

tez

Yazar Tunay Hoyladı

Gönderim Tarihi: 02-Oca-2023 11:16AM (UTC+0300)

Gönderim Numarası: 1987911575

Dosya adı: TEZ_32_-J_ri_yeli_tez_onay_formlu_02-01-23_03_-_Kopya.docx (260.35K)

Kelime sayısı: 16627

Karakter sayısı: 122055



T.C.

KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REKREASYON YÖNETİMİ ANABİLİM DALI

Z KUŞAĞI BİREYLERİN BİR REKREASYON İŞLETMESİ OLARAK SPOR
SALONLARINDAN FAYDALANMA BAĞLAMINDA YAŞAM KALİTESİ
DÜZEYLERİ

Hazırlayan

Tunay HOYLADI

Danışman

Doç. Dr. Murat ARSLANDERE

1

KARAMAN-2022



T.C.
KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REKREASYON YÖNETİMİ ANABİLİM DALI

Z KUŞAĞI BİREYLERİN BİR REKREASYON İŞLETMESİ OLARAK SPOR
SALONLARINDAN FAYDALANMA BAĞLAMINDA YAŞAM KALİTESİ
DÜZEYLERİ

Hazırlayan
Tunay HOYLADI

34
Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

Danışman
Doç. Dr. Murat ARSLANDERE

KARAMAN-2022

Z KUŞAĞI BİREYLERİN BİR REKREASYON İŞLETMESİ OLARAK SPOR
SALONLARINDAN FAYDALANMA BAĞLAMINDA YAŞAM KALİTESİ
DÜZEYLERİ

¹
Tezin Kabul Ediliş Tarihi: / /2023

Jüri Üyeleri (Ünvanı, Adı Soyadı)	İmzası
Üye: Doç. Dr. Murat ARSLANDERE
Üye: Dr. Öğr. Üyesi Ali Kemal TAŞKIN
Üye: Dr. Öğr. Üyesi Kemal KAMACI
Yedek Üye: Doç. Dr. Hüseyin KUTBAY
Yedek ¹³ Üye: Dr. Öğr. Üyesi Mehmet ETLİOĞLU

Bu tez, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yönetim Kurulunun
...../...../..... tarih ve sayılı oturumunda belirlenen jüri tarafından kabul edilmiştir.

Enstitü Müdürü: Doç. Dr. Ahmet Alper SAYIN

Mühür
İmza

Hazırlayan

Kalite Sistem Onayı

8 **BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK**

Bu çalışmadaki tüm bilgilerin, akademik ve etik kurallara uygun bir şekilde elde edildiğini beyan ederim. Aynı zamanda bu kural ve davranışların gerektirdiği gibi, bu çalışmanın özünde olmayan tüm materyal ve sonuçları tam olarak aktardığımı ve referans gösterdiğimi belirtirim.

(İmza)
(Adı Soyadı)

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa No</u>
TEZONAYSAYFASI	iv
²⁴ İÇİNDEKİLER.....	I
ÖNSÖZ	xi
ÖZET	xii
ABSTRACT	xiii
KISALTMALAR	xiv
TABLOLARLİSTESİ	xv
ŞEKİLLİSTESİ	¹⁵ xvii
GİRİŞ	1

I. BÖLÜM

ZAMAN, BOŞ ZAMAN VE REKREASYON KAVRAMLARI

1.1. Zaman Kavramı	5
1.2. Boş Zaman Kavramı	6
1.3. ³ Rekreasyon Kavramı.....	9
1.4. Rekreasyonun Özellikleri.....	10
1.5. Rekreasyonun Sınıflandırılması	12
1.5.1. İçeriksel Sınıflandırma (Etkinliğine Göre).....	12
1.5.2. Mekâna Göre Rekreasyon	12
1.5.3. Fonksiyonuna Göre Rekreasyon	13
1.5.4. Etkinliklerin KatılımınaGöreRekreasyon.....	13
1.5.5. Katılanların MilliyetineGöreRekreasyon	14
1.5.6. Katılanların YaşınaGöreRekreasyon.....	14
1.5.7. Katılanların SayısınaGöreRekreasyon	14
1.6. ¹⁶ Rekreasyon İhtiyacı	14
1.7. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri	17
1.7.1. Fiziksel İhtiyaçlar.....	17
1.7.2. Sosyal İhtiyaçlar	18
1.7.3. Psikolojikİhtiyaçlar.....	18

1.7.4. Kişisel Beceri ve Yeteneklerin Geliştirilmesi İhtiyacı	19
1.7.5. Duygusal İhtiyaçlar	19
1.8. Rekreasyonun Faydaları.....	19
1.9. Rekreasyona Katılımı Etkileyen Faktörler.....	19

II. BÖLÜM

REKREASYON İŞLETMECİLİĞİ VE TÜRLERİ

2.1. Rekreasyon İşletmesi Tanımı.....	22
2.2. Rekreasyon İşletme Türleri.....	22
2.2.1. Doğa ve Çevresel Amaçlı Rekreasyon İşletmeleri.....	23
2.2.2. Sağlık İçin Rekreasyon İşletmeleri	23
2.2.3. Eğitim İçin Rekreasyon İşletmeleri.....	24
2.2.4. Eğlence ve Turistik Amaçlı Rekreasyon İşletmeleri.....	24
2.2.5. Sportif Amaçlı Rekreasyon İşletmeleri	24
2.3. Spor Amaçlı Hizmet Veren Rekreasyon İşletmelerinden Spor Salonlarının tanımı ve Sınıflandırılması.....	25
2.3.1. Sporun Tanımı.....	25
2.3.2. Spor Yapmanın Önemi ve Amacı	25
2.3.3. Spor Salonu (Fitness Salonları).....	26
2.3.4. Spor Salonlarının Özellikleri.....	26

III. BÖLÜM

KUŞAK KAVRAMI VE ORTAYA ÇIKIŞI VE YAŞAM KALİTESİ KAVRAMI

3.1. Kuşak Kavramı	29
3.2. Kuşak Sınıflandırılması	31
3.2.1. Bebek Patlaması Kuşağı.....	32
3.2.2. X Kuşağı.....	33
3.2.3. Y Kuşağı.....	34
3.2.4. Z Kuşağı	35
3.2.4.1. Z Kuşağının Karakter Özellikleri	35
3.2.4.2. Z Kuşağı ve Eğitim	36
3.2.4.3. Z Kuşağı ve İş Hayatı	37
3.2.4.4. Z Kuşağı ve Sosyal Medya.....	38
3.2.4.5. Tüketici Olarak Z Kuşağı.....	38

IV. BÖLÜM

KALİTENİN TANIMI VE YAŞAM KALİTESİ

4.1. Kalitenin Tanımı	40
-----------------------------	----

4.2. Yaşam Kalitesinin Tanımı	40
4.3. Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler ve Alt Boyutları	42
4.3.1. Genel Yaşam Kalitesi	43
4.3.2. Genel Sağlık Kalitesi	44
4.3.3. Bedensel Alan Düzeyleri	44
4.3.4. Ruhsal Alan Düzeyleri	45
4.3.5. Sosyal Alan Düzeyleri	45
4.3.6. Çevresel Alan Düzeyleri	46

V. BÖLÜM YÖNTEM VE BULGULAR

3 5.1. Araştırmanın Amacı ve Yöntemi	47
5.2. Araştırmanın Evren, Örneklemi ve Sınırlılıkları	48
5.3. Araştırmanın Hipotezleri	48
5.4. Araştırma Kapsamında Kullanılan Analitik Teknikler ve Analizler	52
5.4.1. Betimleyici İstatistikler	53
5.4.2. Farklılık Analizleri	54

TARTIŞMA	63
SONUÇ VE ÖNERİLER	66
KAYNAKLAR	68
EKLER	89
Ek-A: Bilgilendirme Formu	89
Ek-B: Kişisel Bilgi Formu	89
Ek-C: Whoqol- Bref Yaşam Kalitesi Ölçeği	90
ÖZGEÇMİŞ	94

1 ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitimimde bana her türlü destek ve imkânı sağlayarak daha iyi işler çıkarmam için beni teşvik eden, bilgi ve önerilerinden her zaman istifade ettiğim sayın danışmanım Doç. Dr. Murat ARSLANDERE hocama teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca engin rübelerini benden esirgemeyen Dr. Öğr. Üyesi Yusuf ER hocama teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca hep yanımda olan rahmetli babam Hasan Hüseyin HOYLADI' ya her zaman desteklerini esirgemeyen annem Durkadın HOYLADI ve ablalarım Naciye SARI ve Döndü KALUK, abim İlyas HOYLADI, kız kardeşlerim Tülay HOYLADI ve Müzeyyen TÜRKÖĞLU' na çok teşekkür ederim.

Aralık 2022

Tunay HOYLADI

ÖZET

Bu çalışmanın temel amacı Z Kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin spor salonlarından (fitness merkezleri) düzenli faydalanmasına göre farklılaşma düzeylerini ortaya koymaktır. Spor salonlarından düzenli faydalanılması unsuru minimum haftada bir faydalanılması bağlamında değerlendirilmiştir. Bunun yanında Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin ve at boyutlarının (genel yaşam kalitesi, genel sağlık kalitesi, bedensel alan, ruhsal alan, sosyal alan, çevresel alan) gelire, cinsiyete, medeni duruma ve eğitim düzeyine göre farklılaşma düzeylerini ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Antalya ilindeki Z kuşağı (1995-2010) bireyler oluşturmaktadır. Çalışmada spor salonundan faydalanan 150 ve spor salonlarından faydalanmayan 150 olarak toplamda 300 kişiye ulaşılmıştır. 248 adet kabul edilebilir anket verisi değerlendirmeye alınmıştır. Veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu ve Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi ölçeği kısa formu (WHOQOL-BREF-TR) uygulanmıştır. Farklılık analizlerinde One-WayAnova ve T-testi kullanılmıştır. Çalışmada yaşam kalitesi düzeyleri ve bütün alt boyutlarının spor salonlarından faydalanma durumuna göre faydalananlar lehine farklılaştığı görülmüştür. Ayrıca yaşam kalitesi düzeylerinin yüksek geliri olanlar lehine farklılaştığı; cinsiyete göre erkekler lehine farklılaştığı, medeni duruma göre evli olanlar lehine farklılaştığı; eğitim düzeyine göre ise farklılaşma olmadığı görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Rekreasyon ve Boş Zaman, Rekreasyon İşletmeciliği, Z kuşağı, Rekreasyon İşletmesi, Yaşam Kalitesi, Spor Salonu (FitnessMerkezi), Spor

ABSTRACT

The main purpose of this study is to reveal the differentiation levels of the quality of life of Generation Z individuals according to their regular use of gyms (fitness centers). The element of regular use of gyms was evaluated in the context of using a minimum of once a week. In addition, it is aimed to reveal the levels of differentiation of the life quality levels and sub-dimensions (general quality of life, general health quality, physical area, mental area, social area, environmental area) of the Z generation individuals according to income, gender, marital status and education level. The population of the research consists of Z generation (1995-2010) individuals in the province of Antalya. In the study, a total of 300 people were reached, 150 of whom benefited from the gym and 150 who did not use the gymnasium. 248 acceptable survey data were evaluated. Demographic information form and World Health Organization Quality of Life scale short form (WHOQOL-BREF-TR) were used as data collection tools. One-Way Anova and T-test were used for difference analysis. In the study, it was observed that the quality of life levels and all sub-dimensions differed in favor of those who benefited from the gyms. In addition, it was observed that the quality of life levels differed in favor of those with high income, differed in favor of men according to gender, differed in favor of married people according to marital status, and there was no differentiation according to education level.

Keywords: Recreation and Leisure Time, Recreation Management, Z Generation, The Quality Of Life, Gyms (Fitness Center), Spor

KISALTMALAR

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
Akt	: Aktaran
BA	: 27 densesel Alan
CHQ, KINDL	: Çocuklar için genel amaçlı sağlıkla ilgili yaşam kalitesi ölçeği
ÇA	: Çevresel Alan
DPT	: Devlet Planlama Teşkilatı
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
EQ	: EuroQolInstrument
F	: Frekans
GSK	: Genel Sağlık Kalitesi
GYK	: Genel Yaşam Kalitesi
HUI	:HealthUtility Index
Kid-KINDL	: Ergenler için yaşam Kalitesi ölçeği
Max	: Maximum
Min	: Minimum
N	: Kişi sayısı
PAA	:PlaygroundAssociation of America
PEW	:PewResearch Center
QALY	: Kalite Eklenmiş Yaşam Yılları'nı
RA	: Ruhsal Alan
SA	: Sosyal Alan
SF	:Short Form (kısa formu)
SFM-HKÖ	: Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği
SGM	: Sosyal Güvenlik Merkezi
SPSS	: StatisticalPackagefortheSocialSciences
SS	: Standart Sapma
SYK	: Sağlıkta yaşam kalitesi
TDK	: Türk Dil Kurumu
TV	: Televizyon
Url	: Tekdüzen Kaynak Bulucu
vb.	: Ve benzeri
vd.	: Ve diğerleri 25
WHOQOL_OLD	: Yaşlılar için Yaşam Kalitesi ölçeği
WHOQOL-Bref	: Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu
WHOQOL-Bref	: WorldHealthOrganizationQuality of Life Scale
YK	: YaşamKalitesi
YKD	: Yaşam Kalitesi Düzeyi

TABLolar LİSTESİ**Sayfa No**

Tablo 5.1. Z kuşağı bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin ve Alt boyutlarının çarpıklık ve Basıklık değeri	58
Tablo 5.2. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeyleri ve Alt Boyutlarının Alpha Değerleri	58
Tablo 5.3. Demografik Bilgiler ve Diğer Betimleyici Veriler	58
Tablo 5.4. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılığını Belirlemek Üzere Bağımsız Gruplar Arasında Yapılan T Testi	60
Tablo 5.5. Yaşam Kalitesi Düzeylerinin ve Alt Boyutlarının Spor Salonlarından Düzenli Olarak Faydalanma Bazlı Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	61
Tablo 5.6. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Gelire Göre Farklılığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	61
Tablo 5.7. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılığını Belirlemek Üzere Bağımsız Gruplar Arasında Yapılan T Testi	62
Tablo 5.8. Yaşam Kalitesi Düzeyinin Cinsiyet Bazlı Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	63
Tablo 5.9. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Medeni Duruma Göre Farklılığını Belirlemek Üzere Bağımsız Gruplar Arasında Yapılan T Testi	62
Tablo 5.10. Yaşam Kalitesi Düzeyinin Medeni Durum Bazlı Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	63
Tablo 5.11. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Gelir Bazında Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	63
Tablo 5.12. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Alt Boyutlarının Gelir Düzeylerine İlişkin Varyans Homojenlik Testi Sonuçları	64
Tablo 5.13. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Gelire Göre Hangi Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Tukey Testi Sonuçları	64
Tablo 5.14. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Farklılığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonucu	65
Tablo 5.15. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Eğitim Bazında Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	65

Tablo 5.16. Yaşam Kalitesi Düzeyi ve Alt Boyutlarının Spor Salonlarından Düzenli Olarak Faydalanma Bazlı T Testi Özet Tablo.....	66
Tablo 5.17. Yaşam Kalitesi Düzeyleri Alt Boyutlarının Spor Salonlarından Düzenli Olarak Faydalanma Bazlı T Testi Özet Tablo	68

3
ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No

Şekil 1.1. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi17

GİRİŞ

Rönesans'ın etkisi ve yeni deniz yollarının bulunmasıyla birlikte hümanizm akımları ve yeni icatlar insanların yaşamına canlılık getirmiştir. Kentlerin yapısal değişimi hızlanmış düşünme öğeleri ağır basmış çeşitli sanat, şiir ve edebiyat gösterileri felsefi ve teorik çalışmaların yanı sıra piknik yapmak, çeşitli oyunlarda oynama gibi birçok aktiviteler şekil almıştır. Çalışma koşullarının iyileşmesi özellikle teknolojik gelişmeler sayesinde sanayi devrimi öncesi dönemlerdeki dinlenme ve eğlenme, için ayrılan zamanlar arttırılmıştır. Ancak endüstri devriminin başlangıcında işten arta kalan boş zamanlar savurganlık ve tembellik olarak düşünülüyordu. Ancak zaman içerisinde bu fikirler değişmiştir. Boş zamanın işin dışında bireyin zihinsel ve bedensel olarak rahatlamasını sağladığı kabul görmüştür (Gündüz,1998). Böylelikle rekreasyon kavramı yepyeni bir boyut kazanmış sürdürmekte olduğumuz rekreasyonel yaşam tarzının temelini atmıştır (Yücel,1998).

1765 de buhar makinesinin icadıyla birlikte sanayileşme hareketi başlamasıyla 18.y.y. sonları ve 19.y.y. başlarına doğru insanların sosyal yaşamlarında köklü değişiklikler meydana gelmiş dinlenme ve eğlenme faaliyetlerini geçirdikleri zaman dilimi etkilenmiştir.Rekreasyonun Türkiye'deki gelişimine bakıldığında ise dünyada ki gelişmelerle aynı paralellikte gittiği gözükmektedir. Kültürel geçmişin ve etkileşimin yaşamlarının şekillenmesinde toplumların birbirlerini etkilemesi olağandır. Rekreasyonun Türkiye'deki gelişimine bakıldığında ise dünyada ki gelişmelerle aynı paralellikte gittiği gözükmektedir. Kültürel geçmişin ve etkileşimin yaşamlarının şekillenmesinde toplumların birbirlerini etkilemesi olağandır. Bu yüzden Türkiye'de rekreasyonel yaşamın tarihsel süreç içinde toplumun gelişmesi için sosyal siyasal ekonomik kültürel ve düşünsel değişimler göstermiştir ve bunlarla birlikte insanların yaşam biçimlerine olan etkilerini dikkate alınmalıdır. Bu yüzden Türkiye'deki insanların yaşamının oluşumunu Anadolu öncesi Türk topluluklarının, Bizans imparatorluğunun, Osmanlı İmparatorluğunun İslamiyet'in ve Batılı toplumlarının etkileri gözükmektedir (Karaküçük,1999).

Anadolu ya gelmeden önce Türk toplum insanları tarım, hayvancılık yapar ve savaş için hazırlıklar yaparlardı. Bunların dışında kalan zamanlarda ise savaş hazırlıkları oyuna dönüşürdü özellikle at üzerinde birçok oyun sergilenirdi. Toplu olarak yemeklerin yendiği eğlencelerin olduğu düğünler şölenler törenler kutlamalar olurdu (Tayga, 1990).

11 yy. da İslamiyet'e geçen Türklerin yaşam biçimleri büyük ölçüde değişmiştir. Rekreatyonel yaşam tarzı çeşitlilik göstermiştir ve zenginleşmiştir. Cami ziyaretleri, yatır ziyaretleri, kuran okuma mevlit, bayram ziyaretleri ve eğlenceleri, ramazan eğlenceleri ve şenlikleri dini sohbetler bunlardan sadece birkaçını oluşturmaktadır. Osmanlı'da ahilik geleneğinin etkisi eğlence odaklı etkinlikler şeklinde görülmektedir. Bunlar mesire yerlerine, hamama kahvehaneye gitme, avcılık-atıcılıkla uğraşma kuşçuluk yapma gibi aktiviteleri oluşturmaktadır (Sezgin,1987).

Türkiye Cumhuriyeti Türk toplumunun rekreatyonel yaşamında yeni bir döneme geçmiştir. Artan hızlı sanayileşme ve kente göçün olması iş ve iş dışı zamanı belirgin kılmıştır. Tatilin çalışanlarla ve kentleşme ile birlikte serbest zamanın değerlendirmek için nasıl kullanılacağı vurgusu yapılmıştır. Bu dönemde rekreatyonel etkinliklerde değişiklik söz konusu olmuştur. Örneğin yaz aylarında yaylaya çıkma bahçeye gitme yerine deniz kıyılarına gitme şeklini almıştır (Karaküçük,1999).

1993 teki Devlet Planlama Teşkilatının (DPT) çalışmasında, Türkiye'de bulunan çeşitli katmanların olması ve bunların boş zamanları yaygın ve fazla olduğu gözükmektedir. Ve bu fazla olan boş zamanın Türkiye'de nasıl değerlendirileceği araştırılmıştır. Bu yüzden bu boş zamanların değerlendirilmesi Türkiye gibi kalkınmakta olan bir ülke için daha fazla değer taşımaktadır. Günümüzde bu pasif bir hal almıştır (DPT, 1994:132). Televizyon izlemek, radyo dinlemek, sinemaya, tiyatroya maça gitmek, arkadaşlarla anlamsızca dolaşmak, internette facebook, Instagram, YouTube sosyal platformlarda dolaşıp zaman harcamak bunlar için örnektir.

Günümüzde birçok anlam yüklenen ve kapsamına çok çeşitli aktivitelerin alındığı rekreatyon kavramının birçok tanımı yapılmış ve farklı perspektiflerden

açıklamalarda bulunulmuştur. Bireyi ⁵ hayata bağlayan dinlendirici, eğlendirici, meşgul eden, ya da zevk veren olay ve eylemleri yapmak ve bu etkinliklere katılmak amacıyla ruhen ve bedenen bir canlılığı elde etmek için yapılan faaliyetlerdir. Başka bir ifade ile işe, rekreasyon insanların mesleki ailevi ve toplumsal görevlerini ifa ettikten sonra, hür iradesiyle seçtiği dinlenmek, eğlenmek, bilgi ve becerilerini arttırmak ve kendisinin yenilemek için uğraşlara katılmak olarak tanımlanmıştır (Yücel,1998).

Pehlivanoğlu'na (1986) göre rekreasyon dört grupta toplanır. Bunlar; Yapısal sınıflandırma, yersel sınıflandırma, yapısal zaman sınıflandırması (boş zamana göre) ve etkinlik çeşitine göre sınıflandırmalardır.

Yapısal sınıflandırmadarekreasyon etkinlikler yapıldığı mekânın özellikleri nasılsa iç veya dış mekân ayrımı ¹² dikkatle incelenerek yapılan sınıflandırmadır. Bunlar kapalı yer ve açık hava rekreasyonudur.

Yersel sınıflandırma(mekân) da yaşam yeri, rekreasyonun gerçekleştirildiği mekânın konumu ya da ³ bulunduğu yer dikkate alınarak yapılan, kentsel ve kırsal rekreasyon bunlara örnektir.

Yapılan zaman sınıflandırılması (boş zamana göre) da çeşitli serbest zamanda rekreasyon etkinliklerinin bu zamanlara göre sınıflandırılmasıdır. Çalışma arasında ki serbest zamanlar, okullarda ki teneffüs vakitleri iş ve okul çıkışından itibaren oluşan boş zamanlar günlük rekreasyon için oluşan zamanlardır. Hafta sonu, bayram yıllık izin emeklilik sonrası yapılan rekreasyonda tatil rekreasyonu olarak belirtilmiştir.

Etkinlik çeşidine göre sınıflandırma da da bireyden bireye farklılık göstererek aktif ve pasif olarak farklı iki gruba ayrılmıştır. Bedenle yapılan aktiviteleri kapsayan rekreasyon tipine “aktif rekreasyon” denilmektedir. Örnek olarak bunlara, yüzme, oyun oynama vb. gösterilebilir. Bireylerin ruhsal ve psikolojine ithaf eden rekreasyon tipine ise “pasif rekreasyon” olarak tanımlanmaktadır. Örnek; sahilde oturma, manzara seyri vb. (Güleç,1989).

Başka bir çalışmada rekreasyon; ⁹ günlük yaşamın sıkıcılığından kurtulmak ve başka insanlarla etkileşim içinde olarak toplumsal bir kişilik kazanması için, temelinde ödül niteliği olan diğer taraftan kazanç amacı olmayan, ⁹ insanın öz kişiliğine uygun ve yapmaktan haz aldığı toplumsal, kültürel ve sportif faaliyetlere katılarak yapılan anti sosyal olmayan etkinlikler olarak açıklanmıştır (Bucher, vd., (1974).

4 Literatürde spor salonlarından faydalanan bireylerin kuramsal olarak bedensel, ruhsal, sosyal, çevresel alanlarda, genel yaşam ve sağlık kalitesini etkilediği hakkında çalışmalar bulunmaktadır (Parker, 1981, akt. Polat, 2016; Arslantaş vd., 2006; Özmete, 2010; Knöchel, 2012; Lindstrom, B. ve Kohler, L., 1991; Turgut, 2010; Bilgiç, 2009). Ancak spor salonlarından faydalanan Z-kuşağı bireylerinin yaşam kalitesine etkileri hakkında literatürde bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda bu çalışmanın temel amacı Z Kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin ve alt boyutlarının spor salonlarından düzenli faydalanmasına göre farklılaşma düzeylerini ortaya koymaktır. Spor salonlarından düzenli faydalanılması unsuru minimum haftada bir faydalanılması bağlamında değerlendirilmiştir. Bu temel amacın yanında Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin gelire, cinsiyete, medeni duruma ve eğitim düzeyine göre farklılaşma düzeylerini ortaya koymak amaçlanmıştır.

I. BÖLÜM

ZAMAN, BOŞ ZAMAN VE REKREASYON KAVRAMLARI

1.1. Zaman Kavramı

Literatürler incelendiğinde zaman kavramı farklı toplumlara ve kültürlerle hatta bireylerin kendi arasında farklı anlam ve tanımları vardır. Augustinus 5. yüzyılda zaman kavramını göreceli bir kavram olarak ele almıştır. Kişiden kişiye değişebildiğini öne sürmüştür (Püsküloğlu,2004).

Kimi araştırmacılar zamanı iki kısma ayırmıştır. Zaman "objektif(nesnel)" ve "subjektif(öznel)" olarak iki farklı şekilde tanımlanabilir. Objektif olarak zaman sayısal verilerle yani saatle gösterilen zamandır. Subjektif zaman ise duyguların yani hissedilebilir veya algılanabilen zamandır. Objektif zaman çok kesin birimlerle ölçülebilirken; subjektif zamanın anlaşılması güçtür (Özgen ve Doğan,1997: 137). Bireyler için hissedilen zaman daha önemlidir çünkü bu zaman bireyler tarafından kontrol edilebilir. Diğer tarafta saatin gösterdiği zaman sürekli bir akış içindedir. Bireyler için önemli olan kendi kontrolü altında bulunan, hissedilen zaman'ı en verimli ve en iyi şekilde kullanabilmektedir (Sabuncuoğlu, 2003; Candaş,2002)

TDK'da (1983) yapılan açıklamaya göre zaman yaşanan olayların ardışıklarını göstererek aklımızda yarattığımız ve olayların bundan sonra da içinde olup gideceklerini düşündüğümüz, başı ve sonu olmayan soyut kavramdır.

İyi bir eğitimle birlikte insanın iş hayatını, dinlenme ve eğlencesine, biyolojik ve fizyolojik gereksinimlerin karşılayan zaman aralıkları ve zaman aralıkları aralarındaki dengeyi kurabilmek zamanın iyi etkili ve verimli kullanmakla alakalıdır. Hayatın her yerinde zamanı güzel kullanmak bireyin başarısında önemli

26 yere sahip olacaktır (Canan,1997:13). Zaman ödünç alınmaz, kiralanamaz, satın alınmaz, çoğaltılamaz ya da depolanamaz bir kavramdır (Hazar, 2003:5-6).

12 Hacıoğlu ve diğerlerine göre zaman kullanım şekillerine göre üç gruba ayrılmıştır. Bunlardan ilki işte geçen, işe gidip gelmek için kullanılan ve iş için iş dışında harcanan zamandır. İkincisi ise uyuma için ayrılan, yeme ve içme için kullanılan ve zorunlu ihtiyaç için kullanılan zaman kavramıdır. Üçüncü olarak ise rekreasyon için kullanılan leisure time (boş zaman)'dır (Hacıoğlu vd., 2003:16). Brightbill ve Meyer zamanı gruplara ayırmıştır. Onlara göre zaman üçe ayrılır. Birincisi var olma ile ilişik zaman yemek yemek, uyumak, kişisel bakıma ayırdığımız zaman. İkincisi çalışma gibi nasıl geçinmeyle ilişik zaman. Üçüncüsü oyun oynama ile ilgili boş zamanı değerlendirme, dinlenme gibi boş zaman (Özçalıkusu, 1999).

9 Grazia zamanı çalışma zamanı, çalışma ile ilgili etkinliklere ayrılan zaman, yasamı sürdürmeye yönelik etkinliklere ayrılan zaman, bos zaman olmak üzere 4 gruba ayırmıştır (Özçalıkusu, 1999). Hacıoğlu ve arkadaşları zamanı tiplerine ve nasıl ve niçin kullanıldığı şekillere ayırmıştır. Var olmamızın temelinde yatan biyolojik zamanı yemek, uyumak kişisel bakım için ayırdığını belirtmiştir. Onlara göre çalışma ve iş zamanı da çalışmak için kullanılır. Ve son olarak Hacıoğlu ve ark ' a göre serbest olarak ifade edilen boş zaman kavramı oyun oynamak dinlenmek ve eğlence için kullanılır (Hacıoğlud., 2003:16).

3 İslam dininin de zamanın kıymetini Hz. Muhammed (S.A.V.) "insan hayatında beş önemli husus vardır, onları kaybetmeden değerini biliniz. Birincisi gençliktir, ikincisi sağlıktır, üçüncüsü varlık ve dördüncüsü zamandır. Zamanını boşa geçirenler onu geri getiremezler. Su akarken testimizi dolduralım, zamanımızı en iyi şekilde kullanalım. Beşincisi hayattır. Ölüm kapımızı gelip çalmadan hayatın değerini bilelim" diyerek zamanın önemini ve nasıl kullanılması gerektiği hakkında ki görüşünü buyurmuştur (Canan, 1988).

1.2. Boş Zaman Kavramı

Sanayileşme ile süre gelen bu kavram yeni anlamları da beraberinde getirmiştir. Bu "çalışma dışı zaman " kavramı insanların istedikleri gibi değerlendirebildiği 38 "informal alan " olarak nitelendirilmiştir. Literatürde "boş zaman" "serbest zaman

"ya da "özgür zaman" bu alanı ifade etmektedir. Ülkemizde zamanın boş olmayacağı düşünüldüğü için " boş zaman" kavramından ziyade "serbest zaman" kavramı daha çok tercih edilmektedir. Ancak "serbest zaman" kavramı içinde bulundurduğu "serbest" kelimesinin gerçek anlamıyla bir farklılık gözükmemektedir. Farsça "serbest "başı bağı "anlamına gelmektedir. Böylelikle serbest zaman çalışma mesai dışı ayrılmış zamandan çok, programlanmış ve düzenlenmiş bir zamanı ifade etmektedir. Serbest sözcüğünün karşıtı ise "serbaz" sözcüğüdür. Türkçe eş anlamı "boş" ve "başı boş" anlamına gelmektedir. Böylelikle "serbest zaman "yerine "boş zaman " kavramının çalışma dışı zaman olarak kullanmak sözlüğe ve etimolojiye uygun gözükmemektedir (Doğan,2002).

İngilizce karşılığı "leisure" olan boş zaman kavramı serbest olmak anlamına gelen "loisir" yetki vermek anlamına gelen "licence" ve özgürlük ve izin anlamına gelen "libertyvelicere" üç kelimelerden türetilmiştir (Hacıoğlu, vd.,2003:17).İlk zamanlar "gerçek "ve "gerçek olmayan" diye iki kısma ayrılan bu kavram daha sonraları kısmi-yarı boş zaman (semi-leisure) adlandırılan bu zaman kavramı aile ile vakit geçirilen, profesyonel aktivitelerde bulunulan ya da farklı sosyal faaliyetler içeren zaman dilimi olarak ifade edilmiştir (Beyer,1981).

Zaman kavramı kültürden kültüre kişiden kişiye değişebildiği gibi boş zaman kavramı da farklı kültürlerle de değişebilir. Bu yüzden literatürde boş zaman kavramı ile ilgili birçok farklı tanıma rastlamak mümkündür. Bunun sebebi ise araştırmacıların bu kavramı farklı bakış açılarından incelemesinden kaynaklanmaktadır (Cordes, 1999). Bazı araştırmacılar için ise artık zaman olarak ifade edilmektedir. Birey iş ve yaşamındaki sorumluklarını yerine getirdikten sonraki arta kalan zaman dilimidir (Şahin,2005). Aynı şekilde Karaküçük ve Broadhurst ise, bu değerlendirmelerin dışında boş zamanı "artık bir zaman olarak görülemeyeceğini, aksine yaşamın temel bir parçası" 34 olduğunu ifade etmiştir (Karaküçük, 1997; Broadhurst, 2001).

Genel olarak boş zaman, "baskıdan kurtulmak", "kısıtlamalardan özgürlüğe geçmek", "seçme özgürlüğü", "işten sonra (bireye) arta kalan zaman", "zorunlu sosyal yükümlülükler yerine getirildikten sonra kalan zaman" şeklinde tanımlanmaktadır (Torkildsen,1999). Serbest zaman ile boş zaman literatürde aynı kavramlar olarak bahsedilmesine rağmen bu iki kavram arasında farklılıklar vardır. Boş zaman (leisure) ve serbest zaman (free time) yakın anlam içermelerine rağmen

işlevsel olarak içerikleri birbirinden farklı olmakla birlikte taşıdıkları anlam ve ifade ettikleri olgularla birlikte birbirinden oldukça farklıdır (Mannell, 1987:317).

Torkildsen boş zaman faaliyetlerine katımları bireylerin sosyal durumsal ve fırsat faktörleri olmak üzere 3 bölüme ayırmıştır. Bunlar boş zaman etkinliklerine katılması ve etkilenmesi kişiden kişiye değişiklik gösterebilmektedir (Demir,2001:7). Örnek verecek olursak yaş faktörü bazı bireyler için boş zaman faaliyetlerine ne kadar süre ile katıldığını etkileyen en önemli faktör iken bazıları için gelir eğitim düzeyi de boş zamanı değerlendirmek için önemli faktörler önem arz etmektedir. Boş zamanın değerlendirdiğinde nasıl sonuçlar elde edeceğinden bahseder. Boş zamanlarında yapılan etkinlikler insanların yaşamsal doyumlarını arttırılabildiği gibi, yaşamının getirdiği streslerden de uzaklaştırabilir. Boş zamanda yapılan koşma sıçrama, yuvarlanma, tırmanma gibi fiziki etkinlikler yaşamın temel işlevidir. Boş zamanda yapılan satranç, münazara, doğa incelemeleri zihinsel etkinliklerdir (Warn, 1999:2).

Dinlenme, eğlenme ve gelişim olmak üzere boş zaman üç temel fonksiyona sahiptir. Çalışma mesaisi dışında yapılan ve dinleme için ayrılan zaman fonksiyonu çalışmanın dışında eğlence için ayrılan zaman da yapılan fonksiyonlardır. Ve gelişim için ayrılan zamanda yapılan fonksiyonlarda gelişim fonksiyonu olarak gruplandırılmıştır (Karaküçük,1997: 46).

Sanayi devrimi sayesinde çalışma saatleri belirgin hale gelmiştir. Ve bu çalışma zamanları zorunlu hale gelmiştir. Bu zaman dilimi ve sosyal sınıf birbiri ile ilişkilendirilmiştir. On dokuzuncu yüzyılın sonlarına doğru boş zamanın ve sosyal sınıfın ilişkisi Amerikan sosyolog ThorsteinWeblen'in çalışmalarında görülmektedir. Weblen' e göre boş zaman ayrıcalıklı sınıfı olan burjuvanın yaşam tarzı olarak ifade etmiş bununla birlikte çalışanlarının sayesinde güzel yaşayanların onlar gibi olmayıp tembelleşen zenginlere saldırıları gün yüzüne çıkmıştır. Fabrikaların hızlı üretimi sanayi devrimi ve yeni keşiflerin ortaya çıkması çalışmaya büyük önem gösterilmiştir. Verimli çalışmanın toplumun ve kişinin kendisini geliştirerek refah seviyenin artacağı düşünülmüş ve haftalık 70 saat çalışmak için ideal olduğu belirtilmiştir (Hacıoğlu, vd., 2003).

Sanayi devrimin meydana gelmesiyle birlikte çalışmanı tasarrufu ve sermaye

biriktirme gibi toplumun yeni değerleri ortaya çıkmıştır. Çalışmanın nemi yüzünden boş zaman gereksiz ve aylaklık olarak görülmeye başlamıştır. İnsanlık dışı iş hayatı ve küçük çocukların zor koşullarda günde saat çalıştırılması bu döneme denk düşmektedir. Boş zamanı kullanımı ve rekreasyon kullanım sürecine bakıldığında, bireyin kişisel, mesleki ailevi ve toplumsal sorumluluklarının dışında kalan boş zamanı değerlendirmeye rekreasyon denilmektedir. Lakin rekreasyonu tanımlarken boş zaman aktivitelerini rekreasyon olarak tanımlamak yeterli olmaz. Normal bir aktivitenin rekreasyon olabilmesi için o aktivitenin "boş zaman (leisure time)" da gerçekleşmesi gerekmektedir. Örneğin kitap okumak gazete okumak araştırma yapmak (Kktopuzlu,2003:37).

1.3. Rekreasyon Kavramı

Rekreasyon bireylerin boş zamanlarında keyif haz ve memnuniyet için gönüllü olarak yatıkları faaliyetler olarak kabul edilir. (Pigram,1983:3)

"Recreatio" Latince kelime kökünden gelen rekreasyon kavramı dil bilimsel olarak "creation" kelimesinin önüne yeniden, yinelenen anlamına gelen "re" n eki getirilerek oluşturulmuş bir kavramdır. Bu kavram yeniden yaratmak yenilenmek anlamı olarak yorumlanmıştır. Eğitim alan ya da çalışan bireylerde ortay çıkan ruhsal ve fiziksel yorgunluk, bitkinlik rekreatif faaliyetlerle yenilenmesi bireyin enerjisinin yeniden yaratılması olarak açıklanmaktadır. Bu yeniden yaratma olgusu genel anlama göre; rekreasyon kişinin zorunlu iş ve faaliyetlerinden sonra yenileyen, dinlendiren ve gönüllü olarak yaptığı faaliyetler olarak tanımlanmaktadır (Mirzeoğlu,2003).

Yaygın olarak bilinen anlamı boş zamanları değerlendirme faaliyetleridir. Bireylerin zorunlu ihtiyaçlarını karşladıktan sonra arta kalan boş zamanlarında zgr iradeleriyle yaptıkları faaliyetlerdir. Bireyin gerekli iş ve etkinliklerinden sonra bireyi yenileyen, dinlendiren ve gönüllü olarak yaptıkları etkinliklerdir. Bu faaliyetlerle birey rahatlar yeniden enerjik olup ve kendini içlerine hazırlar (Kraus,1985).

Temelde aynı amaç için olsa da rekreasyon kavramı araştırmacılar tarafından insanların hayatındaki önemi ve yerini farklı yönlerden ele almışlardır. Rekreasyon, iş dışında, kendi için değerli olan bireyin ihtiyaçlarına karşılık veren bir yaşamsal

araçtır. Bu açıdan bakıldığında rekreasyon, insanların gönüllü olarak boş zamanlarında katıldıkları ve kişisel olarak doyum sağladıkları faaliyetler olarak tanımlanabilir (Edgintonve Ford, 1985).

Rekreasyon insanların bireysel veya grup olarak boş zamanlarında yaptığı etkinliklerdir. Bu etkinlikler bireye özgürlük ve haz duygusu vermektedir. Tek ya da grupça yapılan rekreasyon bireyin fiziki, psikolojik ve sosyal olarak gelişmesinde önemli yer tutmaktadır. Karaküçük(2008) daha detaylı olarak rekreasyonu, bireyin çeşitli zamanlarında ve farklı sürelerde ortaya çıkan boş zamanlarında, bulunduğu ortamdan uzaklaşarak dinlenmek, hava değişimi, gezme görme, sağlık, beraber olma, heyecan duyma, farklı yaşantılar elde etme gibi pek çok amaçla rekreasyona yöneldiğini, mekânsal olarak ev dışında veya ev içinde, açık veya kapalı alanlarda ya da aktif-pasif şekillerde, kent içinde veya kırsal alanlarda etkinliklere katılmak olarak tanımlamaktadır.

Türkiye’de rekreasyon daha çok sportif ve popüler olarak önem teşkil etmektedir. Sportif faaliyetler insanlar tarafından en çok yapılan faaliyetler olarak görülmektedir. Serbest zaman dini ve milli bayramları kapsamaktadır. Örneğin festivaller, sportif etkinlikler, Kırkpınar vb., yayla şenlikleri, tarihi yerlere gezi kampçılık vb. ifade edilebilir. Günümüzde serbest zaman anlayışı ve bunu değerlendirme anlayışı değişmektedir. Elektrik ve internetin gelmesiyle geceleri de değerlendirmeye başlanılmıştır. Bununla birlikte gündüz çalışan insanlar geceleri de sportif faaliyetlere zaman ayırma imkânı bulmuştur(Karaküçük, 1999).

3530 sayılı "Beden Terbiyesi kanunu"sportif aktivitelerin toplumda yaygınlaşmasını amaçlandığı söylenebilir.3530 sayılı Kanunun 4. maddesinde " gençler için kulüplere girmek ve serbest zamanlarında beden terbiyesine devam etmek mecburidir. Hangi yaştaki vatandaşların ne kadar müddetle ve hangi mevsimlerde spor mükellefiyeti altında bulunacakları ve ne gibi müesseselerde spor hareketlerini uygulaması gerekeceği İcra Vekilleri Heyetince tayin olunur" denilmektedir (Zorba,2002:189).

1.4. Rekreasyonun Özellikleri

Birçok tanımının olmasında gösteriyor ki rekreasyon birçok özeliğe sahiptir.

Bucher' a (1975) göre rekreasyonun 5 temel özelliği bulunmaktadır.

- Rekreasyon, serbest zamanda yapılır.
- Birey; gönüllü olarak ve tamamen kendi arzusu ile etkinliklerde bulunur.
- Rekreasyon etkinlikleri, dahil olanlara haz, mutluluk veren ve neşelendiren bir tarzda olur.
- Rekreasyon faaliyeti, bireysel ve toplum için yarar sağlar.
- Toplumsal değerlerle iç içedir. Yemek, uyumak gibi hayati önem taşımaz.

Dünya üzerinde birçok farklı insan ve kültür olduğu için rekreasyon kavramının ortaya çıkışı ve de özellikleri farklı olabilmektedir. Farklı disiplinleri olmasına rağmen ortak biçimleri ve de kendine has özellikleri bulunur. Temelde alınan rekreasyonun temel özellikleri (Hacıoğlu, vd., 2009; Karaküçük, 2008; Hazar, 2009):

- Rekreasyon boş zamanda yapılır. Çalışma ve varoluşla ilgili zorunluluklar dışında kalan zamanda bireyin kendisine ait zamanda yapmasıdır.
- Zorunluluk yoktur. Birey kendi hür iradesiyle gönüllü olarak katılır.
- Rekreasyonun pozitif üç etkisi vardır. Olumsuz değil ruhen ve bedensel olarak katılımcıya pozitif etki yapmaktadır. Katılımcıya zevk mutluluk huzur verir ve neşelendirir. Kendisini yenilenmesine olanak sağladıktan sonra iç ve dış dünyasında denge oluşturur.
- Rekreasyonun olumlu etkisi sadece kişisel değil toplumsal fayda da sağlamaktadır. Bireylerin iç dünyasını mutlu ederken sosyolojik ve psikolojik olarak sosyalliğe ve empatiye yönelterek bireyin topluma adaptasyonunu sağlamada önemli yer sağlar.
- Rekreasyon insanı tekdüze hayatından çıkartıp bireyi harekete, insanlarla ilişki içinde olmaya düşünmeye, yaratmaya ve üretmeye teşvik etmektedir.
- Rekreasyonda rahatlama, mutluluk, motivasyon, yenilenme etkinlik sırasında ortaya çıkar ve kişiyi tatmin eder. Günlük rutinden sıyrılan

insan kendisini başka bir ruh halinde hisseder ve özgürce yaşadığı bu deneyim onu mutlu eder.

- Rekreasyon insanlık için hayati gereklilikler arasında yer almaz ama çağdaş toplumlarda birey için önemli gereklilikleri barındırır.
- Rekreasyon evrenseldir. İnsanların ihtiyaçları ve gereksinimleri yüzünden aynı temel özellikler, farklı milletten, dili, ırkı, dini farklı olmuş olsalar da rekreasyon sayesinde insanlar arası bağ ve iletişim kuvvetlenir. Farklılıklar geri planda kalır ve paylaşım ortaya çıkar.

1.5. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyon sınıflandırılması yapılırken dikkat edilen kurallar bireyin etkinliğine katılımına neden olan hedef, istek, haz ve fiziki tercihler olmak üzere sıralanabilir. Buna dayanarak rekreasyon etkinliği belirli etmenlere göre sınıflandırmak olanaklıdır. Rekreasyon sınıflandırması, içeriksel sınıflandırma (etkinlik)'ya, mekâna, fonksiyonuna, etkinliklerin katılımına, katılanların milliyetine, katılanların yaşına ve katılanların sayısına göre aşağıda alt başlıklar altında irdelenmiştir.

1.5.1. İçeriksel Sınıflandırma (Etkinliğine Göre)

Rekreasyon faaliyetlerin içeriği veya insanların harcadığı güç ve hareketlilikle ortaya çıkan aktif ve pasif rekreasyondur. Rekreasyon sınıflandırılması yapılırken dikkat edilen kurallar bireyin etkinliğine katılımına neden olan hedef, istek, haz ve fiziki tercihler olmak üzere sıralanabilir. Buna dayanarak rekreasyon etkinliği belirli etmenlere göre sınıflandırmak olanaklıdır(Hazar, 2009).

Dumazedier' e (1974) göre rekreatif faaliyetler sanatsal (sinema, edebiyat, tiyatro, müzik, resim, fotoğraf, vb.), entelektüel (kitap, konferanslar, radyo, TV, vb.), sosyal (aile, partiler, toplantılar, vb.), pratik (bahçecilik, el sanatları, el işleri, vb.), fiziki (spor, yürüyüş, avcılık, balıkçılık, vb.) etkinliklerdir.

1.5.2. Mekâna Göre Rekreasyon

Serbest zamanlarını değerlendirmek için bireylerin yaptığı etkinlikler uygulandıkları ye olarak iki başlık altında incelenir.

Açık alan Rekreasyon: Bireylerin açık alanda her türlü boş zamanlarını uygulayıp değerlendirdikleri faaliyetlerdir. Örneğin; kayak, futbol, tırmanma, açık alanda yapılan sanatsal etkinlikler olarak sergiler açık hava konserleri vb., izcilik kampçılık ve atıcılık piknik ve bahçe işleri açık alanda yapılan rekreatif etkinliklere verilen örneklerdir.

Kapalı alan rekreasyon: toplumun kullanımı için yapılmış kapalı mekanlar ve ev içinde serbest zamanda yapılan etkinlikleri kapsamaktadır. Örnek verecek olursak çocuk, spor veya gece kulüpleri gibi sosyal kulüpler, kapalı alan sergileri, defileler, kongre ve toplantılar, sauna, kaplıca, hamam gibi ada ev içinde bireyin yaptığı etkinlikler televizyon izlemek, altın günü, ailecek yapılan eğlenceler kapalı alan rekreasyonunu oluşturmaktadır (Hazar, 2009).

1.5.3. Fonksiyonuna Göre Rekreasyon

Rekreasyon etkinliklerinin fonksiyon olarak yapılması rekreasyonun amacına ve onu yapan bireyler üzerindeki etkilerini göstermek için yapılan bir sınıflandırmadır (Karaküçük, 2008).

Fonksiyon olarak rekreasyon çeşitleri şunlardır;

Ticari rekreasyon; katılan bireylerin belli bir ücret karşılığı yaptığı rekreasyon çeşididir. Örneğin yabancı dil kursu, buz pateni, su dalış eğitimi vb.

Estetik rekreasyonu; genellikle yüksek eğitim düzeyi olan bireylerin katıldığı faaliyetlerdir. Örneğin sergiye katılma, defileye katılma gibi faaliyetlerdir.

Sosyal rekreasyon; arkadaş ziyaretleri kutlamalara ve partilere katılma gibi sosyalleşmek için yapılan etkinliklerdir.

Sağlık rekreasyonu; tedavi ve sağlıklı yaşamı desteklemek için yapılan etkinliklerdir. Sportif etkinlikler termal havuzlar, Türk hamamı gibi.

Fiziksel rekreasyon; açık ve kapalı yerlerde uygulanan spor çeşitleri ve sportif oyunlardır. Yüzme rüzgâr sörfü gibi su ile yapılan, yürüyüş avcılık gibi dağ sporları fiziksel aktivitenin yoğun olduğu rekreatif etkinlikler olarak gösterilebilir.

Sanatsal ve kültürel rekreasyon; bireylerin sanatsal ve kültürel becerilerini ve

gereksinimlerini artıracak etkinliklerdir. Örneğin, günü birlik geziler boyama, halk dansları vb.

Turistik rekreasyon; turist olarak boş zamanlarında turistik amaçlarla konaklama işletmelerinde düzenlenen eğlence ve gezilere sportif etkinliklere katılmaktır (Karaküçük, 2008).

1.5.4. Etkinliklerin Katılımına Göre Rekreasyon

Literatür incelendiğinde bazı rekreasyon etkinlikleri birden fazla grupta yer alabilmektedir. Örneğin internette dolaşma "pasif, kültürel veya ev rekreasyonu" gibi birçok gruba dahil edilebilir. Başka bir örnek verecek olursak yüzme, sörf yapma sportif rekreatif etkinliğe girdiği gibi açık hava rekreasyonuna dahil olmaktadır. Rekreasyon etkinliklerinin geniş bir yelpazeye sahip olması bunun bir diğer sebebidir. Böylelikle rekreasyon etkinliklerini belli sınıflar altında toplamak ve kesin bir gruba dahil etmek uygun olmayabilir (Hazar, 2009).

1.5.5. Katılanların Milliyetine Göre Rekreasyon

Rekreasyonun bu sınıflandırmasına bakıldığında milliyetine göre rekreasyon, ulusal ve uluslararası rekreasyon olarak iki çeşiti vardır.

Ulusal rekreasyon adından da anlaşılacağı gibi ülkenin sınırı içinde bireylerin ve kurumların yaptıkları boş zaman etkinlikleridir.

Uluslararası rekreasyon, ülkenin içinde ve dışından katılan birey ve kurumların faaliyet gösterdiği serbest zaman etkinlikleridir. Örnek verecek olursak olimpiyatlar, futbol müsabakaları vb. (Hazar, 2009).

1.5.6. Katılanların Yaşına Göre Rekreasyon

Rekreasyon etkinliklerine katılan veya izleyen bireylerin yaşına göre türleri, çocuk rekreasyonu, gençlik rekreasyonu, yetişkin rekreasyonu ve üçüncü kuşak rekreasyonu olarak sınıflandırılmaktadır (Hazar, 2009).

1.5.7. Katılanların Sayısına Göre Rekreasyon

İki gruba ayrılan bu sınıflandırma bireysel ve grup rekreasyonu olarak

belirtilmektedir.

Bireysel Rekreyon; bireylerin kendi başlarına serbest zamanlarını gerçekleştirmeleridir. Evde tek başına film izlemek, internette dolaşmak vb.

Grup Rekreyonu; bireylerin topluluk halinde serbest zamanlarını değerlendirmeleridir (Hazar, 2009).

1.6. Rekreyon İhtiyacı

İnsanlar yaşarlarken hayatlarında bir unsurun yokluğunu hissettiklerinde bu eksiklikleri gidermek için birtakım etkinliklerde bulunurlar. Bu etkinlikler haz ve ihtiyaç odaklıdır. Bu haz ve ihtiyaçlar insanları onların ihtiyaçlarını karşılanana kadar güdülerler (Karaküçük,1999).

Rekreyon ve rekreatif faaliyetler günümüzde özellikle çalışan bireyler için gerekli bir hal almıştır. Rekreatif etkinliklere katılanlarla bu etkinliklere katılmayan bireyler arasında sağlık, çevresel ve kanunlar için ve bunlara karşı hal ve hareketlilikte önemli farklılıklar söz konusudur. Bu etkinlikler yaşamının kalitesini arttıran ve hayatlarına anlam kazandıran etkinliklerdir. Bu yüzden bu etkinlikler insanlar için bir ihtiyaç halini almıştır. Bu ihtiyaçlar kişiden kişiye aynı düzey ve tarzda olmadığı için değişiklik göstermektedir. Bu yüzden rekreyonistler arası farklılık olduğu için ve toplumda önemli davranışlara hitap ettiği için bireyin birçok ihtiyacına karşılık verebilmektedir (Günışık,1963).

İhtiyaçlar farklı şekillerde sınıflandırılabilir. Bunlar, birinci derece temel ihtiyaçlar ve ikinci derece tamamlayıcı ihtiyaçlardır (Karaküçük,1999).

Birincil ihtiyaçlar, bireyin yaşamlarını devam ettirebilmeleri için gerekli olan birinci temel ihtiyaçlardır. Örneğin, yemek yeme, uyuma, nefes alma üreyebilme gibi temel etkenlerdir.

İkincil ihtiyaçlar, bireylerin daha çok zihinsel mantık ya da duyguları ile ilgili sosyal ve bireysel ihtiyaçlarına yönelik etkenlerdir. Örneğin sevmek, sevilme, beğenilmek, görev vb. gibi ihtiyaçlardır.

Yaklaşık olarak 600 yıl önce yaşayan bilim insanı İbn-i Haldun'a göre dinlenme, eğlenme, katılma, arınma vb. hayatın önemli bir parçasıdır. "Haydari

yaşam" olarak tanımladığı yerleşik yaşamdır. Bu yaşamda yaşayan herkesin boş zamanı olacaktır. İbn- Haldun'a göre bireyin ihtiyaçları vardır ve bunları sınıflandırmıştır. Haldun'un yaptığı sınıflandırmaya göre, ilk ihtiyaç, aç olma, susuz kalma, havanın şartlarına ayak uyduramama bedensel ihtiyaçlardır. İkinci ihtiyaçlar, güvende olma, refah ve huzurlu olmaktır (Parker,1981, akt. Polat,2016).

Üçüncül ihtiyaçlar, sosyal ilişkilerde bulunma, dördüncüsü, zafer ve zenginlik ve beşincisi; boş zamanı eğlenme dinlenme, haz alma merakını gidermek, kendini geliştirmek gibi değerlendirme amaçlarıdır.

Maslow'a (1954) göre insanların ihtiyaçları beş sınıftır (Şekil 1). Bu sınıflardaki ihtiyaçları belli bir sıraya koymuştur. Bireylerin ihtiyaçları öncelik olarak üst sırada yer almış ve sırasıyla alt sıralarda ki ihtiyaçlar temel ihtiyaçlardan sonra gelmiştir (Karaküçük,2008).



Şekil.1. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi.

- 1- Fiziki ihtiyaçlar; insanların karnını doyurması, uyuması gibi hayati ihtiyaçlarını içinde barındırır.
- 2- Güvenlik ihtiyacı; bireyin fiziksel ihtiyaçları karşılandıktan sonra ortaya çıkanihtiyaçlardır. Dış etkenlerden korunma güvende ve huzurlu kalma bunlardan bazılarıdır.
- 3- Aidiyet ve sosyal ihtiyaçlar; insanlar sosyal bir varlıktır ve fiziksel ve güvenlihtiyaçlarını giderdikten sonra bireyin bir yere ait olma ve sosyal olma ihtiyacı ortaya çıkmaktadır. Bireyler aidiyet ve başka bireylerle samimi ilişkilerde bulunma ve kabul görmeyi arzulamaktadırlar.

- 4- Saygınlık ihtiyacı; bireyin hem kendisine hem de çevresine karşı saygı uyandırmak arzusu içindedir. Bu da temel ihtiyaçlar arasındadır.
- 5- Kendini gerçekleştirme ihtiyacı; Maslowun, ihtiyaçlar piramidinin en üst seviyesinde bulunan bu gereksinim insan hayatında olan kendi enerjisini keşfettiği ve en üst seviyeye çıkarma ihtiyacıdır. İnsan sürekli kendini geliştirmek ister. Kendini arama ve geliştirme ihtiyacı bireyin rekreasyon etkinliklerinin amaçları ile benzerlik göstermektedir.

Rekreatif ihtiyaçlar insanlığın karakterine nedenlere ya da faktörlere bağlı kalmadan birden fazla neden yüzünden analizi gerekmektedir. Rekreatif etkinlikler bireysel ve toplumun yararına olduğundan dolayı rekreasyona duyulan ihtiyaçlarda artmaktadır (Kulave Çakar, 2015: 195).

1.7. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri

Bireyin kendisini iyi hissedebilmesi ve huzurlu ve mutlu olması için serbest zamanlarında kendisine ve topluma faydalı bir birey olabilmesi önem teşkil etmektedir. Bu yüzden rekreasyonun birey için önemi bir kez daha önemli hale gelmiştir (Karaküçük,1999).

Sevil vd., (2012) rekreasyonun temel ihtiyaçlarını 3 ana başlık altında toplamıştır. Rekreasyonun fiziksel, toplumsal ve psikolojik yararları olduğunu çalışmalarında göstermişlerdir.

Fiziksel yararlar, teknolojinin gelişmesi ve makineleşmenin artmasıyla fiziksel hareketsizlik artmış ve rekreasyonun fiziksel aktiviteleri bireyleri aktif hale getirmiştir.

Toplumsal yararları, modern toplumlarda teknolojinin ve refahının artmasının yanı sıra bireylerin yalnızlaşması ve içlerine kapanmasına neden olmaktadır. İnsanlık doğası gereği sosyal bir varlıktır. Fiziki ihtiyaçlarının dışında sosyal olması da önemlidir. Bu yüzden rekreatif etkinlikler bireysel olduğu kadar sosyal olduğu için bireyin yalnızlığını giderip sosyalleşmesini sağlayan önemli bir kavram haline gelmiştir.

Psikolojik yararları, beden sağlığı dışında insanın ruhunun da sağlıklı olması

gerekmektedir. Modern toplumun iş, okul ve aile hayatında ki problemler insanları olumsuz etkilemektedirler. Bu olumsuz durumdan kurtulmak isteyen bireyler rekreatif etkinlikleri yapmaktadırlar.

Rekreasyona duyulan ihtiyaçlar hakkında literatür incelendiğinde genel olarak aşağıda gruplandırılan başlıklar altında olduğu görülmektedir.

1.7.1. Fiziksel İhtiyaçlar

İnsanlar doğası gereği hareketli canlılardır. Rekreasyon faaliyetlerine katılan bireyler fizyolojik rahatsızlıklarının giderdiği birçok araştırmalarda yer almıştır.

Fiziksel aktiviteler, günlük hayatta bireyin enerjik ve mutlu olmasını sağladığı gibi vücudunun hastalıklara karşı korunmasını, şişmanlığı geciktirmesi yaşlanmayı yavaşlattığı salonun ve dolaşım sistemlerinin daha iyi çalıştırdığı, sinirsel gerginliği azaltmasında önemli role sahip olduğu, kasların gelişimi ve bu sayede kasların daha sağlıklı olduğu ve korunduğu ve bireyi yalnızlıktan kurtarıp sosyal biri haline getirmede önemli yere sahiptir. Örnek verecek olursak düzenli yapılan fiziki aktiviteler kalp krizinin riskini azalttığı dahası damarların daha sağlıklı hale getirdiği, düzenli yapılan aktivitelerin yaşam kalitesinin arttırdığı sağlıklı bir yaşam için önemli olduğu birçok araştırmalarda vurgulanmıştır (Karaküçük,2008).

1.7.2. Sosyal İhtiyaçlar

İnsanlar bireysel bir canlı olduğu kadar sosyal bir varlıktır. Bireyler fizyolojik ve güvenlik gereksinimlerini karşıladıktan sonra sosyal oldukları için sosyal ihtiyaç ortaya çıkmaktadır. Sevmek-sevilmek, bir gruba dahil olmak, gibi ihtiyaçları sosyal ihtiyaçlara örnek verilebilir (Karaküçük,2008).

Rekreasyon rekreatif etkinliklerle bireyi yalnızlıktan uzaklaştırıp sosyalleşmesi için güzel olanaklar sağlarlar. Ve sosyalleşme bireyin topluma uyumunu ve bütünleşmesini sağlamakta önemli olmaktadır. Rekreatif etkinlikler bireylerin kendilerini ifade etmelerine imkân verir, içinde bulunduğu guruba ait olduğu duygusu artar, yapılan etkinliklerin kurallarına uyarak sosyalleşme adına güzel adımlar atar. Bireye fiziki ve ruhani gelişme sağlayan sosyal bir davranış haline gelir. Örnek verecek olursak, sportif aktiviteler yaparken örneğin golf oynarken sosyal statü gelişir ve işte iyi ilişkiler meydana geldiği görülür. Bu açıdan

bakıldığında rekreatif etkinlikler bireyleri sosyalleştirme adına önemli olduğu görülmektedir (Anhalt,1994).

1.7.3. Psikolojik İhtiyaçlar

Sağlık kelimesinin anlamına bakıldığında bireyin sadece fiziksel olarak hasta olmadığı değil aynı zaman da ruhen psikolojik olarak ve sosyolojik açıdan iyi olması gerektiğini ifade etmektedir. Sosyal olan bireyler ailevi sorumlulukları, okul hayatının ya da iş yaşantısının getirdiği sıkıntılarla karşı karşıya gelmektedir. Böylelikle insanlar psikolojik olarak etkilenir ve zihinsel anlamda bozulmalar oluşmaktadır. Bu aşamaya gelmeden rekreatif etkinlikler bireylerin yeni mekân ve insanlar ile bir araya getirerek psikolojik açıdan tedavi etmektedirler (Sevilvd.,2012).

1.7.4. Kişisel Beceri ve Yeteneğinin Geliştirilmesi İhtiyacı

Karaküçük' e göre kişinin kendisini bulması ve nasıl yeteneklere sahip olduğunu öğrenmesini en basit yolu denemektir. Yani birey bu durumu gerçekleştirebilmek için isteyerek ve severek yapmalıdır (Karaküçük,1999).

Bireyin nasıl bir yetenek ve beceriye sahip olduğunu tespit etmek ve bu becerilerin gelişimini sağlamakta rekreatif etkinliklere katılımın önemli yere sahiptir. Rekreatif etkinliklere katılan bir birey hangi alanda yetenekli olduğunu anlar ve o alanda kendisini geliştirir (Ardahan vd.,2016).

1.7.5. Duygusal İhtiyaçlar

Rekreatif faaliyetlerin önde gelen yararlarından birtaneside bireylerin duygusal ihtiyaçlarını karşılamasıdır. Rekreatif etkinliklere katılan bireylerde yorgunluk azalır stres daha rahat atlatılır bununla beraber sevinç neşe ve mutluluk gibi duyguların ortaya çıkmasına yardımcı olmaktadır. Rekreasyon faaliyetleri süresince içsel huzuru bulur ve manevi anlamda rahatlar ve dinlenebilirler. Literatür incelendiğinde, bireyin günlük hayatta etkilendikleri stresin etkileri fiziksel, sosyal ve duygusal anlamda olmuştur. Çalışan kişilerin çalışma hayatının getirdiği stresin fiziki ve duygusal anlamda sağlığa zararlı olduğunu görülmektedir. Duygusal anlamda ihtiyaç hisseden bireyler, gündelik hayatlarında yaşadıkları stresler hem duygusal anlamda hem de uzun vadede tatmin olmamaktadır (CooperveCartwright,1994).

Rekreatif etkinlik deneyimleri bireylerin psikolojik açıdan gelişmesini sağladıkları gibi duygusal ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlamaktadır. Kendini keşfeden ve kendilerini rahat ifade eden bireyler psikolojik ve duygusal olarak refah durumları daha iyi olmaktadır (Tütüncü, 2012).

1.8. Rekreasyonun Faydaları

Rekreasyon etkinlikleri bireyi hareketli ve aktif yaşama sürmektedir. Bu etkinliklere katılan bireyler toplumun içinde bulunduğu grubun ve bireysel olarak geliştirmektedirler. Rekreatif etkinliklere katıldıkları zaman bireyler aktivitelerle, zamanla psikolojik etmenlerle, uyarılmakta ve bunun sonucunda psikolojik, ekonomik, fizyolojik ve toplumu ilgilendiren etkiler ortaya çıkmaktadır. Aktivitelere katılan bireyler bunları değerlendiren bireylerde serbest zaman ya da boş zamanın ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Ortaya çıkan boş zaman ve serbest zamanı değerlendiren bireylerde birtakım faydalar ortaya çıkmaktadır. Kozak vd. 'ne (2017) göre bunlar altı başlıkta sınıflandırılır. Bunlar, eğitsel, psikolojik, estetik, sosyal, fizyolojik ve rahatlamadırlar.

Sosyal faydaları, rekreasyonel etkinliklere katılan bireyler farklı insanlarla tanışma fırsatı bulunur ve yeni arkadaşlar edinirler (Balci ve İlhan, 2006).

Rahatlama faydası, rekreatif etkinlikler bireylerin günlük iş ve okul hayatının getirdiği stresten ve günlük yaşamın kaçma ve yenilenme tazelenme deneyimi ortaya çıkarmaktadır (Sevil vd., 2012).

Eğitsel faydasına bakıldığında boş zamanlarında insanlar eğitim ihtiyacının rekreatif etkinliklerle grubun içinde ya da bireysel olarak sağlarlar (Yüncü vd.,2013).

Psikolojik faydası bireyin kapasitesini keşfetmesine ve kendisini daha rahat ifade etmelerine yardımcı olmaktadır (Can, 2015).

Rekreatif etkinliklere katılan bireylerde hem estetik hem de fizyolojik fayda olduğu gözlemlenmiştir. Müziğin, dansın, sanatın ve doğanın bireyde olumlu ve büyük haz yaşatması rekreasyonun estetik faydalarındandır. Aktif olarak rekreasyonel aktivitelere katılan bireylerin kan dolaşımı canlanmakta vücut organlarının işlevi kuvvetlenir, metabolizması hızlanır, fiziksel sağlığı korunur ve

bireyin fizyolojisi gelişmektedir (Özdemir,2017).

1.9. Rekreasyona Katılımı Etkileyen Faktörler

Endüstrinin gelişmiş olduğu ülkelerde rekreasyonel aktivitelere katılımlarda artış söz konudur. Bireylerin bu aktivitelere dahil olması hızlı olmuş ancak gelişim ve yayılmasında teşvik eden unsurlar olduğu gibi bunlar için engelleyen etkiler de vardır. Bunları Çelik vd. (2012) 4 gruba ayırmıştır.

Sezonluk Engeller: Rekreatif etkinlikler uygulanması mevsimlere havanın sıcaklığına gündüz ve gece arasında ki farka güneşli günlere göre şekillenmektedir. Sezonluk engellere örnek verecek olursak snowboard gibi aktiviteler için kar yağışı gerekmektedir. Ya da sörf yapmak için dalgalı ve uygun hava koşulları gerekmektedir. Kapalı alan rekreasyonu ise etkinliklerin gerçekleşmesi için engelleri en az seviyeye indirmektedir.

Ekonomik ve Ulaşım: Bireyler genellikle güven duydukları yerlerde yaşamayı tercih ederler. Kendilerine güvenli ve rahat ortamlara yakın rekreasyon aktiviteleri tercih ederler. Bu bağlamda rekreasyonel aktiviteler için şehir içlerini tercih ederler çünkü yakın ve güvenlidir. İmkanlar neticesinde uzakta yapılan etkinliklerde tercih edilebilmektedir. Rekreatif faaliyetlere katılımı etkileyen bir diğer unsur bireyin ekonomik seviyesidir. Maddi imkanlar oldukça rekreatif etkinlik yapma isteği çeşitlenip çoğalmaktadır. Çünkü birçok rekreatif etkinlikler maddi harcamalara ihtiyaç duymaktadır. Spor aletleri, giysiler vb. harcamalar olduğu görülmektedir (Karaküçük,1997).

Kaynaklar ve Moda: Rekreasyon hayatın önemli unsurlarından bir tanesi olmuştur. Değişen yaşamlarla bireylerde zevk ve ihtiyaç olguları da değişiklik göstermiştir. İnsanlar sadece barınmak, yemek, içmek uyumak gibi temel ihtiyaçlar dışında ruhsal ve psikolojik ihtiyaçlarını tatmin edecek etkinlikler aramaktadırlar. Bu bağlamda bireyler daha çok topluma daha iyi adapte olabilmek için popüler rekreatif etkinliklere yönelmektedirler. Popülaritesi artan rekreasyon etkinlik ve alanları uzakta olsa tercih edilebilmektedir (Küçüközkan,2015).

Cinsiyetçilik ve Toplum sınırlamaları: Toplumda çalışan ya da çalışmayan kadınların ev işleri ve çocuğa bakma gibi görevleri olduğu düşünülmektedir. Bu

yüzden Çalışan kadın bireyler erkeklere göre daha az boş zamanları vardır. Bunun nedeni ise toplumda bunların sadece kadına ait görevler olduğu görünümünün olmasıdır. Cinsiyet dışında rekreatif etkinliklere katılımı etkileyen bir diğer unsur sosyal faktördür. İnanç sisteminin baskın olduğu yerlerde rekreatif etkinlikler baskı yolu ile kısıtlanır hatta engellenmektedir (Taşkıran,2018).

II. BÖLÜM

REKREASYON İŞLETMECİLİĞİ VE TÜRLERİ

2.1.Rekreasyon İşletmesinin Tanımı

İnsanların boş zaman ve serbest zamanlarını değerlendirmek için rekreasyon aktivitelerinde bulunurlar. Rekreasyon işletmeleri " bu rekreasyon etkinliklerinden meydana gelen ürünlerin ve hizmetlerin belli bir fiyat karşılığında bireylere sunan işletme yerleridir. Bir başka tanımda "Rekreasyonun bireylere olanak sunduğu ürün ve hizmeti belirli fiyat karşılığında uzun sürede kar için özel işletmeler tarafından uygulanmasıdır" (Crossleyvd.,2012: 10).

Rekreatif aktiviteler kamusal anlamdaysa " bireylerin ve içinde bulunduğu topluma fizyolojik, ruhsal ve manevi sağlıklarını iyileştirme konusunda ücretsiz ya da az miktarda ücret karşılığında hizmet veren rekreasyon merkezleridir". Buna göre rekreasyon işletmelerini hem devlete ait hem de özel işletmeler sahip olabilmektedir (Munson,1978).

Özel hizmetlerde bu hizmetlerin karşılı alınırken, kamusal işletmede minimum ücret ya da ücret almadan verilmektedir. Akat' göre; rekreasyon işletmeleri, bireylerin serbest zamanlarını değerlendirip, eğlence ve tatmin olma hislerini gidermek için katılıp uyguladıkları işletmelerdir (Akat,2000: 85). Buna göre

bireylerin ihtiyaç ve gereksinimlerini serbest zamanlarında deneyimledikleri görülmektedir.

2.2.Rekreasyon İşletme Türleri

Rekreasyon işletmelerini 5 alt kategorilere sınıflandırılmaktadır. Bunlar doğa ve evre de yapılan rekreasyon işletmeler, sağlık için hizmet veren rekreasyon işletmeleri, eğitim için hizmet veren rekreasyon işletmeleri, turistik ve eğlence hizmeti veren rekreasyon işletmeleri ve sportif faaliyetleri için hizmet veren rekreasyon işletmeleri (Biol ve Karakck, 2014:80; Gl, 2014: 59; etiner, 2019: 406).

2.2.1. Doğa ve evresel Amaçlı Rekreasyon İşletmeleri

İnsanlar doğası gereği içinde bulunduğu doğaya ve çevreye uyum sağlamaktadırlar. Sanayi devriminden sonra gelişen kentsel yaşam atmış, parçası olduğu doğadan uzaklaşmıştır. Bu doğa ve çevresel ihtiyacını karşılamak için rekreasyonun ve rekreasyon işletmeleri önemi büyük ölçüde artmaktadır. Bu bağlamda kentin için de ve yanında yeşil doğal yerlerin azalmasından dolayı insanların finansal durumları ve zamanlarına göre doğaya ve evreselfaktrlere bağlı rekreasyon işletmelerini önemli kurumlar haline getirmiştir (Ardahan ve Lapa,2011: 1330).

Genellikle devlet tarafından kamusallaştırılıp işletilen ve korunan doğa ve çevreye yönelik rekreasyon işletmeleri, Őhirden uzakta yeşil alanlarda bireyin yalnız ya da grup olarak serbest zamanlarını değerlendirmek için oluşturulan işletmelerdir. Milli veya tabiat parkları olarak koruma altına alınan bu rekreasyon işletmeleri bireyin kendisine ya da topluma sunulmuş işletmelerdir (Gl,2014).

2.2.2.Sağlık İçin Rekreasyon İşletmeleri

İnsanlar sağlığını korumak tedavi etmek, ya da sağlığını iyileştirmek için sağlık rekreasyon faaliyetlerine katılmaktadırlar. Bu yönü ile rekreasyon bütün yaştan sağlığı iyi ya da kötü veya engelli bireyleri içine alan ve huzurlu olmasını sağlayan ve haz aldırın faaliyetler bütünüdür. Sağlık için rekreasyon iki ana unsurdan oluşmaktadır. Birincisi "koruyucu sağlık hizmetleri" bireyin iyi ve sağlıklı

bireylerin durumlarını korumaya yönelik olanlardır. İkincisi "iyileştirme ve rehabilitasyon hizmetleri " bedensel olarak engeli ve sağlık problemlerine sahip bireylere hizmet veren rekreasyon işletmeleridir. Sağlık için hizmet veren rekreasyon hizmetleri insanların serbest zamanlarında yaptıkları dinlenmek, eğlenmek ve eğitim dışında insanların sağlığını iyileştirme yönelik hizmet vermektedir. Örnek olarak bunlara fizik tedavi merkezleri, rehabilitasyon merkezleri verilebilmektedir (Çetiner,2019: 406).

2.2.3.Eğitim İçin Rekreasyon İşletmeleri

Zorunlu eğitim ve öğretimin dışında bireylerin kişisel gelişimleri için aktif oldukları kamusal ve özel işletmeler tarafından hizmet verilen rekreasyon işletmeleridir. İnsanların boş zamanlarında bilgilenmek ve yararlanmak için bu işletmelerden faydalanması toplumda bilinci arttırmaya katkı sağladığı için bu işletmeler maddi kazanç düşünmemektedir. Örneğin, gençlik merkezleri, halk eğitim merkezleri, kütüphaneler ve din eğitim merkezleri bu rekreasyon işletmelerine örnek gösterilebilir (Gül,2014: 61).

2.2.4.Eğlence ve Turistik Amaçlı Rekreasyon İşletmeleri

İnsanların kentte okulda ve çalışma hayatlarında yaşadıkları biriktirdikleri stres ve baskıyı azaltıp yaşam doyum ve hazlarını daha üst seviyeye çıkarmak için öncelikle kamunun ve ekonominin kalkınmasını sağlamak amacıyla kurulan sonrasında bireylerin eğlenmesini ve hoş vakit geçirmeleri sağlayan bu işletmeler hem kamuya hem de özel teşebbüslere aittir (Gül, 2014:61). Örneğin, gece kulüpleri, alışveriş merkezleri, konser ve sergi salonları lunaparklar havuzlar eğlence için yapılmış rekreasyon işletmelerden bazılarıdır.

Turizmde seyahatin ve konaklamanın dışındaki nitelikler rekreasyon ile benzerlik göstermektedir. Rekreasyon ve turistik faaliyetlerin, çeşitleri ve etkinlikleri değerlendirildiğinde bir bağlantı olduğu görülmektedir. Arz ve talepte finansal ve sosyolojik etkiler söz konusu olduğundan dolayı turizm dışındaki rekreatif etkinlikler, arza ve dahil olma gibi temel ortak niteliği bulunmaktadır (Kaçar,2014: 37).

Turistik amaçla gelen bireyler gezilerin dışında farklı arayışlar içindedir. Bu

yüzden tatil ve boş zamanlarını daha eğlenceli hale getirecek rekreasyon faaliyetlerine ihtiyaç duyacaktır. Bu bağlamda, rekreatif etkinlikler turizm işletmelerinde çeşitliliği sağlayan en önemli unsur olmaktadır (Karaçar ve Doğancili, 2018: 330).

2.2.5.Sportif Amaçlı Rekreasyon İşletmeleri

Spor için hizmet eden rekreasyon işletmelerinin amacı bireylerin boş zamanlarında sağlıklı olarak spor ve egzersiz yapmaya imkân sağlamalarıdır. Bu açıdan bakıldığında yediden yetmişe her yaştaki bireylerin sağlıklı yaşam için kamu ve özel işletmelerinde birçok alanda hizmet veren işletme olduğu görülmektedir (Devecioğlu ve Gündoğdu,2009: 14).

Spor İşletmeleri kar elde etmek ve işletmenin sürerliliği amacıyla, bu yerler bireylerin hizmet ve isteklerine hitap eden ürünler ve hizmetler ortaya koyarlar. Bu sunulan hizmetler stoklanamaz bu yüzden verildiği andan itibaren tüketilmelidirler (Ramazanoğlu,2004: 12).

Sportif amaçlı rekreasyon işletmelerine örneklerden bazıları şunlardır; Spormerkezleri, sporsalonları, jimnastik salonları, buz pisti, stadyumlar yüzme havuzları, sokak spor alanlarıdır (Gül, 2014: 59).

2.3. Spor Amaçlı Hizmet Veren Rekreasyon İşletmelerinden Spor Salonlarının Tanımı ve Sınıflandırılması

Bu bölüm sporun tanımı, spor yapmanın önemi ve amacı, spor salonu (fitness salonları) ve spor salonlarının özellikleri ana başlıkları altında aşağıda irdelenmiştir.

2.3.1. Sporun Tanımı

Literatüre göre sporun birden fazla tanımı bulunmaktadır. Spor; kişinin çevresindeki kendi kabiliyetlerini geliştirmek için belirli kurullarla aletlerle ya da aletsiz olarak kendisi ya da grupça serbest zamanlarında ya da bütün zamanını alacak şekilde yaptığı, bireyi sosyalleştiren, ruhsal ve fiziksel gelişme sağlayan dayanışmalı ve kültürel olduğu kadar rekabet unsurunda olduğu bir kavramdır (Aracı,2006).

Sözlük anlamı “dağıtmak, birbirinden ayırmak “Latince “disporte” ve

“desport” tan gelen spor kelimesi 17.yy.dan günümüze kadar zamanla “sport” kelimesine dönüştüğü araştırmacılar tarafından öne sürölmektedir. Britannicaansiklopedisindeki açıklama göre; spor “Belirli ölçüde güç ve beceri gerektiren yarışmalı ve eğlenceli etkinlikler” olarak tanımlamıştır (Ana Britannica,2004).

TDK sporu bedeni veya zihni geliştirmek amacıyla kişisel veya toplu olarak gerçekleştirilen bazı kurallara göre uygulanan hareketlerin tamamı olarak tanımlamıştır (tdk.gov.tr, 2018). Bunların dışında spor daha geniş kapsamlı bir tanım olarak, bireyin sağlığını geliştiren ve gelişen sağlık durumunu devamlı hale getiren hareketlerdir. Rekabet amacının dışında sağlığı koruma ve bireyler bu düşünceyle spor yapmaya başlamaktadırlar. Bu başlangıçlar gelişmiş ölkelerde geniş insanlara hitap etmekte ve farklı sportif erkinlikler ortaya çıkarmaktadır (Özdağ,1991).

2.3.2. Spor Yapmanın Önemi ve Amacı

Sağlam kafa sağlam vücutta bulunur düsturundan da anlaşılacağı gibi diğer dünya ölkelerinde olduğu gibi ölkemizde de önem verilmektedir. Sporun ve eğitiminin temelini düzenli ve sürekli yapılan antrenman ve egzersizler oluşturmaktadır. İnsanlar hareketli sosyal canlılar olduğu için bu yönden bakıldığında sporun asıl amacı hareketsiz yaşantı ile ortaya çıkan fiziksel ve ruhsal bozuklukları önleme ya da yavaşlatma ve bedenin sağlığını fiziksel kapasitesini yükselterek sağlıklı olarak seneler boyunca muhafaza altına almaktır. Spor yapanların amacı kendisinin ruhsal ve fiziksel sağlığını geliştirip kendisine güven sağlayıp üst kapasitesine kadar ulaşmaktır (Turan,2006).

Spor aktivitelerini içinde bulunduğumuz yaşam standartlarının şekillenmesiyle sürece sahip sınırlı ve iktisada sahip kapalı alanda uygulanmaktadır. Spor salonlarının ticari boyuta indirgendiğinde genellikle "fitness merkezi" olarak bilinmektedir. Bu işletmeye gelen bireylerin amacı vücut yapma ya da şekillendirmelerdir.

2.3.3. Spor salonu (Fitness Salonları)

Spor salonları, bireylere fizyolojik ve psikolojik olarak yaptığı egzersizlerle, daha sağlıklı ve formda bir vücuda sahip olmaları için aerobik, fitness, ekipmanlı

ekipmansız jimnastik vb. spor egzersizlerinin yapıldığı yerdir. Bu tarz mekanlar bireyin kendi vücudunun sağlığını ve de formda kalmalarını sağladıkları gibi bireyin daha özgüven sahibi, sosyalleşip daha mutlu olmasını sağlayan yerler olarak karşımıza çıkmaktadır (Doğan, 2008).

Sporla ilgili ve ihtiyaçlara sahip bireylere hitap eden yerlerdir. Başka bir ifade ile, sportif aktivitelerin istenildiği ölçüde artırılması için hazırlıkların ve egzersizlerin yapıldığı, hizmetten faydalanan kişilerin tatmin ettiği dahası sporcunun, eğitmenin, hizmeti alan birey ve hizmet veren kişilerin sağlıklı temiz, soyunma kabini, duşu, tuvaleti, ısınma-soğutma, ışıklandırma, havalandırma gibi ihtiyaçlarını karşılayan devlet tarafından izin verilen kamu ya da özel teşebbüslerle işletilen spor tesisleridir (Akça, 2012: 20).

2.3.4. Spor salonlarının Özellikleri

Bireylerin Spora bakış açılarını pozitif yönde geliştirmek spor salonlarının önde gelen görevlerindedir. Antrenörler spor yapan bireylerin vücudunu ve yapısını, yaşamı ve onları etkileyen motivasyonları takip edip ilgilendikleri gibi daha sağlıklı ve uygun beslenen birey olmalarını ve alışkanlık kazanmalarını amaçlamaktadırlar (Bıyıklı, 2007: 24).

Hızlı sanayileşme ve makineleşme ile birlikte bireylerin yaşamları daha stresli olmuş zihinsel olarak yorgunluk artmıştır. Zihinsel ve stresten kaynaklanan yorgunluklarını atmak için bireyler spor salonlarına yönelmişlerdir. Genellikle ticari olan spor (fitness) salonlar hizmetlerini talep edenlere çok farklı seçenekler sunmaktadır. Gelişmiş teknoloji ve yaşamlarla birlikte insanların serbest zamanlarını değerlendirmelerinde de farklılık gözükmektedir. Gelişim ve değişimle bu spor salonları; gym, kinesis, pilates, zumba, yoga, taichi, body shape, body mind, powerpilates, çocuk pilatesi, çocuk jimnastiği, fitwork gibi sportif aktiviteler sunarak hizmet vermektedir (Şimşek,2012: 44).

Türkiye Vücut Geliştirme ve Fitness Federasyonu Özel Spor Salonları yönetmeliğinde spor salonlarında bulunması gereken 16 maddelik özellik bulunmaktadır (SGM,2019: 2).

- Kullanım alanı en 8 m kare ve onun dışında en az bir soyunma odası olmalıdır.
- Erkek ve kadın sporcuların birlikte çalıştığı spor salonlarında en az iki soyunma odası olmalıdır.
- Bulunan her soyunma odalarında metal ya da ahşap 10 soyunma dolabı bulunmalıdır.
- Her odada ışıklandırma, soğutma ve ısınma sistemlerini bulunmalı oda sıcaklığı en az 18 santigrat derece olmalıdır.
- Bütün bölümler genel sağlık kurallarına uygun olmalıdır.
- Kullanım alanı 15 m 2'den az olmayan bir dinlenme salonu olmalı ve bu alanların zemini halı, parke ya da buna benzer malzemelerle kaplanmalıdır.
- Erkek ve kadın sporcular varsa iki ayrı soyunma odalarıyla birlikte bu odaların içinde birer banyo ve WC olmalıdır.
- Aktiviteler boyunca sıcak su bulunmalıdır.
- Spor aktiviteler yapılırken spor salonunun sıcaklığı 18 derecenin üstünde olmalıdır.
- Sporcu sayısına göre havalandırma yeterli düzeyde olmalıdır.
- Havalandırmanın olmadığı ya da az olduğu yerlerde aspiratör, fan, ya da özel havalandırma sistemler olmalıdır.
- Spor salonlarının zemini yapılan egzersizlerin özelliklerine uygun olmalıdır.
- Salonda meydana gelen gürültülerin çevreye minimum seviyede verilmesini sağlayacak seviyede olmalı ve önlemler alınmalıdır.
- Spor yapan bireylerin can güvenliği için önlemler ve ekipmanlar bulunmalıdır.
- Spor salonlarında yaralanma ya da kazaya sebep olabilecek keskin kenarlara ya da sivri uçlara sahip yerlerin darbe emici yumuşak malzemelerle kaplanmalıdır.

III. BÖLÜM

KUŞAK KAVRAMI VE ORTAYA ÇIKIŞI VE YAŞAM KALİTESİ KAVRAMI

Bu bölümde Kuşak Kavramı, Kuşak Kavramının Ortaya Çıkışı ve Yaşam Kalitesi Kavramları ana başlık altında aşağıda incelenmiştir.

3.1.Kuşak Kavramı

Kuşakla ilgili Literatür incelendiğinde kuşak birden fazla anlama sahip olan bir kavramdır. Genellikle sosyal bilimlerin literatüründe kullanılan bu terim, TDK'ye (2017) göre;" "Yaklaşık olarak aynı yıllarda doğmuş, aynı çağın şartlarını, dolayısıyla birbirine benzer sıkıntıları, kaderleri paylaşmış, benzer ödevlerle yükümlü olmuş kişilerin topluluğu" manasında kullanılırken, toplumla ilgili bilimlerde "Yaklaşık yirmi beş, otuz yıllık yaş kümelerini oluşturan bireyler öbeği, göbek, nesil, batın, jenerasyon" anlamında kullanılmaktadır.

Tarih boyunca kuşak kavramı ile ilgili birçok araştırma yapılmış, kendinden önce ve içinde buldukları dönemin bakış açısından bakarak yaşadığı çağdaki durumlarla ilişkilendirmiştir. Örnek verecek olursak, 18.yy. daki önemli filozoflardan, Auguste Comte ve David Hume'a göre, kuşak kavramını hem siyaset alanında hem de felsefe alanında değerlendirmişlerdir. Siyaset bilimci olan David Hume, içinde bulunduğu yönetimin sorunlarıyla ilişkilendirirken, AugusteComte, Fransız İhtilali sonrası meydana gelen toplumun içinde meydana gelen huzursuzluğun içinde insanlığın gelişimi için felsefi alanda çalışmalar yapmıştır (Mannheim,1952: 277).

Çalışmalarında kuşaklara değinen Comte, kuşaktan kuşağa geçen bilginin bu süreçte evrildiğini, insanlığın fikrinde gelişim ve değişim göstererek katkı sağladığı belirlemiştir. Comte'a göre tarih boyunca gelişme hızı kuşakların düşünüşündeki hızına bağlıdır (Jaeger,1985: 278; Sönmez,2010: 161).

Kuşak Kavramı için farklı yaklaşım ve konuyu ele alış biçimlerinin oluşunun bir diğer nedeni, içinde buldukları toplumun ve yetiştirilme tarzının farklı özelliklere sahip olmasıdır. Böylelikle, kuşak kavramı, tarih, yönetim sosyoloji ve psikoloji gibi bilimsel alanlarda önemli çalışmalar oluşturulmasına sebep olmuştur. Literatür incelendiğinde, Karl Mannheim tarafından yapılan araştırma "The problem of generation" kuşaklarla ilgili ilk bilimsel metotla sistematik bir biçimde kapsamlı olarak yapılan araştırma olduğu görülmektedir (Bengstonvd., 1974: 4; Jaeger, 1985: 275). Mannheim 'a göre sosyal sınıf türü olan kuşaklar ve aynı kuşağa ait bireyler tarihin ve sosyal sürecin içinde ortak bir konumda olurlar. Mannheim çalışmalarında, aynı toplumda aynı zamanda beraber yaşayan benzer yaştaki bireylerin, birbirlerine benzeyen duygulara ve düşünelere, benzer deneyim ve davranışlara sahip olurken, farklı yaştan, farklı kuşaklara ait olan bireylerin karşılaştıkları olayları ve durumları

farklı karşıladıklarını ifade etmektedir. Diğer yandan bireyleri sadece kuşak faktörü değil aynı zamanda içinde yaşadıkları toplumun, zamanın ve sosyal koşullarında kuşakları etkilediği görülmektedir (Mannheim,1952: 290).

Yaşadığı dönemin koşullarını bilmek bir kuşağı anlama konusunda hayata daha geniş perspektiften bakma fırsatı sunmaktadır. Literatür incelendiğinde kuşak kavramının başlangıcı ve bitişi üzerinde net bir tarih verilememektedir. Bunun en önemli nedeni dünyanın her yerinde birbirine benzeyen koşulların aynı zamanda gerçekleşmediğinden ve farklı olaylar meydana gelmesinden kaynaklanmaktadır. Diğer bir ifade ile bir ülke için kabul edilen yaş aralığı bir başka ülke için aynı olmayabilir. Hatta aynı ülkede kuşak kavramı için yapılan özellikler farklılık gösterilebilecektir. İçinde yaşadığı ortamın getirdiği değişiklikler ve yetiştirilme tarzı kuşaklar arasında farklılık oluşturmaktadır. Bu durum kuşakların karakteri, iş ve sosyal hayatını etkileyerek önemli ayrımlara sebebiyet verebilmektedir (Adıgüzel vd.,2014: 166). Yani kuşakları biyolojik olarak dönemlere bölmek yeterli olmayacaktır. Kuşakların yaşadığı dönemin sosyolojik ve kültürel çevresini incelenmesi gerekmektedir (Karahasan,2018: 17).

Yaşanılan olaylar özellikle çocuk yaştaki bireyleri etkilemektedir. Stillman kuşakları tarihi dönemlere ayırırken her kuşaktaki bireylerin tarihini değiştiren yaşamsal anıların olduğunu belirtmektedir. Bu yüzden kuşakları ayırıp anlamak için yaşananları göz önüne almanın önemli olduğunu belirtmiştir. Ve bu durumu şöyle ifade etmiştir.

Doğum tarihleri, insanların farklı kuşakları anlamasına yardımcı olan başlangıç noktalarıdır sadece. Asıl öğrenme, doğum tarihlerinin ötesine bakabilmekle gerçekleşiyor. Uzmanlar kesin doğum tarihleri üzerinde anlaşamasa da hepimizin üzerinde anlaştığı nokta şu: Bir kuşağı anlamak için yaş konusunun ötesine bakıp her kuşağın nasıl ortak bir tarihi olduğunu incelememiz gerekiyor. Bu olay ve koşullar sonucunda her kuşak kendi “kuşaksal kişiliğini” ediniyor. NASA’nın aya insan çıkarmasını izlemiş bir Bebek Patlaması Kuşağıyla uzay mekiği Challenger’ın patlamasına tanık olmuş bir X Kuşaklığı kıyasladığımızda tavır ve davranışlarının ne kadar farklı olduğunu görürsünüz (Stillman ve Stillman, 2019:38).

3.2.Kuşak Sınıflandırılması

Literatür incelendiğinde kuşak kavramının tarihlerinin sınıflandırmasında kesin bir fikir birliği söz konusu değildir. Fakat tarih olarak sınıflandırmanın yakın tarih aralıklarında olduğu görülmektedir. Kuşakların kronolojik sınıflandırılması tabloda gösterilmiştir. Ortak özellikleri bulunan kuşakların içinde bulunduğu sosyal ve ekonomik ve çevresel faktörler nedeniyle farklı ülkelerdeki kuşakların davranışlarında ve özelliklerinde farklılık görülmektedir (Kuyucu,2017: 853).

Literatürde yer alan bazı kuşak sınıflandırmaları, tarihleri ve isimleri aşağıdaki tablo.1’de aktarılmaktadır.

Tablo.1 Literatürde yer alan bazı kuşak sınıflandırmaları, tarihleri ve isimleri (Seçkin, 2015, s. 112; Yelkikalkan ve Snir, 2015, s. 255; Washburn, 2000, s. 54; Yelkikalkan ve Altın, 2010, s. 1-2.; Gravett ve Throckmorton, 2007, s. 15; Johnson ve Johnson, 2010, s. 7.)

Yazar	Kuşak Tarihleri	Sessiz Kuşak	Bebek Patlaması Kuşak	X Kuşağı	Y Kuşağı	Z Kuşağı
Staruss ve Howe, 1997		1925-1942	1943-1960	1961-1981	1982-2004	2005-2020
Washburn, 2000		1926-1945	1945-1964	1965-1981	1982-2003	2004-...
Seçkin, 2005		...-1945	1946-1964	1965-1980	1980-1995	1995-...
Gravett ve Throckmorton, 2007		1930-1945	1946-1964	1965-1976	1977-1990	1991-...
Yelkikalan ve Altın, 2010		1925-1945	1946-1964	1965-1979	1980-1994	1946-1964
Johnson ve Johnson, 2010		1945 öncesi doğanlar	1946-1964	1965-1980	1981-1995	1995 sonrası doğanlar
Harpaz ve Snir, 2014		1946-1964	1965-1979	1980-1994	1995-2009	1965-1979

Diğer taraftan teknolojinin gelişimi ve globalleşme ile birlikte dünyanın farklı yerlerinde yaşayan aynı kuşağa ait bireylerde ulusal ve bölgesel farklılıklar ortadan kalkmaktadır. Yüksekbilgili'nin (2015) yaptığı araştırmalar gösteriyor ki; Türkiye'deki Y kuşağının başlangıç tarihi ile ABD 'deki Y kuşağının başlangıç tarihi arasında 3 yıl olduğu saptanmıştır. ABD'de Y kuşağının başlangıç tarihi 1980 kabul edilirken, teknolojinin Türkiye'de 1980lerin ortalarında geldiğinden dolayı

teknolojiye erişimin gecikmesinden kaynaklı 3 yıllık bir fark olduğu düşünülmektedir (Yüksekbilgili,2015: 261).

Yüksekbilgili'nin(2015)yaptığı araştırmalar ışığında, yapacağımız bu araştırmada Y kuşağının başlangıç tarihi 1983 yılı kabul edilip, kuşak kronolojisinin sıralaması, Bebek patlaması kuşağı, 1946-1964; X kuşağı 1965-1982; Y kuşağı 1983-1995; Z kuşağı 1996 -2010 tarihleri baz alınarak düzenlenmektedir.

3.2.1. Bebek Patlaması Kuşağı

1946-1964 yılları arasında doğan bireyler bebek patlaması kuşağıdır. Adından da anlaşılacağı gibi 19 senelik süre zarfında ABD'deki 1964 yılındaki nüfusunun yüzde 40'nı oluşturan 75,8 milyon bebeğin dünyaya gelmiştir (Green,2006: 8). Bu kuşak için farklı isimler kullanılmıştır. Bunlar; TheSixtiesGeneration, FlowerChildren, The Me Generation, Yuppies gibi isimlerdir (Green, 2006: 4).

Televizyonla büyüyen ilk kuşak olduğu için televizyonun bu kuşağın karakterinde etkisi büyüktür. (Ball ve Gotsill,2011: 18). Bunun dışında bu kuşağı etkileyen bir diğer önemli gelişmelerde, Soğuk Savaş, ırkçılık karşıtı sivil haklar hareketi, kadın hareketleri, cinsel devrim, çevreci hareketler, savaş karşıtı protestolar, ABD Başkanı John Fitzgerald Kennedy suikastı, Robert Francis Kennedy ve Martin Luther King suikastı, VietnamSavaşı, Ay'a çıkış, Rock müzik akımı vs. olaylardır.

60'lı yılların ortalarında başlayan Vietnam savaşının protestolarında Bebek patlaması kuşağı bireyler yer almıştır. Bu savaşın getirdiği politikalar Amerikan halkını rahatsız etmiş toplumda ayaklanmalara sebep olmuştur. Bebek patlaması kuşağı bireyler barış yanlısı anlayışla öncü olmuşlardır (Green,2006: 8). Bunun yanı sıra cinsel devrim, ırkçılık karşıtı vs. gibi birçok harekette de Bebek Patlaması kuşağı öncülük etmiştir (Ball ve Gotsill,2011: 19; Green, 2006: 11)

Yetişkin olan Bebek Patlaması Kuşağı bireyleri bir diğer adı "yuppies" (şehirli genç profesyoneller) kariyerindeki çalışmalar ve başarılarla günümüzde ki varlıklı yaşlı bireyleri oluşturmaktadır (Hawkings ve Mothersbaugh, 2010: 128).

Bova ve Phelan, 2011: 28; Hawkings ve Mothersbaugh, 2010: 128; Krywulak ve Roberts, 2009: 10; Moschis ve Mathur, 2007: 11; Neidorf, 2006: 61; Tolbize, 2008: 5; Zimmermann, 2002: 163'a göre Bebek patlaması kuşağının genel özellikleri

şunlardır. Bu kuşakta doğan bireyler idealist, iyimser, kendilerine önem veren, resmi, şüpheli, onaylanma arzusu olan, sağlıklı ve genç görünümü için sağlığına dikkat eden, kariyer odaklı işkolik, aynı zamanda takım çalışmasına yatkın, otoriteye karşı şüpheli, kurallar konusunda tutucu, sürece dikkat eden, teknolojiyi takip eden ve kendilerinden önceki bireylere göre daha zengin ve eğitilmiştirler.

3.2.2.X Kuşağı

1965-1982 yılları arasında doğan X kuşağı bireyleri, Bebek patlaması kuşağında meydana gelen yüksek doğum oranlarının azalmasından dolayı bu kimi kaynaklarda "babybuster" adı ile de gösterilmektedir (Celek vd., 1996: 20).

Doğum oranlarının düşüş sebebi geç evlenmelerle birlikte kariyer odaklı olduğu kimi kaynaklarda gösterilmektedir. Bunun yanı sıra nüfus patlamasından sonra, ABD’de kaynakların yetmeyeceği düşüncesi oluşmuş ,1960 -1979 yılları arasında doğum kontrol haplarının teşviki hatta kürtajın yasallaştırılması gibi önlemler almaya gidilmiştir (Zustiak,1999: 31).

X Kuşağının büyüme çağında ülkemizde olduğu gibi dünyada da toplumsal olaylar ve sosyolojik dönüşmeler meydana gelmiştir. Bu dönemde ekonomik durgunluk sonucu işten çıkarmalar olmuş işsizlik artmış bunun yanı sıra tüm dünyayı etkileyen Sovyet -Afgan savaşı, Berlin duvarının vs. gibi olaylara şahitlik etmişlerdir.

Türkiye’de X kuşağında 68 kuşağının etkisi görülmüş ve kutuplaşmış siyasi algıyla birlikte 1980 darbesine tanıklık etmişlerdir. Bu sebeple Türkiye’de ve dünyada kabul gören gelişimler ve özellikler ayrı ayrı incelenmelidir.1980 darbesi döneminde yetişen X kuşağı bireylerin bir on yıl önceki yetişen bireylere göre değerlerinde farklılıklar görülmektedir (Armağan,2004: 76).

X Kuşağı çevresinde oluşan olaylara global düşünme anlamında toplumsal durumlara duyarlı vizyonlarının hâkim olduğu belirtilmektedir. Özel ve iş hayatları arasındaki dengeyi koruyan, iş yerlerine sadık olmalarıyla birlikte, tedbirli ve kültürel hoşgörülü olmaları onların karakteristik özellikleri olarak belirtilmektedir (Tolbize, 2008: 3). PEW araştırma şirketinin yaptığı araştırmaya göre; X kuşağından olan bireyler kendilerini teknolojileri kullanmakta kendilerinin diğer kuşaklardan farklı kılan özellik olduğunu düşünürken, aynı zamanda iş etiğine önem verdiklerini,

geleneksel bakış açısına sahip olmanın kendilerini diğer kuşaklardan farklı kıldığını ve X kuşağındaki bireylerin daha akıllı ve saygılı olduğunu belirtmişlerdir.

3.2.3.Y Kuşağı

Adını İngilizce "Why?" (Neden?) kelimesinden alan Y kuşağı kavramı 1981-1995 yılları arasında jenerasyonu ifade etmektedir. Bu dönemde doğan bireylerin yapısı sürekli sorgulayıcı olduğundan dolayı bu ad bu kuşak için seçilmiştir. Y kuşağı terimi Daha sonraları yazar ve tarihçi Neil Howe ve William Strauss, tarafından 2000'de yazılan " (Milenyumların Yükselişi) 'nde "Milenyumlar" terimi kullanılmasına rağmen bu terim daha akılda kalıcı olduğu Stillman ve Stillman tarafından belirtilmiştir (Stillman ve Stillman, 2019: 16). Bunun dışında Y Kuşağına verilen diğer isimler Dijital Jenerasyon ve Gelecektekiler, GenerationNext, NetGen, EchoBoomer ve BabyBusters 'dir (Stillman ve Stillman, 2019: 16).

Teknolojik değişim ve gelişimin olduğu süreçte büyüyen Y kuşağı, gelişim açısından Z Kuşağının doğduğu dönemlere denk gelmiş ve bu süreçte çok fazla teknolojik gelişmenin olması bu kuşağın karakteristik özelliklerini etkilemiştir. Örneğin; ergenlik dönemlerinde, 1994'te Yahoo ve Amazon ,1995'te eBay ve 1998'de Google gibi internet platformlarıyla tanışmış sosyalleşmekten bilgi erişimine ve ticaret gibi bir sürü alanda değişikliklerin olduğuna şahit olmuşlardır. Ergenlik çağlarında cep telefonları ile karşılaşmıştır. Teknoloji ile büyüyen, internet sayesinde dünya çapında bilgiye kolay ulaşım kendilerini geliştiren bireyler haline gelmişlerdir. Bu yüzden bu kuşaktaki bireyler teknoloji ile olan temasları yüzünden küresel anlamda benzerlik olduğu görülmektedir. Haberleri internetten takip eden, alışverişini internetten sağlayan bilgi alışverişini kolaylıkla online olarak sağlayan bireylerdir (Karahasan,2018: 27).

Y kuşağı diğer adıyla Milenyumlar, kendilerine has ebeveyn sistemlerine sahiptirler. Kendileri gibi çocuklarının düşüncelerini çekinmeden söylemeleri konusunda desteklemektedirler (Stillman ve Stillman,2019: 35).

Y Kuşağı bireylerin diğer kuşaklar gibi farklılıkları bulunmaktadır. Onlara göre birer renk olan ve bir bütünü oluşturan ve farklılıklar onlar için önem arz etmektedir. Akranlarını kendilerinden sayan, ailelerine düşkün olmaları ve onlarla birlikte keyif alan kendi tarzlarında ebeveynlerine saygılı bir nesildir. Ailelerinin

yönelmesi sayesinde yaptığı işlerde anlam bulan, konuşkan idealist, iyimser ve işbirlikçi karakteristik özelliklere sahiptir (Stillman ve Stillman,2019: 24)

Y kuşağının belirtildiği tarihlerde önemli olaylardan bazıları şunlardır, Berlin duvarının yıkılışı, Körfez Savaşı, Sovyetler birliğinin dağılması ve Çernobil nükleer kazası gibi önemli olaylar meydana gelmiştir.

3.2.4.Z Kuşağı

Başlangıç yılı 1995 ve bitiş yılı 2010 tarihleri arasında doğan bireyler Zkuşağınadahildir (Horn,2013: 12). Z kuşağı için de çeşitli isimler kullanılmıştır. Bunlardan bazıları Gen Z, Zeds, IGen (internet generation), DigitalNatives gibi isimlerdir (Ericsson Consumerlab, 2012: 3; GrailResearch, 2011: 2).

Global kriz, terör ve çevre olayları gibi olumsuz gelişmelere şahit olan bu kuşaktaki bireyler etkilenmişlerdir. Bunların yanı sıra internetin ve sosyal medyanın yaygın kullanımı cep telefonu, tablet ve bilgisayar gibi aletlerin gelişimi ve yaygınlaşırken kullanmışlardır (GrailResearch Report,2011: 3)

Globalleşen dünyada benzeri imkanlara ve hizmetlere ulaşım kolay olduğundan dolayı bu kuşaktaki bireylerin ilk global kuşak olduğu söylenebilir (Havas People, 2014: 12).

3.2.4.1.Z Kuşağının Karakter Özellikleri

Önceki kuşaklarda olduğu gibi içsel ve dışsal faktörlere bağlı olarak Zkuşağının kendine has karakteristik özellikleri vardır. Z kuşağına etki eden faktörlerin başında aile gelmektedir. Kadınların iş hayatına girmesiyle Aile içinde iş ve sosyal hayat müşterek hale geldiğinden dolayı bu durumların oluşumu çocuk bireylerin oluşumunda önemli olmuştur.Z kuşağının ebeveynleri olan X Kuşağındaki bireyler kendilerinin çektikleri sıkıntıları çocuklarının da çekmemesi için son derece korumacı bir yaklaşım sergilemektedir.Ebeveynlerin yoğun korumacı ilgileri Z kuşağı bireylerin karar almada kendilerinin değil ailelerinin dediklerine dikkat etmesi bireylerin problem çözmede zayıflatıp karar almada sorun yaşamaktadırlar (Wurpel,2011: 1-2).

İnternet ve sosyal medya sayesinde dünya da kolayca iletişime sağladığı ve

birbirleriyle sürekli bir iletişim ve etkileşimde bulduklarından "dünya vatandaşı " gibi büyümektedirler. Sosyal medyalarda fotoğraf, yazı, video gibi birçok aynı anda yaşadıkları yerlerdeki iyi ya da kötü olayları dünya ile paylaşabilir bunun sayesinde tüm dünyada ki meydana gelen olaylar hakkında bilgi sahibi olabilmektedir. Küresel anlamdaki bu etkileşim ve iletişimin kolay olması dünyada ki gençlerin gelecek için bir arada bulunmaları ve ortak bir şekilde kararlar almalarının yolunu açmıştır (Sladek ve Grabinger, 2013: 4).

Aktivist özelliklere sahip Z kuşağı bireyler, toplumsal ve sosyal konuların farklılıkları ve çeşitliliklerinin olmasına karşı açık görüşe sahip olmakla birlikte anlayış içindedirler. Milliyet, cinsiyet, dinsel, ideolojik konular vb. gibi toplumun hassa olduğu konulara eşit ve özgür biçimde yaklaşmaktadırlar. Bu yönleriyle önceki kuşaklardan farklı olması, gelecekte toplumu oluşturan değerleri ve normları yeniden yapılandıracakları varsayılmaktadır (Gramigna,2015).

3.2.4.2. Z Kuşağı ve Eğitim

Doğdukları günden beri teknolojik yaşam biçimine sahip z kuşağı bireyleri teknolojinin ortasında doğmuştur. Kendilerinden önceki kuşaklar teknolojiyi sonradan öğrenmiş ve benimsemiştir. Bu yüzden eğitimde önceki geleneksel yöntemler Z kuşağı bireyler tercih etmezler. Teknoloji sayesinde okumanın yerini izleyerek öğrenme almıştır. Youtube gibi video paylaşım sitelerinden gerekli olan bilgileri sağlayan Zkuşağı bireyler aynı zaman da video bloğu ile aktif içerik üreterek birçok takipçiye yayın yapmaktadır.

Z kuşağının eğitimde teknolojiyi kullanımı yaygınlaşmıştır. Habbo Hotel adlı sanal dünya oyunu tarafından yapılan anketlerde, Z kuşağı bireylerin %43'ü internette ve dijital ortamda verilen eğitim ve öğretimin daha kolay olduklarını, %38'i geleneksel ile yeni teknolojik eğitimlerin harmanlanması gerektiğini, %16 sının ise kitap ve dergi gibi yazılı kaynaklardan öğrenmeyi tercih ettikleri görülmektedir (GrailResearch,2011: 5).

İstenilen bilgi kolayca elde edildiği için, Z kuşağı bireyler bilgileri ezberlemek yerine, bu bilgilere nasıl ulaşacaklarını nasıl yorumlanacağını ve bu bilgilerden nasıl faydalanılabileceğiyle ilgilenmektedirler (Sladek ve Grabinger, 2013: 11).

3.2.4.3. Z Kuşığı ve İş Hayatı

X kuşığı bireylerin çoğunlukla Z kuşağının ebeveynleri olması, Z kuşağında farklı karakteristik özellik ortaya çıkmasına neden olan durumlardan bazılarıdır. Z kuşağının ebeveynleri korumacı tutumları, iş yaşamlarını da etkilemektedir. Çoğu zorluklarla kendilerinin mücadele eden X kuşağında ki bireyler, Z kuşağındaki kendi evlatlarının hayata karşı gerçekçi bakış açılarına sahip olan, kendi başlarına kararlar alabilen, geleneksel eğitim ve iş yaşamı dışında kendileri için uygun olanı deneyimleyerek bulabilen bireyler olmasını istemektedirler. Bunun sonucunda liderlik ve yönetim yetenekleri gelişen Z kuşağındaki bireyler, bireysel ve sosyal anlamda iş hayatında önemli değişimler meydana getirecekleri düşünülmektedir (Sladek ve Grabinger, 2013: 1).

Bu kuşaktaki bireyler gelecekte sahip olacakları meslek gruplarının esnek çalışma saatlerine ve rahat çalışma ortamlarına sahip, hobilerine uygun meslekler olmasını istemektedirler (AdeccoAsia, 2014: 4; Gramigna, 2015).

Kendilerine güvenen, iş yaşamında farklı görevler üstlenmeyi isteyen Z kuşağındaki bireyler, iletişim için sosyal medya platformunu tercih ettiklerinden dolayı bire bir karşılıklı iletişimde zayıf oldukları görülmektedir. Bundan dolayı iş yaşamı gibi sosyal olan ve iletişimin önemli olduğu alanlarda sorunlar yaşayacakları ön görülmektedir (KnollWorkplaceResearch, 2014: 4).

Makineleşmenin yaygınlaşması ve getirilen iş kanunlarıyla birlikte kendilerinden önceki kuşakların çocuk yaşta iş deneyimi olurken Z kuşağındaki bireylerin iş deneyimleri pek azdır. Önceleri genç yaşta ki bireylere verilen küçük işler, makinelere ve otomatlara verilmektedirler. İş kanunlarına göre bir işçinin 18 yaşından büyük olması gereklidir, bu da iş tecrübesi kazanmak isteyen Z kuşağı bireylerin daha geç iş tecrübeleri olmalarına sebep olmaktadır (Sladek ve Grabinger, 2013: 5).

3.2.4.4.Z Kuşığı ve Sosyal Medya

Teknolojik gelişmelerin içinde doğan Z kuşağı bireyler için, sosyal medya platformlarını kullanmak yaygın bir hal almıştır. Yüz yüze iletişimden ziyade sosyalleşme adına sosyal medya platformlarını tercih ettikleri görülen Z kuşağı

bireylerin konuşma yerine genellikle yazışmayı kullanmaktadırlar. Bunun sebebi ise yazışırken iletişim içinde olurken düşünme imkânı sağlamasından kaynaklanmaktadır (Wurpel,2011: 2).

Hıza alışan bu bireyler iletişimin hızlı olması için yazışmalarında kelimeleri daha kısa hale getirip ve emojileri kullanarak iletişimin daha hızlı olmasını istedikleri için e- posta yerine anında yazışma sağlayan araçları tercih etmektedirler (Rothman, 2014; Arthur, 2016).

Bunların yanı sıra hayatın her alanında olduğu gibi gizlilik ve güvenlikte internet ve sosyal medya platformlarında önemlidir. Bu yüzden Z kuşağındaki bireyler sosyal yaşamlarının her anında olan sosyal medyayı kullanırken gizli ve güvenli olmasına dikkat etmektedirler (Phil, 2015; Williams, 2015).

3.2.4.5. Tüketici olarak Z kuşağı

Z kuşağı bireyleri ürünlere ve hizmetlere ulaşma konusunda birçok seçeneklere sahiptirler. Teknolojinin geliştiği dünyamızda kendilerinden önceki kuşaklardan daha fazla seçeneklerin ve yeniliklerin olması Z kuşağı bireyleri doyumsuzluğa itmektir. Belli aralıklarla yeni modelde çıkan ürünlerin önceki çıkanlara göre yeni, farklı olması vb. olağan olmakla birlikte birçok alternatifin de olması Z kuşağı bireylerin satın almasında etkili rol oynamaktadır (Wood, 2013: 1).

Mali anlamda bilinçli olan Z kuşağı bireyleri, satın almadan önce alacakları ürünler hakkında araştırma yapmak, denemek ve en uygun ücretleri bulmak için internet ortamını kullanmaktadır. Teknolojinin sağladığı yararlardan bir tanesi de kolaylıktır. Teknolojide kolaylaştırıcı yeniliklerin olması Z kuşağı bireylerin hizmet ve ürün alırken dikkat ettikleri bir diğer niteliklerdendir. Çevreye duyarlı sosyal sorumluluğa sahip olduklarından dolayı yeşili korumaya yönelik ürünleri tercih etmektedirler (GrailResearch,2011: 2).

Nickeledeon çocuk kanalı tarafından Z kuşağı bireyler üzerine ABD ' de yapılan araştırmaya göre; çocukların ebeveynlerinin satın alma davranışlarını etkiledikleri görülmektedir. Bu araştırmaya göre; araştırmaya katılan ailelerin %71'i bir ürünü alırken çocuklarının fikirlerini aldıklarını, %28'in ise kendilerini ürünleri alsalar bile çocuklarının fikirlerini aldıkları görülmüştür. Buna göre çocukların

ebeveynleri bir ürünü ya da hizmeti satın alırken etkilediklerini göstermektedir (Sladek ve Grabinger,2013: 6).

IV. BÖLÜM

KALİTENİN TANIMI VE YAŞAM KALİTESİ

4.1. Kalitenin Tanımı

Yaşam kalitesi kavramı ile ilgili araştırma yapıldığında öncelikle kalitenin tanımı akla gelmektedir. Latince (qualis) kelimesinden türetilen “kalite (Qualites)” kelimesi "nasıl" oluştuğu " anlamına gelmektedir. Bu anlama göre kalite üretilen

ürünün ya da hizmetler hangi amaçla kullanılırsa, nasıl ve neler olduklarını ifade etmek için kullanılır (Güngör,2008).

Teknik kavram olarak uygunluk e güvenilirlik anlamına gelen kalite daha formal anlamda Uluslararası Standardizasyon Teşkilatının yaptığı tanıma göre ürünün veya hizmetlerin belirtilen ya da olası gerekli şeyleri karşılayan nitelikler toplamıdır (Ceylan, 2007).

Kalite, iyilik halini derecesi olarak tanımlanmaktadır (The WHOQOL Group, 1996). Tüm bireyler yaşamlarını daha iyi seviyeye çıkarmak, hayatında olmayan, özlemine çektiği şeylere sahip olmayı daha kısa anlatımla rahata ve huzurlu olmak ister. Bu bağlamda Yaşam Kalitesi bireylerin kendilerini geliştirmeleri yaşantılarını çeşitlendirmeleri ve amaçlarına varmalarıyla ilgilidir (Bozkurt, 2003).

4.2. Yaşam Kalitesinin Tanımı

Sağlıkla ilgili olarak yaşam kalitesini değerlendirmek için kullanılan en ünlü ölçeklerden bir tanesi WHOQOL yaşam ölçeğidir. Sağlıkla ilgili yaşam kalitesi temel olarak yaşam kalitesinin bir alt faktörüdür. Birbirleriyle yakından ilişkili olan bu iki kavramlar, bazı araştırmalara göre Yaşam Kalitesi (YK) ve Sağlıkla İlgili Yaşam Kalitesi (SYK) birbirlerinden ayrılarak incelenmelidir. Araştırmalar incelendiğinde yaşam kalitesinin alt faktörleri sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin oluşmasını da neden olur bu yüzden bunları birbirinden ayırmak zordur. Örnek verilecek olursa bireylerin gelirleri, çevre koşulları kişisel inançları siyasi ortamları genel anlamda yaşam kalitesini belirlerken sağlıkla ilgili yaşam kalitesini de kapsadığı görülmektedir, bunun nedeni bu faktörlerin çoğu sağlık ile ilgili problemleri belirleyen ana bileşenlerdir. Sağlık İlgili Yaşam Kalitesi ölçüm araçları genel amaçlı ve özela amaçlı olmak üzere şekil ve görünüm açısından ikiye ayrılmaktadır (Eser,2006).

1. Genel amaçlı (Generic) ölçütler, toplumun tüm kesimlerinde tüm hastalık ve durumlarla birlikte tıbbi girişimlerde de kullanılan ölçütlerdir. Bu ölçütler, Tercihe dayalı olmayanlar (Profiller) ve tercihe dayalı olanlar (preference /utilitybased) olarak iki alt gruba ayrılmaktadır.

➤ Tercihe dayalı olmayan (Profiller): Genellikle içerdikleri alanların sayısı kadar puan elde edilen SYK'nın değişik yönlerini ölçen tek

araç olduğu söylenilebilir. Literatür araştırmasında genellikle SF-36 Hastalık Etki Profili (SicknessImpact Profile), Nottingham Sağlık Profili ve DünyaSağlıkÖrgütü SYK ölçeğiWHOQOLölçekleri kullanıldığı görülmüştür (Eser,2004). Yaptığımız bu çalışmada Dünya Sağlık Örgütü, SYK ölçeği olan Whoqol Yaşam Kalitesi ölçeği kullanılacaktır.

- Tercihe dayalı olan ölçekler: sağlık ekonomisi alanında geliştirilen teorilere göre geliştirilmiş maliyet yararlarının analizlerinde (cosyutility) kullanılır. Bunlar içinde önemli olanı Kalite Eklenmiş Yaşam Yılları'nı (QALY) hesaplamaya yönelik olanıdır. Bu ölçekler arasında en çok kullanılanlar HealthUtility Index (HUI), EuroQolInstrument (EQ 5-D) ve Quality of Well-BeingScaleölçekleridir (Sprangers vd.,1993) (Fletcher, vd., 1992).

2. Özelölçütler: belirli nüfus gruplarına, işlevlere, durumlara veya hastalıklara özelölçek türleridir. Toplumda ki özel gruplardan olan çocuklar için (CHQ, KINDL, Pedsqol, Disabkid) yaşlılar için (WHOQOL_OLD), ergenler için (KINDLE) özelölçek türleri bunlardan bazılarıdır (Eser,2006).

Bireylerin yaşam kalitesi bir bütün olarak iyi olma halleriyle ilişkili olarak öznel yargılarının ve yaşamdan haz almalarını yansıtmaktadır. Bireyi bütün olarak yani psikolojik olarak, fiziki anlamda, sosyolojik olarak meslek ya da eğitim durumlarını kapsayan günlük yaşamlarında ki hareketlilikleri yerine getirerek uygulanmasını sağlayan boyutu fazla olan bir kavramdır (Wilkins,2004).

Yaşam kalitesi bireyin iyilik halinin hayatında birçok yöndenölçmeyi kapsamaktadır. Bu ölçütler bireylerin yaşadıkları olaylara karşı gösterdiği duygusal, davranışsal, yaşam standartlarının doyumu ve memnuniyeti ile işteki eğitimindeki ve kişisel ilişkilerden duyduğu mutluluğu içermektedir (Theofilou, 2013).

İlk defa 1966 yılında Elkinton tarafından kullanılan "Yaşam Kalitesi" hakkında Dünya Sağlık Örgütü tarafından 1980'lerin başında bu kavramın ölçümü ve kavramsallaştırılması için bir çalışma başlatılmıştır. Sağlık açısından Dünya Sağlık Örgütünün tanımına göre; yaşam kalitesi bireylerin istekleriyle, hayattan

beklentileriyle, amaçlarıyla ve yaşamında ki ilişkisel anlamda kişisel olarak yaşadıkları değerleri ve kültürleri nasıl algıladıklarıdır. Yani birey yaşadığı kültürün ve değerlerin içinde, amaçlarıyla ilişkisi olan yaşamında kendine bakış açısını ve endişeler, standartlar ve beklentiler olarak nitelendirilebilir (Topvd., 2003).

4.3. Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler ve Alt Boyutları

Bireylere göre öznellik gösteren yaşam kalitesi kavramı aynı zamanda bireyin içinde yaşadığı çevreyle, bireyin gelir durumuyla ve kültürüyle bağlantılı olmasıyla birlikte bu faktörlerin etkisi de görülmektedir. Yaşam kalitesi, kendi yaşamını değerlendiren bireyler kendi bilişlerinin, algılarının ve duygularının zaman içinde bütün olarak ele almasıdır (Şahin,2014).

Yaşam kalitesinde "objektif" ölçümle ifade edilen nesnel faktörler, bireylerin iş durumu, sosyal güvenlik ve sağlık hizmeti sunumu, medeni hallerini, eğitim, hukuki hakları ve suç oranları vb. unsurları içermektedir. Yaşam kalitesinde "subjektif" ölçüm olarak ifade edilen öznel faktörler, mutluluk, çalışma memnuniyeti, sosyal ve aile çevresi, boş zamanını kullanmasını, sağlıklarından ve eğitim durumlarından ne kadar memnun kaldıklarını kişiden kişiye değişen unsurları içermektedir (Veenhoven, 1996; Smith ve Puczko, 2008: 43).

Literatür incelendiğinde bireylerin yaşam kalitesini etkileyen çevresel, ekonomik ve kültürel unsurlar, bireylerin yaşamlarını düzenleyicisi olarak bilinmektedir. Yapılan araştırmalara göre bu unsurlar, bireylerin yaşam kalitesini artırdığı gibi azalttıkları da görülmektedir. Bireylerin, temel insani ihtiyaçlarının karşılanmaması, gelecek korkusu, bedensel yorgunluk ve bitkinlik, cinsel hayattan hoşnutsuzluk, vücut yapısında ki değişiklikler, kişisel bakım özelliklerinin ve günlük hayatta aktif olduğu etkinliklerin yetersizliği, sağlık sorunları ve sosyal iletişimsizlik gibi faktörler yaşam kalitesini azaltan unsurlardır. Bireylerin, kendilerini ifade edebilmeleri, mahremiyetine, inanç dünyasına saygı duyulduğunu ve değer görülmesi, sosyal ve ekonomik anlamda güvenceye sahip olması, fiziksel, ruhsal ve zihinsel olarak iyi olması aktif ve anlam yüklü bir yaşantıya sahip olması, sosyalçevresiyle uyumlu, saygınlıkuyandırması, eğlenceli aktivitelere katılması, gelecek kaygısı olmadan huzurlu olarak yaşaması gibi unsurlar yaşam kalitelerini arttıran faktörlerdir (Savcı, 2006; Ergünvd., 2011).

Birçok araştırmacılar tarafından ele alınanyaşam kalitesi kavramı hakkında çeşitli tanımlamalar yapılmıştır. Yaşam kalitesi bireylerin tüm yönleriyle ve özellikleriyle bütünsel anlamda değerlendirilmelidir (Sezer,2012). Bütünsel anlamda bakıldığında bireylerin yaş, cinsiyet, medeni hali, eğitim, sağlık, spor ve ekonomik durumları yaşam kalitesini etkileyen önemli faktörlerdir (Erbayvd.,2006); Çakınv., (2005); Öztürk, (2008); Bekir vd.,2013); Balkan vd.,2015); Aydınervd.,2016); Arpacıvd.,2017).

Dünya sağlık örgütü yaşam kalitesini değerlendirmek için yaşam kalitesini alt alanlara indirgemiiştir (Kane,1997).

4.3.1. Genel Yaşam Kalitesi

Genel yaşam kalitesi iki farklı boyutta incelenmektedir. Birincisi nesnel yaşam kalitesi ve göstergeleridir. Bunlar barınma günlük eylemler, sosyal olma, aylık gelir giderler ve meslek durumunu ifade eder. Öznel yaşam kalite göstergeleri daha spesifik kişiden kişiye değişen göstergelerdir. Bireyin günlük işleri, ailevi, arkadaş gibi sosyal bağları, ekonomiközgürlüğü, içi, eğitimi kanuni hakları ve sağlık gibi unsurlar öznelöğeleri oluşturmaktadır.

Hastalıkların ve değişkenlerin öznel ve sabit olmaması durumundan dolayı Genel Yaşam Kalitesi değerlendirmeleri karşılaştırmalı hizmet veren sistemlerin değerlendirmelerinde uygulandığı görülmektedir (Lehman,1995).

Dünya sağlık örgütü (DSÖ) " yaşam kalitesini"bireyin yaşamında amaçlarını, yaşamınadair beklenti, değer ve yargılarını, kültürünü ve bireysel ilgilerini anlama ve fark etmek olarak tanımlar (Akdeniz ve Aydemir, 1999).

4.3.2. Genel Sağlık Kalitesi

Sağlıkla ilgiliolarak yaşam kalitesini değerlendirmek için kullanılan en ünlü ölçeklerden bir tanesi WHOQOL yaşam ölçeğidir. Sağlıkla ilgili yaşam kalitesi temel olarak yaşam kalitesinin bir alt faktörüdür. Birbirleriyle yakından ilişkili olan bu iki kavramlar, bazı araştırmalara göre Yaşam Kalitesi (YK) ve Sağlıkla ilgili Yaşam Kalitesi (SYK) birbirlerinden ayrılarak incelenmelidir. Araştırmalar incelendiğinde yaşam kalitesinin alt faktörleri sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin oluşmasını da neden olur bu yüzden bunları birbirinden ayırmak zordur. Örnek verilecek olursa bireylerin

gelirleri, çevre koşulları kişisel inançları siyasi ortamları genel anlamda yaşam kalitesini belirlerken sağlıkla ilgili yaşam kalitesini de kapsadığı görülmektedir, bunun nedeni bu faktörlerin çoğu sağlık ile ilgili problemleri belirleyen ana bileşenlerdir (Eser,2004).

23

Bireysel iyilik halinin bir anlatımı olan yaşam kalitesi, yaşamın farklı alanlarında öznel doyumlara ifade eden insanoğlu için evrensel bir anlama sahip içinde yaşadıkları kültürleri ve değerleri bir bütün olarak ele alarak amaçlarına beklentilerine ilgi ve düşüncelerine yaşamlarındaki durumlarını algılamalarını sağlayan bir kavramdır. Tüm bireyler yaşamlarını daha iyi seviyeye çıkarmak, hayatında olmayan, özlemini çektiği şeylere sahip olmayı daha kısa anlatımla rahata ve huzurlu olmak ister. Bu bağlamda Yaşam Kalitesi bireylerin kendilerini geliştirmeleri yaşantılarını çeşitlendirmeleri ve amaçlarına varmalarıyla ilgilidir (Şahin,1997).

4.3.3. Bedensel Alan

Vücudun ağırlı olması, rahat olmama durumu, bitkin ve enerjinin düşük olması, cinsel durumlar, uykusuzluk ve dinlenmeme ve duyuşal fonksiyonlar gibi nitelikleri içermektedir. Bireylerin enerji kullanarak gündelik işleri ve faaliyetlerinin ne kadar geliştirebildiklerinin algılamalarıyla ilişkilidir (Arslantaşvd., 2006).

Fiziksel yani bedenselalanda yapılan aktiviteler, temel motor özellikleriyle bireyin bedeninin yetenek ve kuvvetini, farklı özellikteki motor performansının limitini gösteren aktivitelerdir. Bireylerin temel motor özellikleri; kuvvet, denge, esnek olmak, hız, dayanıklı olması beceriklilik ve uyum olarak sıralanabilir (Çelik ve Kayapınar,2012).

Literatürde ki bazı çalışmalarda fiziksel aktivitelerin bedenin sağlığına olumlu katkı sağlamanın yanı sıra zihinsel işlevlerin iyi yönde gelişmesini ve psikolojik olarak iyi olması yönünde fayda sağladığı görülmüştür (Fariz,2015).

4.3.4. Ruhsal Alan

Olumlu düşünmek, hissetmek, öğrenmek, hafıza ve yoğun olma kişisel bakım ve olumsuz hissetmeme gibi durumları içermektedir. Ruhsal alan depresyon,

kızgınlık, mutluluk korku, anksiyete gibi duygusal ve ruhsal durumları içermektedir (Arslantaş vd., 2006).

Bilge ve arkadaşlarının 2004'te yetiştirme yurtlarında yaşayan bireylerin ruhsal durumlarının yaşam kalitelerine olan etkilerini incelemişlerdir. Yaptıkları araştırmanın sonucunda genç bireylerin genel sağlık durumlarının risk boyutunun daha yüksek değerde olduklarını, duygusal rollerin, mental hallerini ve bunların sonucunda yaşam kalitelerini etkiledikleri sonucuna varmışlardır (Bilge vd., 2004).

4.3.5. Sosyal Alan

Yaşam Kalitesinin alt boyutlarından olan sosyal alan, bireylerin sosyal olduğu çevreyle olan ilişkileri kapsamaktadır. Özmete'ye (2010)göre bireylerin “var olabildiği” “ait hissettiği” ve “kendilerini gerçekleştirebildikleri” destek veren ailesi ve arkadaşları yaşam kalitelerinin gelişmesinde önemli rol oynamaktadır (Özmete, 2010: 456).

Bireylerin ailesinde ki bireylerle, iş arkadaşlarıyla ve çevresiyle olan iletişimleri oluşturmaktadır (Arslantaş vd., 2006).

Bireylerin sosyal hayatta uyumlu bir şekilde yaşayarak kendilerine göre uyarlanan egzersiz programlarının bireylerin fiziksel hastalıklarının yanı sıra psikolojik hastalıklarına da fayda sağlayan yöntemlerden olduğu önerilmektedir (Knöchel,2012).

4.3.6. Çevresel Alan

Bireylerin içinde yaşadığı ve kabul gördüğüçevresel alan faktörü, güvenlik,barınma, iş yeri ve memnuniyeti, parasal durumlar, eğlenmek ve eğlenceye katılmak, pozitif ve negatif çevre gibi özellikleri içermektedir (Tomas,2004).

Literatür incelendiğinde yaşam kalitesinin demografik değişkenleri aile ilişkileri ve sosyal çevre gibi çevresel alanlardan etkilendikleri görülmektedir (Lindstrom ve Kohler,1991).

Campell ve arkadaşlarına(1976) göre yaşam kalitesinin anlamı için yapılan çalışmalarda bireyim yaşamda duyduğu doyum ve tatminsizliğin ölçülebilmesi için

evlilik, iş, ev yaşantısı gibi bireyin çevresel şartlarından etkilenmesi öznel olarak yaptıkları yorumların konularına bağlıdır.

Bireylerin yaşadığı bina ve çevresi, mali kaynakları, fiziki çevrenin kalitesi, yeni bilgi ve dokümanlara kolay erişim sağlaması, sağlık ve spor hizmetlerine erişimlerin kolay ve ulaşılabilir olması çevresel alanın olumlu yönleri olarak değerlendirilmektedir. İnançlara ve inançlarına saygı duyulması ve inanç özgürlüğü gibi kavramlarda yaşam kalitesinin çevresel alanda etkisi olan önemli unsurlar olarak gösterilmektedir (Turgut, 2010; Bilgiç, 2009).

V.BÖLÜM

YÖNTEM VE BULGULAR

7 Bu bölümde, yapılan araştırmanın yöntemi modeli, evren ve örnekleme, istatistiksel teknikler ve verilerin toplanmasıyla ilgili yapılan çalışmalar incelenmiştir.

5.1. Araştırmanın Amacı ve Yöntemi

Sporun insan sağlığına faydaları gelişmiş ülkelerde bilinmekle birlikte az

gelişmiş ülkelerde yeni gündeme alınmış olup bu konuda yapılan çalışmalar gerek kamu gerekse özel kuruluşlar tarafından teşvik edilmektedir. Rekreatif faaliyetler de gelişmiş ülkelerden sonra gelişmekte olan ülkelerin gündeminde yer almıştır. Bu bağlamda bu çalışmanın temel amacı Z Kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin ve alt boyutlarının spor salonlarından düzenli faydalanmasına göre farklılaşma düzeylerini ortaya koymaktır. Spor salonlarından düzenli faydalanılması unsuru minimum haftada bir faydalanılması bağlamında değerlendirilmiştir. Bu temel amacın yanında Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin gelire, cinsiyete, medeni duruma ve eğitim düzeyine göre farklılaşma düzeylerini ortaya koymak amaçlanmıştır.

Araştırma nicel bir araştırmadır. Araştırmada anket vasıtasıyla veriler toplanmıştır. Katılımcılardan toplanan veriler kodlanarak ve SPSS paket programına aktararak verilerin istatistik analizleri yapılmıştır. Farklılık analizlerinde One-Way Anova ve T-testi kullanılmıştır. Veritoplama aracı “Whoqol-Bref yaşam kalitesi ölçeği” dir. Yaşam kalitesini ölçmek için Dünya Sağlık Örgütü tarafından 15 işbirlikçi merkezlerle birlikte hazırladığı WHOQOL-BREF (Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Form) ölçeğinin 27 soru içeren Türkçeye uyarlanmış hali uygulanmıştır. (Ek.3). WHOQOL (100 soru) ve WHOQOL-BREF olarak tam ve kısa formu olan anket türü, bireylerin kendi yaşam kalitelerini puanlamaktadır (Başaran, Güzel, Sapel, 2005). Kısa form olarak düzenlenen WHOQOL-BREF ölçeği; bedeni, psikolojik, sosyal ve çevresel olmak üzere dört alt alanı içermektedir. Bu ölçek Dünya Sağlık Örgütünün içinde bulunan 18 ülkenin uzmanları tarafından oluşturulan bu ölçek hekim için uygun bir tedavi yöntemi seçmesine yardım etmek için tedavi hizmetlerinde, sağlık hizmetleri, sağlık araştırmalarının ve sağlık politikalarının geliştirilmesi gibi geniş bir alana sahiptir (Fidaner vd., 1999).

5.2. Araştırmanın Evren, Örneklemi ve Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın evrenini, Antalya ilindeki Z kuşağı 1995-2010 doğumlu bireyler (Yüksekbilgili, 2015) oluşturmaktadır. Gönüllü olarak katılan spor salonundan faydalanan 150 kişiye ve spor salonlarından faydalanmayan 150 olarak toplamda 300 kişiye ulaşılmıştır. 200-300 arası örneklem sayıları genel olarak sosyal bilimlerde tarama türü araştırmalarda yeterli görülmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2014: 128). Bu kapsamda bu çalışmada kolayda örnekleme tekniğiyle istekli katılımcılara (spor

salonlarından faydalanan ve faydalanmayan bireyler) ¹¹ eğitilmiş görüşmeciler tarafından anket uygulanmıştır. Anketler yüz yüze görüşmelerle uygulanmıştır.

Uygulanan anketlerden eksik ve hatalı olduğu tespit edilen 52 anket analizlere dahil edilmemiştir. Bu durumda araştırmada gönüllü olarak 102' kadın 146'sı erkek olmak üzere toplamda 248 katılımcı yer almıştır.

Araştırma sadece Antalya ilinde uygulanmış olmasıyla, Covid-19 pandemi sürecinde araştırmanın olması araştırmanın sınırlılıklarını oluşturmaktadır.

5.3. Araştırmanın Hipotezleri

Demografik unsurlar da olduğu gibi bireylerin ve ailelerin gelir durumları yaşam kalitesini etkileyen unsurlardan bir tanesidir. Yapılan incelemelere göre gelir seviyeleri yüksek olan bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri az olanlara göre daha yüksek olduğu gözükmektedir (Veenhoven ve Dumludağ, 2015). Bunun asıl sebebi ise, gelir seviyesi yüksek olan bireylerin istediklerine ulaşma ihtimali düşük gelir düzeyindeki bireylere göre daha kolay ve fazladır. Buna göre yaşamdan istedikleri şeylere ulaşabilen bireylerin yaşam kalitesi seviyesinde artış olduğu görülmektedir (Dumludağ, 2011).

Bireysel unsurlardan olan cinsiyet, insanlığın yaşam kalitesini gösteren unsurlardan bir tanesidir. Toplumdan topluma kültürden kültüre değişen cinsiyete karşı görülen etkiler farklılık göstermektedir. İsveç'te yapılan bir araştırmaya göre, çalıştığı yer sağlık durumları ve yaşam biçimi gibi sosyal ve psikolojik etkilerden kaynaklanan farklılıklar kadınların yaşam skorunun erkeklere göre daha az olduğu görülmektedir (Bingefors ve Isacson, 2004).

İsrail'de 2006 yılında Miller ve Dishon'un yaptıkları araştırmada ³⁶ ise erkeklerin genel yaşam kalitesinin kadınlara göre daha az olduğu saptanmıştır. Kadın erkek eşitsizliğinin gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde farklılaşması cinsiyet sebebiyle meydana gelen olumsuzluklar yaşam kalitesini etkilemektedir (Kangal, 2013). Bazı araştırmacılara göre yaşam kalitesi ve cinsiyet arasında anlamlı bir bağ saptanmadığını, cinsiyetin yalnız başına yaşam konusunda etkili olmadığını, bu değişkenin yanı sıra birçok demografik niteliklerin değerlendirilmesi sonucu anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir (Koçak, 2016).

Literatür incelendiğinde evlilik kavramı ile yaşam kalitesi kavramı arasında bir bağ olduğu tespit edilmiştir. Araştırmalara göre evli olan bireyler hiç evlenmeyen, ayrılan, ya da dul bireylerden daha mutlu oldukları görülmüştür (Parker vd., 2003; Avcı ve Pala, 2004). Evli bireyler yalnız yaşayan bireylere göre gelecek beklentileri daha fazla olduğu görülmektedir ve bu durum yaşam kalitesini etkileyen etkidir (Luttik vd.,2006).

Eğitim seviyesi yüksek olan kişileri genellikle daha yüksek gelire ve statüye sahip olmalı yaşam kalitesini etkileyen unsurlardan bir tanesidir. Ancak bazı araştırmalara göre kişilerin eğitim düzeyleri arttıkça, yaşa kalitesi ile doğru orantıda yükseldiğini belirtirken, diğer yandan bazı araştırmalara göre kişilerin yaşam kalitesi düzeylerinde artış olmadığı görülmektedir (Kangal, 2013; Dumludağ, 2011; Gençoğlu ve Yılmaz, 2014). Örneğin Gündoğar'ın (2007) 'de yaptığı araştırmada, üniversitede eğitim gören bireylerin istemedikleri, kendi yeteneklerine ve ilgileriyle ilgili bölümlerde okumaları yaşam doyumunu ve kalitesini olumsuz etkilemektedir.

Birçok araştırmaya göre yaşam kalitesi unsurlarından yaş unsuru ile bireylerin demografik özelliklerinin bağlantısı olduğu tespit edilmiştir. Yaşam kalitesi sadece belli bir yaş aralığını kapsamadığı için bir ölçü olarak alınmamalıdır.Örneğin, yaşlılar için yaşam kalitesini göstergesini oluştururken, farklı yaş grupları için farklılık göstermektedir (Boylu ve Paçacıoğlu, 2016: 140). Bireylerin yaşlanmasıyla sağlık sorunları ortaya çıktığı, bununla birlikte yaşlı bireylerin sosyalleşmesinde azalma olduğu tespit edilmiştir(Lehto vd., 2005; Timur ve Akay, 2017). Yaşam kalitesi 30-35 yaş aralığındaki bireylerde düşüş göstermektedir. Bunun sebebi bireylerin yoğun olduğu bu dönemde hayatta kalmak için verdiği yoğun uğraşlardır (Dumludağ, 2011). Yaş faktörü bireylerin çocukluk ve gençlik dönemlerinde düşüncelerini, davranışlarını ve tutumlarını etkilemektedir. Yaşları arttıkça bireylerin ihtiyaçları farklı yaş aralıklarında farklılık göstermektedir. Çocukların yetiştiği ortamlarda edindiği kültürler hayatına şekil vermekte ve ailelerinin yaşam kalitesi çocuklarını yaşam kalitelerini belirlemektedir. Çocukluk ve ergenlik dönemlerinde ailelerin sorumluluğu büyüktür. Bireyler ailelerindeki ve sosyal çevrelerindeki davranışları iyi gözlemlemeli ve buna göre davranışlarda bulunmalıdır (Totan ve Yöndem, 2007).

"Her işin başı sağlıktır" atasözü aslında sağlığın bireylerin yaşam kalitesin de

ki önemi ve yerini belirtmektedir. İnsan bireysel ve sosyal bir varlıktır. Kişi bireysel olarak içinde bulunduğu toplumla sosyal çevresiyle bir bütün olarak yaşamaktadır. Çalışır'a göre yaşam kalitesini doyumunu sadece bireysel olarak değil aynı zamanda hayatını etkileyen toplumsal ve sosyal tüm özellikler oluşturmaktadır. Örneğin iş hayatında mutlu olan bireyler bunu özel yaşamına da yansıtır. İş ev ve özel hayatında iyi ve huzurlu olan bireylerin iş, ev ve özel hayatlarının doyumunda artmaktadır. Bu durum döngü içinde sürekli olarak birbirini etkilemektedir. İyi ve mutlu olan bireyler iş, sosyal ve özel hayatındaki problemlerin üstesinden daha kolay gelebilir. Fiziksel ve psikolojik olarak daha sağlıklı oldukları görülmektedir. Sağlıklı olan kişilerin yaşam kalitesi oranları o oranda yüksek olabilmektedir (Çalışır,2012). Boş zamanlarında yaptıkları etkinlikler, bireylerin yaşam kalitelerini arttırdığı gibi geliştirdiği en önemli unsurlardan bir tanesidir. Boş ve serbest zamanlarında bireylerin kendilerini keşfetmesine, yenilemesine ve ortaya çıkarabilmesine yardımcı olmaktadır (Aslan vd., 2012: 24). Boş zamanlarında bireyler iş aile ve sosyal olarak yaptıkları faaliyetler dışında kendi bireysel istek ve ihtiyaçlarına göre serbest zamanlarını değerlendirmektedirler (Mansuroğlu, 2002: 53). Kişiden kişiye değişen boş zamanı değerlendirme faaliyetleri ülkelerdenülkelere toplumdan topluma da değişiklik göstermektedir. Ergenler üzerinde yapılan araştırmalara göre boş zamanlarını daha çok bilgisayar ve internette geçirdikleri (Aslan vd., 2012: 29) kitap okuyarak boş zamanlarının değerlendirmesi ise daha az olduğu görülmektedir (AksaçlıoğluveYılmaz, 2007: 17). Yaşlı insanlarla yapılan araştırmada radyo dinlemenin, okumanın, hobilerle ilgilenmenin televizyon izlemenin, akraba, arkadaş, komşu ziyaretlerinin yanı sıra sinema, tiyatro, müze vb. yerlere gitmek gibi boş zamanlarında yapılan etkinliklerin bireylerin yaşam kalitesinde önemli yeri olduklarını göstermektedir (Çakır vd., 2013: 474).

Literatürde ki bazı araştırmalara göre, bireylerin ergenlik döneminde fiziksel ve spor etkinliklerine ilgilerinin arttığı görülmektedir (Salmon vd., 2007: 144). Bu dönemde sporla uğraşmak her şeyden önemlisi sağlıkla ilgili olarak hayatlarının daha iyi olmasına yardımcı olmaktadır. Sedarer yaşam tarzına sahip ergenler ile düzenli olarak spor yapan ve bunu alışkanlık haline getiren bireyler arasında yapılan araştırmalara göre spor yapan ergen bireylerin daha yüksek hayat ve yaşam kalitesine sahip oldukları görülmektedir (Casey, 2016: 1).

Yukarıda ki açıklamalar doğrultusunda aşağıdaki hipotezler geliştirilmiştir.

İlk hipotez altı alt hipotez içermektedir. ³ Hazırlanan anket formu(ek.3) yardımıyla toplanan verilerin değerlendirilmesi sonucu geliştirilen hipotezler test edilmiştir. Aşağıda araştırmanın hipotezleri sırasıyla sunulmuştur.

H1: Z kuşağı bireylerinin yaşam kalitesi düzeyleri sporsal onlarındandüzenli faydalanmasına göre farklılaşmaktadır.

H1a: Z kuşağı bireylerin “genel yaşam kalitesi” sporsal onlarındandüzenli faydalanmasına göre farklılaşmaktadır.

H1b: Z kuşağı bireylerin “genel sağlık kalitesi” düzeyleri sporsal onlarındandüzenli faydalanmasına göre farklılaşmaktadır.

H1c: Z kuşağı bireylerin “bedensel alan” düzeyleri sporsal onlarındandüzenli faydalanmasına göre farklılaşmaktadır.

H1d: Z kuşağı bireylerin “ruhsal alan” düzeyleri sporsal onlarındandüzenli faydalanmasına göre farklılaşmaktadır.

H1e: Z kuşağı bireylerin “sosyal alan” düzeyleri sporsal onlarındandüzenli faydalanmasına göre farklılaşmaktadır.

H1f: Z kuşağı bireylerin “çevresel alan” düzeyleri sporsal onlarındandüzenli faydalanmasına göre farklılaşmaktadır.

H2: Z kuşağı bireylerin “yaşam kalitesi” düzeyleri genel düzeylerine göre farklılaşmaktadır.

H3: Z kuşağı bireylerin “yaşam kalitesi” düzeyleri cinsiyetlerine göre farklılaşmaktadır.

H4: Z kuşağı bireylerin “yaşam kalitesi” düzeyleri medenî durumuna göre farklılaşmaktadır.

H5: Z kuşağı bireylerin “yaşam kalitesi”

düzeyleri eğitim düzeyine göre farklılaşmaktadır.

5.4. Araştırma Kapsamında Kullanılan Analitik Teknikler ve Analizler

² Araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerden elde edilen veriler bilgisayar ortamına girilerek SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 27.00 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Eksik ve hatalı olduğu tespit edilen veriler analizlere dahil edilmemiştir. Ayrıca analizlere geçilmeden önce veri setindeki boş maddeler tespit edilmiş ve kayıp veriler için ortalama değerlerin atanması gerçekleştirilmiştir. Bu işlemin ardından kullanılan ölçeklere ait toplam puanlar ve alt puanlar hesaplanmıştır. Veriler değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerden (sayı, yüzde, frekans, ortalama) yararlanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesine parametrik test yöntemlerinin uygulanabilmesi için örneklemin normal dağılım göstermesi gerektiği varsayılmıştır (Kalaycı, 2010). Elde edilen puanlar için dağılımların normalliğini değerlendirmek amacıyla verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Araştırmada kullanılan değişkenlerin normal dağılıma sahip olup olmadığını belirlemek için skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerleri bakılmıştır. Kalaycı (2010) çarpıklık ve basıklık ölçüsünün -3 ile +3 aralığında değerler alması durumunda normal dağılım göstereceğini belirtmiştir.

Araştırmada kullanılan ölçeğin basıklık ve çarpıklık değerleri aşağıdaki tabloda verilmiştir. Normalliğin sağlanmasıyla birlikte, verilerin analizinde parametrik yöntemlerin kullanılması tercih edilmiştir. Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin ve alt boyutlarının spor salonlarından düzenli faydalanmasına göre; yine aynı şekilde Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin cinsiyet, medeni durum, gelir, öğrenim durumu ve farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için farklılık analizleri yapılmıştır.

Tablo 5.1.'de Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin ve Alt Boyutlarının Çarpıklık ve Basıklık Değerlerinin sonuçları gösterilmektedir.

²
Tablo 5.1. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin ve Alt Boyutlarının Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Değişken	Çarpıklık	Basıklık
----------	-----------	----------

YKD	-0,102	-0,552
GYK	-0,27	-0,173
GSK	-0,257	-0,4
BA	-0,261	-,505
RRA	-0,156	-0,633
SA	-0,212	-0,33
ÇA	-0,16	-0,348

Not: YKD=Yaşam Kalitesi Düzeyi; GYK=Genel Yaşam Kalitesi; GSK=Genel Sağlık Kalitesi; BA=Bedensel Alan; RA=Ruhsal Alan; SA=Sosyal Alan; ÇA=Çevresel Alan

Ölçeklerin güvenilirlik analizi için (Cronbach's Alpha) iç tutarlılık değerleri aşağıdaki 5.2. tabloda verilmiştir. Cronbach's Alpha güvenilirlik değerleri 0,6 değerinden büyükse ölçek oldukça güvenilir olarak değerlendirilebilir (Akgül ve Çevik, 2003).

Tablo 5.2. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeyleri ve Alt Boyutlarının Alpha Değerleri

Değişken	Cronbach Alpha Değerleri
YKD	0,922
BA	0,787
RA	0,817
SA	0,781
ÇA	0,606

5.4.1. Betimleyici İstatistikler

Aşağıda tabloda demografik bilgiler ve diğer betimleyici veriler yer almaktadır.

Tablo 5.3. Demografik Bilgiler ve Diğer Betimleyici Veriler

		Frekans	Yüzde%	KümülatifYüzde
CNS	KADIN	102	41,1	41,1
	ERKEK	146	58,9	100
	TOPLAM	248	100	
MD	EVLİ	8	3,2	3,2
	BEKAR	240	96,8	100
	TOPLAM	248	100	
ÖD	LİSE	187	75,4	75,4
	ÖNLİSANS	36	14,5	89,9
	LİSANS	18	7,3	97,2
	YÜKSEK LİSANS	4	1,6	98,8
	DOKTORA	3	1,2	100
	TOPLAM	248	100	
GELİR	0-4000	56	22,6	22,6
	4001-7000	80	32,3	54,8
	7001-10000	60	24,2	79
	10001-13000	29	11,7	90,7

	130001 ve üzeri	23	9,3	100
	TOPLAM	248	100	
SPOR SALONUNDAN DÜZENLİ FAYDALANMA	EVET	109	44	44
	HAYIR	139	56	100
	TOPLAM	248	100	
SPOR SALONLARINA KATILIM SÜRESİ	0-1 YIL	66	26,6	60,6
	1-3 YIL	26	10,5	82,6
	4 YIL VE ÜZERİ	17	6,9	98,2
	TOPLAM	109	44	
Missing	BOŞ	139	56	
Total		248	100	

Yukarıdaki tabloda görüldüğü üzere araştırmaya katılan katılımcılardan 102 kişi kadın, 146 kişi erkektir. 240 kişi bekar, 8 kişi evlidir. Katılımcılardan 0-4000 gelir grubu 56 kişi, 4001-7000 gelir grubunda 80 kişi, 7001-10.000 gelir grubunda 60 kişi, 10.001-13.000 gelir grubunda 29 kişi ve 13.001 ve üzeri gelir grubu 23 kişidir. Eğitim gurubunda ²² lise mezunu 187 kişi, ön lisans mezunu 36 kişi, lisans mezunu 18 kişi, yüksek lisans mezunu 4 kişi ve doktora mezunu 3 kişidir. Katılımcılardan spor salonundan düzenli faydalanma grubunda evet 109 kişi, hayır 139 kişidir. Katılım süresi grubunda 0-1 yıl grubu 66 kişi, 1-3 yıl grubu 26 kişi ve 4 yıl ve üzeri grubu 17 kişidir.

5.4.2. Farklılık Analizleri

Aşağıda farklılık analizleri kapsamında T testi ve Anova testleri gerçekleştirilmiştir.

Aşağıda tablo 5.4. de Z Kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri ve alt boyutlarının spor salonlarından düzenli olarak faydalanılmasına göre farklılığını belirlemek üzere bağımsız gruplar arasında yapılan T testi görülmektedir.

Tablo 5.4. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeyleri ve Alt Boyutlarının Spor Salonlarından Düzenli Olarak Faydalanılmasına Göre Farklılığını Belirlemek Üzere Bağımsız Gruplar Arasında Yapılan T Testi

Levene's Test for Equality of Variances		Ortalamaların Eşitliği için T testi						
F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Ortalama Fark	Standart Hata farkı	%95 güven aralığında fark	

									Endüyük	Enyükse
G Y K	E Ő i t varyansların k a b u l ü	2,462	0,118	3,474	2 4 6	0,001	0,4788	0,1378	0,2073	0,7503
	E Ő i t varyansların r e d d i			3,46	228,613	0,001	0,4788	0,1383	0,2061	0,7515
G S K	E Ő i t varyansların k a b u l ü	1,496	0,222	3,719	2 4 6	0,000	0,4647	0,1249	0,2185	0,7108
	E Ő i t varyansların r e d d i			3,756	239,663	0,000	0,4647	0,1237	0,2210	0,7084
B A	E Ő i t Varyansların k a b u l ü	7,255	0,008	5,001	2 4 6	0,000	0,4351	0,0870	0,2637	0,6064
	E Ő i t varyansların r e d d i			5,147	245,997	0,000	0,4351	0,0845	0,2686	0,6016
R A	E Ő i t varyansların k a b u l ü	9,645	0,002	6,89	2 4 6	0,000	0,6482	0,0940	0,4628	0,8335
	E Ő i t varyansların r e d d i			7,101	245,976	0,000	0,6482	0,0912	0,4684	0,8279
S A	E Ő i t varyansların k a b u l ü	1,434	0,232	3,095	2 4 6	0,002	0,3258	0,1052	0,1184	0,5331
	E Ő i t varyansların r e d d i			3,129	240,25	0,002	0,3258	0,1041	0,1207	0,5309
Ç A	E Ő i t varyansların k a b u l ü	6,469	0,012	2,168	2 4 6	0,031	0,2040	0,0940	0,0187	0,3893
	E Ő i t Varyansların r e d d i			2,218	245,219	0,027	0,2040	0,0919	0,0228	0,3852
Y K D	E Ő i t varyansların k a b u l ü	7,716	0,006	5,49	2 4 6	0,000	0,4387	0,0799	0,2813	0,5961
	E Ő i t varyansların r e d d i			5,638	245,891	0,000	0,4387	0,0778	0,2854	0,5920

Tablo 5.4. de görüldüğü üzere Z kuşığı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin ve alt boyutlarının hepsinde spor salonundan faydalanmaya göre evet grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Dolayısıyla H1, H1A, H1B, H1C, H1D, H1E ve H1F hipotezleri kabul edilmiştir.

Aşağıda tabloda Z Kuşığı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin ve alt boyutlarının spor salonlarından düzenli olarak faydalanma bazı ortalama ve standart sapma değerleri görülmektedir.

								f a r k ı	düşük	yüksek
YKD	E ş i t Varyansların kabulü	1,55	0,214	-4,886	2 4 6	0,000	-0,3984	0,0815	-0,5590	-0,2378
	E ş i t varyansların reddi			-4,827	207,703	0,000	-0,3984	0,0825	-0,5612	-0,2357

Tablo 5.8. de görüldüğü üzere Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin cinsiyete göre erkekler lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Dolayısıyla H3 hipotezi kabul edilmiştir. Aşağıda tabloda yaşam kalitesi düzeyinin cinsiyet bazlı ortalama ve standart sapma değerleri görülmektedir.

Tablo 5.8. Yaşam Kalitesi Düzeyinin Cinsiyet Bazlı Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	CNS	N	ORT.	S.S
YKD	KADIN	102	3,1779	0,65748
	ERKEK	146	3,5764	0,61346

Aşağıda tabloda Z Kuşağı bireylerin Yaşam kalitesi düzeylerinin medeni duruma göre farklılığını belirlemek üzere bağımsız gruplar arasında yapılan T testi görülmektedir.

Tablo 5.9. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Medeni Duruma Göre Farklılığını Belirlemek Üzere Bağımsız Gruplar Arasında Yapılan T Testi

		Varyansların Eşitliği Testi		Ortalamaların Eşitliği için T testi						
		F	Sig.	t	d f	Sig. (2-tailed)	Ortalama Fark	Standart Hata farkı	%95 güven aralığında fark	
									E n düşük	E n yüksek
Y K D	E ş i t varyansların kabulü	2,875	0,091	2,127	2 4 6	0,045	0,40835	0,23644	0,05735	0,87406
	E ş i t Varyansların reddi			2,871	8,467	0,02	0,40835	0,14221	0,08354	0,73317

Tablo 5.9. da görüldüğü üzere Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı evli bireyler lehine farklılık tespit edilmiştir. Dolayısıyla H4 hipotezi kabul edilmiştir. Aşağıda tabloda ise yaşam kalitesi düzeyinin medeni durum bazlı ortalama ve standart sapma değerleri

görülmektedir.

Tablo 5.10. Yaşam Kalitesi Düzeyinin Medeni Durum Bazlı Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	MD	N	ORT	S.S
YKD	EVLİ	8	3,8077	0,38351
	BEKAR	240	3,3993	0,66421

Tablo 5.10. incelendiğinde Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi Düzeyinin medeni durum bazlı ortalaması evlilerde 3,8077 iken, bekarlarda 3,3993 olduğu görülmektedir. Standart sapma değerleri evli bireylerde 0,38351 bekar bireylerde 0,66421 olarak görülmektedir.

Aşağıda tabloda Z Kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin alt boyutlarının gelir bazında ortalama ve standart sapma değerleri görülmektedir.

Tablo 5.11. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Gelir Bazında Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		N	Ort.	S.S
YKD	0-4000	56	3,0762	0,62236
	4001-7000	80	3,3235	0,6026
	7001-10000	60	3,4929	0,64356
	10001-13000	29	3,6645	0,64004
	13000+	23	4,0134	0,44547
	TOPLAM	248	3,4125	0,66052

Bu işlem sonrasında ANOVA analiziyle belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında gerçekleştiğini incelemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizlerine geçilmiştir. ANOVA analizi sonrasında hangi post-hoc çoklu karşılaştırma tekniğinin kullanılacağına karar verebilmek için aşağıda Tablo 5.11’de görüleceği üzere öncelikle Levene Testi aracılığıyla varyansların homojenliği denetlenmiş, varyansların homojen olduğu görülmüştür. Bu işlemin ardından varyansların homojen olduğu durumlarda kullanılan Tukey çoklu karşılaştırma tekniği tercih edilmiştir.

Tablo 5.12. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Alt Boyutlarının Gelir Düzeyleriyle İlişkin Varyans Homojenlik Testi Sonuçları

	LeveneStatistic	df1	df2	Sig.
YKD	,999	4	243	,409

Aşağıda tabloda Z Kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin alt boyutlarının gelire göre hangi gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan Tukey ve Games Howell testi gösterilmektedir.

Tablo 5.13. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Gelire Göre Hangi Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Tukey Testi Sonuçları

	Dependent Variable	(I) GELİR	(J) GELİR	Ortalama Farkı (I-J)	Standart Hata	Sig.	%95 Güven Aralığı	
							Alt Sınır	Üst Sınır
YKD	Tukey HSD	0-4000	4001-7000	-0,24726	0,10619	0,139	-0,5391	0,0446
			7001-10000	-,41671*	0,11324	0,003	-0,7279	-0,1055
			10001-13000	-,58822*	0,13943	0	-0,9714	-0,205
			13000+	-,93714*	0,15094	0	-1,352	-0,5223
		4001-7000	0-4000	0,24726	0,10619	0,139	-0,0446	0,5391
			7001-10000	-0,16945	0,10409	0,481	-0,4555	0,1166
			10001-13000	-0,34096	0,13211	0,077	-0,704	0,0221
			13000+	-,68988*	0,1442	0	-1,0862	-0,2936
		7001-10000	0-4000	,41671*	0,11324	0,003	0,1055	0,7279
			4001-7000	0,16945	0,10409	0,481	-0,1166	0,4555
			10001-13000	-0,17151	0,13784	0,725	-0,5503	0,2073
			13000+	-,52043*	0,14947	0,005	-0,9312	-0,1096
		10001-13000	0-4000	,58822*	0,13943	0	0,205	0,9714
			4001-7000	0,34096	0,13211	0,077	-0,0221	0,704
			7001-10000	0,17151	0,13784	0,725	-0,2073	0,5503
			13000+	-0,34892	0,17017	0,245	-0,8166	0,1188
		13000+	0-4000	,93714*	0,15094	0	0,5223	1,352
			4001-7000	,68988*	0,1442	0	0,2936	1,0862
			7001-10000	,52043*	0,14947	0,005	0,1096	0,9312
			10001-13000	0,34892	0,17017	0,245	-0,1188	0,8166

Tablo 5.13. de görüldüğü üzere, örneklem grubu oluşturan katılımcıların Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri ölçeğinde Z kuşağı “yaşam kalitesi” düzeyinde gelir grupları arasında anlamlı bir farklılıklar gösterdiğini belirlemek amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda söz konusu farklılığın 0-4000 gelir grubu

ile 4001-7000 gelir grubu dışındaki diğer tüm gruplar arasında 0-4000 gelir grubu aleyhine, 13.000 üzeri gelir grubu ile 10.001-13.000 gelir grubu dışındaki tüm gruplar arasında söz konusu farklılığın 13.001 ve üzeri gelir grubu lehine gerçekleştiği saptanmıştır.

Aşağıda tabloda Z Kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin eğitim düzeyine göre farklılığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi sonucu gösterilmektedir.

Tablo 5.14. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Farklılığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonucu

		Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Kareler Ort.	F	p
YKD	Gruplar Arası	1,318	4	0,33	0,752	0,557
	Gruplar İçi	106,443	243	0,438		
	Toplam	107,762	247			

Tablo 5.14.'de görüleceği üzere örneklem grubu oluşturan kişilerin Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri ölçeği alt boyutlarının eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda grupların aritmetik ortalamaları arasındaki farklılık anlamlı bulunmamıştır. Dolayısıyla H5 hipotezi reddedilmiştir.

Aşağıda tabloda Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin eğitim bazında ortalama ve standart sapma değerleri görülmektedir.

Tablo 5.15. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Eğitim Bazında Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		N	Mean	Std. Deviation
YKD	Lise	187	3,3787	0,66192
	Önlisans	36	3,5192	0,58939
	Lisans	18	3,5833	0,72175
	Yüksek Lisans	4	3,4423	0,65385
	Doktora	3	3,1779	1,15152
	Toplam	248	3,4125	0,66052

Aşağıda tabloda yaşam kalitesi düzeyleri alt boyutlarının spor salonlarından düzenli olarak faydalanma bazlı t testi özet sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 5.16. Yaşam Kalitesi Düzeyi ve Alt Boyutlarının Spor Salonlarından Düzenli Olarak Faydalanma Bazlı T Testi Özet Tablo

	YKD	GYK	GSK	BA	RA	SA	ÇA
Grup 1: Evet (n:109)	3,66(0,55)	3,29(1,1)	3,86(0,94)	3,85(059)	3,56(0,63)	3,6(0,79)	3,57(0,66)
Grup 2: Hayır (n:139)	3,22(0,69)	2,91(1,07)	3,39(1,02)	3,42(0,75)	2,91(0,81)	3,28(0,86)	3,36(0,8)
t-değeri	5 , 4 9	3 , 4 7	3 , 7 1	5 , 0 0	6 , 8 9	5 , 0 9	2 , 1 6
p-değeri	0 , 0 0 0	0 , 0 0 1	0 , 0 0 0	0 , 0 0 0	0 , 0 0 0	0 , 0 0 2	0 , 0 3 1

Aşağıda tabloda Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri bazında Anova ve T testi sonuçları özet tablo gösterilmektedir.

Tablo 5.17. Z Kuşağı Bireylerin Yaşam Kalitesi Düzeyleri Bazında Anova ve T Testi Sonuçları Özet Tablo

		YKD
Cinsiyet	Grup1:Kadın (n:102)	3,18 (0,66)
	Grup2:Erkek (n:146)	3,58 (0,62)
	t-değeri	4,88
	p-değeri	0,000
Medeni Durum	Grup1:Bekar (n:8)	3,4(0,67)
	Grup2:Evli (n:240)	3,81(0,39)
	t-değeri	2,17
	p-değeri	0,045
Spor Salonlarından Düzenli (min. haftada 1) Olarak Faydalanma Durumu	Grup1:Evet (n:109)	3,66(0,55)
	Grup2:Hayır (n:139)	3,22(0,69)
	t-değeri	5,49
	p-değeri	0,000
Gelir	Grup 1: (n:16)	3,08(0,63)
	Grup 2: (n:69)	3,33(0,61)
	Grup 3: (n: 82)	3,5(0,65)
	Grup 4: (n:84)	3,67(0,65)
	Grup 5:(n:61)	4,02(0,45)
	F-değeri	11,778
	p-değeri	0,000
Post-Hoc	Grup1<Gruplar3,4,5 Gruplar 1,2,3 <Grup 5	
Eğitim Düzeyi	Grup 1: (n:187)	3,38(0,67)
	Grup 2: (n:36)	3,52(0,59)
	Grup 3: (n: 18)	3,59(0,73)
	Grup 4: (n:4)	3,45(0,66)
	Grup 5:(n:3)	3,18(1,16)
	F-değeri	0,752
	p-değeri	0,557
Post-Hoc	-	

TARTIŞMA

Bu çalışmanın temel amacı Z Kuşığı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin spor salonlarından düzenli faydalanmasına göre farklılaşma düzeylerini ortaya koymaktır. Spor salonlarından düzenli faydalanılması unsuru minimum haftada bir faydalanılması bağlamında değerlendirilmiştir. Bunun yanında bu çalışmada Z kuşığı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin gelire, cinsiyete, medeni duruma ve eğitim düzeyine göre farklılaşma düzeylerini ortaya koymak amaçlanmıştır.

Çalışmaya katılan bireylerin %41,1'ini kadın, %58,9'unu erkek bireyler oluşturmaktadır. Medeni durumu %3,2'si evli, %96,8'i bekar olduğu görülmüştür. Çalışmamıza katılan bireylerin öğrenim durumlarının

%75,4'nü lise, %14,5'ni önlisans, %7,3'nü lisans, %1,4'nü, yüksek lisans ve %1,2'ni doktora olduğu görülmüştür. Katılımcıların gelir durumları %22,6'sı 0-4000, %32,3'ü 4001-7000, %24,2'si 7001-10000, %11,7'si 10001-13000 ve %9,3'nün 13001 ve üzeri olduğu görülmektedir. Sporsal onları düzenli olarak faydalanmadıkları durumundaki katılımcıların %44'ünün düzenli olarak faydalandığı, %56'sının ise düzenli olarak faydalanmadığı ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların sporsal onları katılımlı süreleri %26,6'sı 0-1 yıl arası, %10,5'i 1-3 yıllar arası ve %6,9'u 4 yıl ve üzeri olarak görülmüştür.

Yapılan bu çalışmada Z kuşağı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin ve alt boyutlarının hepsinde spor salonundan düzenli olarak faydalanma durumuna göre faydalananlar lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Kıvanç (2016)

ve Kürklü'nün (2014) yaptıkları çalışmalar göre fiziksel aktivite yapan bireylerin yapmaya hazır oldukları yaşam kalitesinin daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Benzer şekilde düzenli olarak 3 gün de 30 ya da 60 dk fiziksel bir aktivite yapan bireylerin fiziksel, psikolojik, sosyal ve çevresel yaşam kalitesinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla bu çalışmaların sonuçları ile yaptığımız çalışmamızın sonuçları aynı doğrultudadır.

Yapılan bu çalışmada yüksek gelirli bireylerin daha alt gelirli bireylere nazaran yaşam kalitesi algıları yüksek olduğu tespit edilmiştir. Buna benzer olarak Şahin (2001) ile Ay vd., (2007) yaptıkları araştırmalarda gelir puanları ile yaşam kalitesinin puanları arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Güngör vd., (2007) yaptıkları çalışmada gelir giderleri stabil olan bireylerin yaşam kalitesi sosyal alan durumu puanlarının, gelir giderleri stabil olmayanlardan daha yüksekte olduğu görülmektedir. Aynı şekilde Musaoğlu (2008) çalışmasında gelir düzeyi iyi olanların yaşam kalite düzeylerinin de iyi olduğunu belirtmektedir. Sarı vd'nin (2007)'de yaptıkları çalışmada sosyo-ekonomik düzeyleri yüksek olan lise düzeyinde ki okulların yaşam kalitesinin yüksek olduğu görülmüş ve bununla beraber sınıf seviyelerinin yükselmeye başlamasıyla lisedeki öğrencilerin yaşam kalitesini daha pozitif olarak algıladıkları görülmüştür (Sarı vd., 2007: 297). Buna göre, gelir durumu ile yaşam kalitesi arasında ilişki olduğu söylenebilir. Dolayısıyla literatürdeki çalışmalarla bu çalışmamın bulguları paraleldir.

Yaşam kalitesinin cinsiyetle ilişkilerini inceleyen çalışmalar incelendiğinde, ülke, topluluklara ve kültürlere göre farklılık olduğu görülmektedir. Bu konuda İsveç'te uygulanan bir araştırmada kadın bireylerin erkek bireylere nazaran daha düşük bir yaşam kalitesi algılarının olduğu tespit edilmiştir (Bingefors ve Isacson, 2004). Çıkarılanbu farklı sonucun bireylerin çalışma şartları, sağlık durumları ve yaşadıkları yaşam biçimi gibi ruhsal ve çevresel nedenlerden kaynaklanabileceğini belirtmektedirler. Almanya'da yapılan BELLA çalışmasında yaşam memnuniyeti düzeyinin 14 ve 17 yaş aralığında ki bireylerin fiziksel,psikolojik ve çevresel alanlarda kız bireylerin erkek bireylere göre daha düşük puanlar aldığını belirtilmiştir (Sieberer vd., 2008). Benzer olarak 2007'da Almanya'da yapılan çalışmada yaşam kalite algı düzeyi ölçülmüş ve erkek bireylerin yaşam memnuniyeti kız bireylerden daha fazla olduğu tespit edilmiştir (Goldbeckvd., 2007). Lee vd 'nin 2008 yılında Tayvan'da yaptıkları çalışmada erkek öğrencilerin toplam yaşam kalitesi puanları ile alt boyutları olan fiziksel, ruhsal ve bireysel alanlarının kız öğrencilerden daha iyi olduğu görülmüştür (Leevd., 2008). Finlandiya'da okulda okuyan çocuklarla yapılan çalışmaya göre erkek bireylerin ruhsal alan puanlarının kız bireylerden daha iyi olduğu belirtilmiştir (Laaksonenvd., 2008). Yapılan bu çalışmada yaşam kalitesi düzeylerinin erkekler lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edildiği için literatürdeki yapılan çalışmalarla paralellik göstermektedir.

Çalışmada Z Kuşağı bireylerin yaşam kalitesi ¹ düzeylerinin medeni duruma göre evli ⁴ bireyler lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Koçoğlu'nun (2009) çalışmasında ise, medeni durum ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki incelendiğinde medeni durumu bekar olanlar yaşam kalitesinden en yüksek puanı alırken; medeni durumu dul olanlar en düşük puanı almakta olduğu bulunmuştur (Koçoğlu,2009).

Bu çalışmada eğitim düzeyine göre yaşam kalitesinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Dünya Sağlık Yaşam Kalitesinin raporuna göre, genç bireylerin aldıkları eğitimlerin devamındaki eğitim ve öğretim hayatını olumlu etkilediği bunun sonucunda yaşam kalitesi düzeylerinde artış olduğunu belirtmektedir. Bunlara ek olarak birçok çalışmaya göre eğitimin önemli olduğu eğitim almış ailelerde yetişen çocukların yaşam kalitesi düzeyleri yüksek olduğu görülmektedir. Ebeveynlerin eğitim düzeyleri düşük ve birbirlerinin düzeyinde olması çocukların yaşam kalitesi

düzeylerinin düşük olmasında etkili olduğu düşünülmektedir (Eser vd., 2008; Jirojanakul vd., 2003; Spurri vd., 2003). Dolayısıyla bu çalışmanın bulgularıyla literatürde ki çalışmaların bulguları benzeşmemektedir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Çalışma sonucu bulgular maddeler halinde özetlenmiştir;

- Yaşam kalitesi düzeyleri ve bütün alt boyutları (genel yaşam kalitesi, genel sağlık kalitesi, bedensel alan, ruhsal alan, sosyal alan, çevresel alan) spor salonlarından faydalanma durumuna göre faydalananlar lehine farklılaşmaktadır.
- Yaşam kalitesi düzeyleri gelir düzeyine göre yüksek gelirli olanlar lehine farklılaş

maktadır.

- Yaşam kalitesi düzeyleri cinsiyet, görece gelir ve diğer faktörlerle farklılaşmaktadır.
- Yaşam kalitesi düzeyleri medeni durum, görece gelir ve diğer faktörlerle farklılaşmaktadır.
- Yaşam kalitesi düzeyleri eğitim düzeyine göre farklılaşmamıştır.

Çalışma

Bulguların pratik uygulamalar bağlamında çıkarımları için değerlendirilmesinde önemli hususları barındırmaktadır. Bu çalışmanın önemli bulgusu yaşam kalitesi düzeyleri ve bütün alt boyutlarının sorsal onlardan faydalanma durumuna göre faydalananlar lehine farklılaşmaktadır.

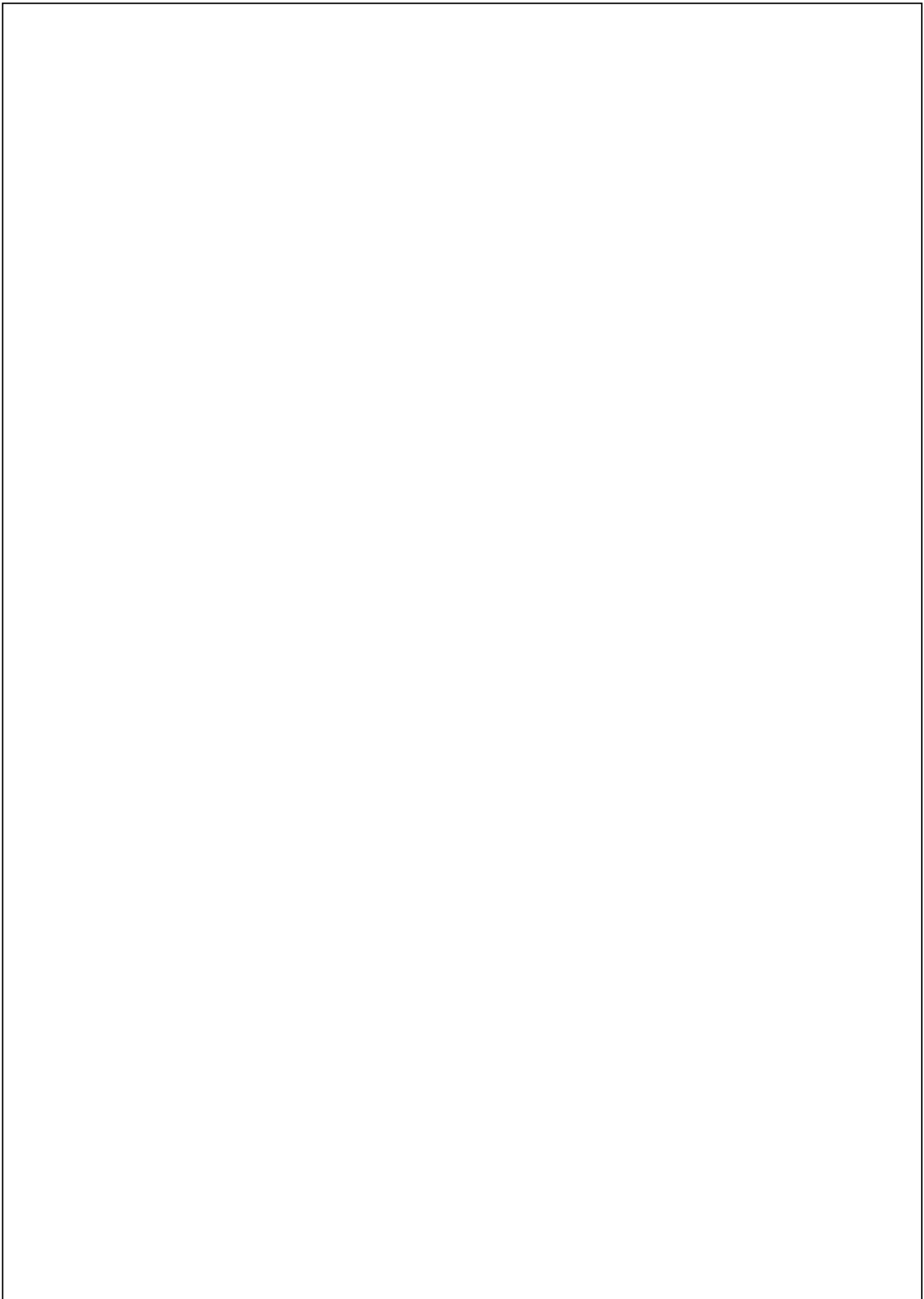
Dolayısıyla devlet olarak genç bireylerin rekreatif katılımı yönlendirmesini sağlayarak bunları bir politikaya dönüştürmelidir. Geleceğimizde gençlerin hem ruhsal hem bedensel hem de çevresel anlamda gelişmesi ülkemizin refahını ve gelişmişlik düzeyini arttıracaktır.

Eğitimsadece zihni eğitilmesiyle değil vücuda eğitilmesi ve dinlendirilmesi ile yapılarak geleceğimizi sağlıklı yetiştirmesini de yetiştirmiş olacaktır. Gelişmiş ülkelerde bilinçlenme ve sağlıklı yaşamın yaygınlaşması için ölüm ve doğum oranları düşüktür.

Bir rekreasyon işletmesi olarak sorsal onların genç bireylerin gitmelerini spora yarışmalarında ülkemizi temsil edecek şekilde yönlendirmesi faydalayacaktır. Rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri yüksek olduğunda, devlet sağlık harcamalarını minimum seviyeye indireceği düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde de yaşam kalitesi düzeyi ile ilgili birçok çalışmaya rastlanmıştır. Ancak sorsal onlardan faydalanan ve faydalanmayan Z kuşağı (1995-2010 doğum yılları arası)

bireylerin yaşam kalitesi düzeylerini incelemek konusunda bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu yüzden bundan sonra ki çalışmalar için önemli bir referans olarak ve çalışmalarını tutacağı bir bağlamda araştırmanın dahakapsamlı bir şekilde tekrarlanması faydalayacağı düşünülmektedir.



%9

BENZERLİK ENDEKSİ

%8

İNTERNET KAYNAKLARI

%1

YAYINLAR

%5

ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1

Submitted to The Scientific & Technological
Research Council of Turkey (TUBITAK)

Öğrenci Ödevi

%2

2

d78ea76a-1faa-490b-96df-
3833ce6eddb7.filesusr.com

İnternet Kaynağı

%2

3

acikbilim.yok.gov.tr

İnternet Kaynağı

%1

4

acikerisim.gelisim.edu.tr

İnternet Kaynağı

<%1

5

dspace.gazi.edu.tr

İnternet Kaynağı

<%1

6

openaccess.maltepe.edu.tr

İnternet Kaynağı

<%1

7

hdl.handle.net

İnternet Kaynağı

<%1

8

sbe.nny.edu.tr

İnternet Kaynağı

<%1

9

www.academia.edu

İnternet Kaynağı

<% 1

10

www.researchgate.net

İnternet Kaynağı

<% 1

11

dergipark.org.tr

İnternet Kaynağı

<% 1

12

acikerisim.akdeniz.edu.tr:8080

İnternet Kaynağı

<% 1

13

toad.halileksi.net

İnternet Kaynağı

<% 1

14

gavispanel.gelisim.edu.tr

İnternet Kaynağı

<% 1

15

Submitted to Canakkale Onsekiz Mart
University

Öğrenci Ödevi

<% 1

16

acikerisim.sakarya.edu.tr

İnternet Kaynağı

<% 1

17

arastirmax.com

İnternet Kaynağı

<% 1

18

repository.unipasby.ac.id

İnternet Kaynağı

<% 1

19

www.acarindex.com

İnternet Kaynağı

<% 1

20

6e9ed515-8cbf-4760-8640-9a7779db5794.filesusr.com

İnternet Kaynağı

<% 1

21

[Submitted to Kirikkale University](#)

Öğrenci Ödevi

<% 1

22

[Submitted to Marmara University](#)

Öğrenci Ödevi

<% 1

23

docplayer.biz.tr

İnternet Kaynağı

<% 1

24

denetimakademisi.com

İnternet Kaynağı

<% 1

25

isfaw2018.isfaw.org

İnternet Kaynağı

<% 1

26

www.scribd.com

İnternet Kaynağı

<% 1

27

dspace.trakya.edu.tr:8080

İnternet Kaynağı

<% 1

28

issuu.com

İnternet Kaynağı

<% 1

29

polen.itu.edu.tr

İnternet Kaynağı

<% 1

30

www.futourismcongress.com

İnternet Kaynağı

<% 1

31

www.isfaw2019.isfaw.org

32

www.saykad.net

İnternet Kaynağı

<% 1

33

9lib.net

İnternet Kaynağı

<% 1

34

acikerisim.aku.edu.tr

İnternet Kaynağı

<% 1

35

doczz.biz.tr

İnternet Kaynağı

<% 1

36

hemsirelik.ege.edu.tr

İnternet Kaynağı

<% 1

37

mersinsempozyumu.mersinakademi.com.tr

İnternet Kaynağı

<% 1

38

earsiv.halic.edu.tr

İnternet Kaynağı

<% 1