof. Dr. Şengül Hablemitoğlu).

Erdoğan Ç, Bayındır Z. Egzersiz yapan bireylerin boş zaman etkinliklerine katılım motivasyonlarını etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Journal of Sports and Performance Researches* 2018;10(1):56-68.

Erkal, M. “Sosyolojik Açıdan Spor”, *Türk Dünyası Araştırmaları* 5, İstanbul; 1992.

Evrensel Haber Sitesi <https://www.evrensel.net/haber/348256/toplumsal-cinsiyet-ve-cinsiyet-kavrami> Erişim Tarihi: 10.01.2019.

Fawcett LM, Garton AF, Dandy J. Role of motivation self-efficacy and parent support adolescent structured leisure activity participation. *Australian Journal of Psychology*. 2009;61(3): 175-182.

Gökmen H, Açıklan A, Saydar Z. Yükseköğrenim Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinlikleri Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri, Ankara: M.E. G.S.B. Yayını; 1985, s:14.

Güler H. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Boş Zaman Engellerinin Boş Zaman Motivasyonlarına Etkisinin Araştırılması (Bartın Üniversitesi Örneği). B.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017, Bartın (Danışman: Doç. Dr. Mutlu Türkmen)

Güney S. Davranış Bilimleri. Ankara: Nobel Yayınları; 2000, s:17.

Güngörmüş HA. Özel sağlık-spor merkezlerinden hizmet alan bireyleri rekreasyonel egzersize güdüleyen faktörler. G. Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2007 Ankara. (Danışman:Prof.Dr.Suat Karaküçük).

Güngörmüş HA. The study of validity and reliability of Turkish version of Leisure Motivation Scale, Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies, 2012;4(3): 1209-1216.

Gürbüz B, Karaküçük S, Sarol H. Examination of Perception of Constraints on Recreational Activities Participation: Results from A Study in Ankara, 11. International Sport Sciences Congress, 10-12 November, Antalya, 2010, p:340-343.

Gürbüz B, Öncü E, Emir E. Leisure Constraints Questionnaire: Testing the construct validity, 12th International Sports Sciences Congress, Denizli, Turkey, 2012, p:339-343, December 12-14.

Haber Türk İnternet Sitesi <https://www.haberturk.com/yasam/haber/824559-turkiyede-escinselin-portresi> Erişim Tarihi: 10.09.2018.

Henderson KA. Anatomy is not destiny: A feminist analysis of the scholarship on women's leisure, Leisure Sciences. 1990; 12: 229- 236.

Hong SM, Giannakopoulos E. The relationship of satisfaction with life to personality characteristics. The Journal of Psychology. 1994;128(5): 547-558.

Hürriyet Gazatesi İnternet Sitesi <http://www.hurriyet.com.tr/her-sey-tesvik-edilebilir-ama-lgbt-olmak-asla-11565291> Erişim Tarihi: 22.09.2018.

Jackson EL, Crawford DW, Godbey G. Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*. 1993;15(1): 1-11.

Jackson EL, Scott D. Constraints to Leisure. In: Jackson EL, Burton TL, eds. *Leisure Studies: Prospects for the Twenty-First Century*. State College; 1999, p:167-175.

Jackson EL. Variations in the desire to begin a leisure activity: Evidence of antecedent constraints?" *Journal of Leisure Health*. 1990;22(1): 55-70.

Jacobson S. Different but equal: Risks and opportunities in the lives of lesbians, gay men, and bisexual men and women. *Journal of Leisurability*, 1994;24(4):3-13.

Jenkins JM, Pigram JJ. Introduction. In: Jenkins JM, Pigram JJ, eds. *Encyclopedia of Leisure And Outdoor -Recreation*, Routledge: London; 2003, p:75-279.

Johnson CW. Living the game of hide and seek: Leisure in the lives of gay and lesbian young adults. *Leisure/Loisir*, 1999;24(3-4): 255-278.

Karaküçük S, Ekenci G. Okulların boş zamanları değerlendirme (rekreasyon) eğitimindeki rolü. *Milli Eğitim Dergisi*. 1995: 62–66.

Karaküçük S, Gürbüz B. *Rekreasyon ve Kent(li)leşme*. Ankara: Gazi Kitabevi; 2007.

Karaküçük, S. *Rekreasyon – Boş Zaman Değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitapevi, 5.Basım; 2005.

Kaya AM. Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları Ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. C.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. 2011, Sivas (Doç.Dr.Mutlu Türkmen).

Kelly R. *Leisure*. Melbourne: Allyn & Bacon;1996.

Kim B, Heo J, Chun S, Lee L. Validation of the Leisure Facilitator Scale, *Leisure/Loisir*. 2011;35(4):391-405.

Kivel B. Lesbian and gay youth and leisure: Implications for practioners and researchers. *Journal of Park and Recreation Administration*. 1994;11(4):15-28.

Kivel BD, Kleiber DA. Leisure in the identity formation of lesbian/gay youth: Personal, but not social, leisure sciences: An Interdisciplinary Journal. 2000;22(4):215-232.

Kivel BD. In on the outside, out on the inside: Lesbian, gay bisexual youth, identity and leisure. University of Georgia, Unpublished doctoral dissertation,1996, Athens.

Kivel BD. Lesbian and gay youth and leisure: Implications for administrators and researchers. Journal of Park and Recreation Administration. 1994;12(4):15–28.

Koç Ş. Spor Psikolojisine Giriş. İzmir: Saray Medikal Yayıncılık; 1994, s:286

Maslow AH. A theory of motivation. Psychological Review. 1943;50(4): 370-96.

Mirzeoğlu N. Rekreasyon ile İlgili Temel Kavramlar, Beden Eğitimi ve Spor Bilimlerine Giriş. Ankara: Bağırhan Yayınevi; 2003.

Murphy PK, Alexander PA. A Motivated Exploration of Motivation Terminology, Contemporary Education Psychology, 2000; 25(1): 3- 53.

Onaran O. Çalışma Yaşamında Güdülenme Kuramları. Ankara: Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları; 1981.

Özdemir S, Karaküçük S, Gümüş M, Kıran S. Türkiye Taş Kömürü Kurumu Genel Müdürlüğü'nde Çalışan Yeraltı İşçilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Belirlenmesi, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Bildiri Kitabı, Muğla; 2006; s.10.

Özşaker M. Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2012;14(1): 126-131.

Plotnik R, Kouyoumdjian H. Introduction to Psychology, 9th ed. Wadsworth: Cengage Learning; 2011, p:330.

Raedeke TD, Burton D. Personal investment perspective on leisure-time physical activity participation: role of incentives, program compatibility, and constraints. Leisure Sciences. 1997;19:209–228.

Reiss S. Intrinsic and extrinsic motivation. *Teaching of Psychology*. 2012; 39(2): 152-156.

Sato M, Jordan JS, Funk DC. The role of physically active leisure for enhancing quality of life. *Leisure Sciences*. 2014; 36(3): 293-313.

Sevil T, Şimşek KY, Katırcı H, Çelik OV, Çeliksoy MA. *Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi*. 1. Baskı. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını; 2012.

Shaw SM, Kleiber DA, Caldwell LL. Leisure and identity formation in male and female adolescents: A preliminary examination. *Journal of Leisure Research*. 1995;27(3): 245-263.

Stodolska M, Jackson EL. Incidents and implications of ethnic discrimination in leisure. National Park and Recreation Association National Conference's leisure research symposium on ethnic minorities, marginalized groups, women and older adults, Salt Lake City; 1997.

Suiçmez H. Türkiye ve İngiltere'deki Sportif Rekreasyon Yöneticilerinin Karakteristik Özellikleri. K.T.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2000, Trabzon (Danışman: Yrd. Doç. Dr. Arslan Kalkavan).

Tekin A. *Rekreasyon*. Ankara: Ata Ofset Matbaacılık; 2009.

Tezcan M. *Boş Zamanlar Sosyolojisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları; 1993.

The Guardian İnternet Sitesi <https://www.theguardian.com/society/2011/nov/10/school-hard-place-gay-bullying> Erişim Tarihi: 21.01.2019

Türk Dil Kurumu İnternet Sitesi. Erişim Tarihi: 27 mayıs 2019. Erişim Linki: <http://sozluk.gov.tr/>

Veal AJ. Definitions of leisure and recreation. *Australian Journal of Leisure and Recreation*. 1992;4: 44-52.

Weeden C, Lester JA, Jarvis N. Lesbians and gay men's vacation motivations, perceptions, and constraints: A study of cruise vacation choice. *Journal of Homosexuality*. 2016;63: 91-108.

Wilhelm-Stanis SA, Schneider IE, Pereira MA. Park and health: Differences in constraints and negotiation strategies for park-based leisure time physical activity by stage of change. *Journal of Physical Activity and Health*. 2010;7: 273-284.

Yazıcıoğlu Y, Erdoğan S. SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Detay Yayıncılık; 2004.

Yerlisu Lapa T, Ağyar E, Bahadır Z. Yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu, serbest zaman katılımı: Beden eğitimi ve spor öğretmenleri üzerine bir inceleme (Kayseri ili örneği) *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2012;2: 53-59.

ANKET FORMU




**LGBTİ'li Bireylerin Serbest Zaman Motivasyonları ve Serbest Zaman Engelleri
Üzerine Bir Araştırma**

Sayın Katılımcı;

Bu anket formu Serbest Zaman katılımınızı, serbest zaman egzersiz düzeyinizi, serbest zaman motivasyonunuzu ve katılımınıza engel olan unsurları belirlemeye yönelik hazırlanmıştır. Elde edilen veriler sadece bu araştırma kapsamında kullanılacaktır. Vereceğiniz samimi cevaplarınız için teşekkür eder, saygılar sunarız.

Akdeniz Üniversitesi, BESYO- Antalya

Yaş	Mesleğiniz
Eğitim seviyesi	<input type="checkbox"/> Okur yazar <input type="checkbox"/> Lise	<input type="checkbox"/> İlkokul <input type="checkbox"/> Lisans/Önlisans	<input type="checkbox"/> Ortaokul <input type="checkbox"/> Lisansüstü
Toplumun genelini göz önünde bulundurduğunuzda sosyo-ekonomik durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?	<input type="checkbox"/> Düşük	<input type="checkbox"/> Orta	<input type="checkbox"/> Yüksek
Serbest zaman etkinliklerine katılım düzeyiniz?	<input type="checkbox"/> Düşük	<input type="checkbox"/> Orta	<input type="checkbox"/> Yüksek
Cinsel tercihiniz toplum tarafından biliniyor mu?	<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
Kendinizi nasıl ifade edersiniz?	<input type="checkbox"/> Lezbiyen <input type="checkbox"/> Gay	<input type="checkbox"/> Biseksüel <input type="checkbox"/> Transseksüel	<input type="checkbox"/> İnterseksüel <input type="checkbox"/> Diğer.....
SERBEST ZAMAN EGZERSİZ ÖLÇEĞİ			
Bu çalışma serbest zaman içinde, en az 15 dakika veya daha fazla sürede yaptığınız serbest zaman egzersiz düzeyinizi ölçmeye yöneliktir. Serbest zaman egzersizi "enerji harcanmasıyla sonuçlanan iskelet kasları yoluyla meydana gelen herhangi bir bedensel hareket" olarak değerlendirilmektedir. Serbest zaman egzersizi, spor (futbol, voleybol ...), aktif rekreasyon aktivitesi (koşu, yoga ...) ve egzersiz (planlı, yapılandırılmış, tekrarlayan vücut geliştirme gibi) gibi sınıflara ayrılabilir. Bu tanım iş ve okul içinde yapılan egzersizlerden hariç tutulmaktadır. Aşağıdaki soruları cevaplandırırken işte, okulda (beden eğitimi dersi) ya da evde (temizlik...) yaptığınız egzersizleri göz önünde bulundurmayınız.			
Bir haftanız göz önüne alındığında, serbest zamanınız süresince 15 dakikadan fazla olan, ortalama kaç kez egzersiz yapıyorsunuz?			
a) Zorlayıcı/ Yorucu Fiziksel Aktivite (Yüksek Kalp Atımlı) (örneğin; koşu, jogging, futbol, squash, basketbol, kayak, judo, kayak, zorlayıcı yüzme, uzun mesafe bisiklet gibi) Haftada.....kez			
b) Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (Fazla Yorucu Olmayan) (örneğin; hızlı adım yürüyüş, tenis, bisiklet, voleybol, badminton, yüzme, dans gibi) Haftada.....kez			
c) Hafif Şiddetli Fiziksel Aktivite (Yorucu Olmayan) (örneğin; yoga, balık tutma, bowling, binicilik, golf, yürüyüş gibi) Haftada.....kez			

SERBEST ZAMAN MOTİVASYON ÖLÇEĞİ					
Serbest zamanlarınızda en sık yaptığınız etkinlikleri belirtiniz ve aşağıdaki sorulara cevap veriniz. Aşağıdaki ölçeği kullanarak, serbest zamanlarınızda yaptığınız etkinliklere katılma nedeninize uygun seçeneği belirtiniz					
GENELLİKLE SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNİZİ NEDEN YAPARSINIZ?	HİÇ Katılmıyorum	Katılmıyorum	Hiç katılmıyorum ne de katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
Diğer işleri yapmaktan kurtulmak için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Yeni şeyleri öğrenmekten çok keyif aldığım ve doyum hissettiğim için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Daha sonraki yaşamımda kullanabileceğim sosyal, fiziksel veya zihinsel yetenekleri geliştirmenin iyi bir yolu olduğunu düşündüğüm için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Heyecan verici deneyimler yaşadığımı düşünüyorum.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Serbest zaman aktivitelerini neden yaptığımı bilmiyorum.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Mücadele gerektiren ilginç şeylerin üstesinden gelmeye çalışmak doyum hissi veriyor.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Serbest zamanımı doldurmak benim için çok önemlidir.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Hiçbir iş yapmayan birisi gibi görünmek istemediğim için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Bana çekici gelen konular hakkında daha fazla bilgi edinmenin beni memnun etmesi.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Kişisel düzeyde gelişim sağlamanın bir yolu olarak gördüğüm için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Bu tür aktiviteleri yaparken kendimi özgür hissettiğim için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Emin değilim ama serbest zaman aktivitelerinin bana uygun olmadığını düşünüyorum.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
İlginc aktiviteler yaparak kendimi geçtiğimi (aştığımı) hissediyorum.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Hayatta mutlu olmak için serbest zaman aktivitelerine gerçekten ihtiyaç duyulduğu için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Bazen diğerleri tarafından takdir edilmemi sağladığı için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
İlgimi çeken konular derinliğine (daha iyi) anlamama imkân verdiği için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Diğer alanlarda benim için önemli olan becerileri kazanmanın bir yolu olarak gördüğüm için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Serbest zaman aktiviteleri beni gerçekten yüce/asil hissettirdiği için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Emin değilim ama çok iyi yapabileceğim bir aktivitenin olmadığı gibi bir fikrim var.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Mücadele gerektiren aktiviteleri yaparken kendimi geçtiğimi (aştığımı) hissettiğim için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Kendimi kesinlikle meğgul hissetmek istediğim için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Diğerlerine kendimin dinamik bir insan olduğumu göstermek için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
İlginc alanları keşfetmeme izin verdiği için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Kendimin diğer yönlerini keşfetmenin bir yolunun da serbest zaman aktivitelerine katılmaktan geçtiğini düşündüğüm için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Tamamen rahatlama hissi verdiği için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Bilmiyorum ama serbest zaman aktivitelerine katıldığım süreleri zamanımı boşa harcamış gibi düşünüyorum.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Karşık aktiviteleri yapmaya çalışırken kendimi hoşnut hissediyorum.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
Serbest zamanlarımda kendimin kesinlikle iyi bir ruh halinde olmasını istediğim için.	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]

Serbest Zaman Engelleri Ölçeği					
Aşağıda sportif rekreasyonel aktivitelere katılımınızı engelleyebileceği düşünülen bazı ifadelere yer verilmiştir. Bu ifadelerin rekreasyonel etkinliklere katılımınızı engellemedeki önem derecesini liste üzerinde ayrılan alana işaretleyiniz.		Kesinlikle Önemliiz Önemliiz Önemli Çok Önemli			
Aktiviteleerin yorgunluk hissi vermesi		[1]	[2]	[3]	[4]
Kendini yorgun hissetmek		[1]	[2]	[3]	[4]
Sakatlanmaktan korkmak		[1]	[2]	[3]	[4]
Nerden öğreneceğini bilmemek		[1]	[2]	[3]	[4]
Nerede katılacağını bilmemek		[1]	[2]	[3]	[4]
Öğretecek kimsenin olmaması		[1]	[2]	[3]	[4]
Tesis donanımının yetersiz olması		[1]	[2]	[3]	[4]
Tesislerin yetersiz olması		[1]	[2]	[3]	[4]
Tesislerin kalabalık olması		[1]	[2]	[3]	[4]
Arkadaşlarının zamanının olmaması		[1]	[2]	[3]	[4]
Beraber katılacak kimsenin olmaması		[1]	[2]	[3]	[4]
Arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması		[1]	[2]	[3]	[4]
Aile için zaman ayırmak zorunda olmak		[1]	[2]	[3]	[4]
Sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak		[1]	[2]	[3]	[4]
Program zamanlarının uygun olmaması		[1]	[2]	[3]	[4]
Geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek		[1]	[2]	[3]	[4]
İlgili olmamak		[1]	[2]	[3]	[4]
Rutin programı bozmak istememek		[1]	[2]	[3]	[4]

Ankete katıldığınız için teşekkür ederiz.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı	Pelin	Uyruğu	TC
Soyadı	ÖZTAN	Tel no	5545222027
Doğum tarihi	03.01.1988	e-posta	oztanpelin@hotmail.com

Eğitim Bilgileri

	Mezun olduğu kurum	Mezuniyet yılı
Lise	Saime Salih Konca Anadolu Lisesi	2005
Lisans	Akdeniz Üniversitesi BESYO Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	2012
Yüksek Lisans		
Doktora		

İş Deneyimi

Görevi	Kurum	Süre (yıl-yıl)
İşletmeci	Ramada Otel	2018
Spor Eğitmeni	Ramada Otel	2014-2015
Spor Eğitmeni	Curves Fitness	2012-2013

Yabancı Dilleri	Sınav türü	Puanı
İngilizce	YDS	49,75

Proje Deneyimi

Proje Adı	Destekleyen kurum	Süre (Yıl-Yıl)

Burslar-Ödüller:

Yayınlar ve Bildiriler:

Çetinkaya G., Yıldız M., Çetinkaya P., "What Hikers Wants? A Travel Agents Perspective", 19th International Academic Conference, Floransa, ITALYA, 16-19 Eylül 2015, pp.144-152