



T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REKREASYON ANABİLİM DALI

**AÇIK ALAN REKREASYONU OLARAK YAMAÇ PARAŞÜTÜ VE SICAK
HAVA BALONU FAALİYETLERİNE KATILAN BİREYLERİN YAŞAM
DOYUMU DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (PAMUKKALE ÖRNEĞİ)**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hüseyin ALTIN

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi Ali AĞILÖNÜ

2022 – Muğla

T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REKREASYON ANABİLİM DALI

**AÇIK ALAN REKREASYONU OLARAK YAMAÇ PARAŞÜTÜ VE SICAK
HAVA BALONU FAALİYETLERİNE KATILAN BİREYLERİN YAŞAM
DOYUMU DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (PAMUKKALE ÖRNEĞİ)**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hüseyin ALTIN

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi Ali AĞILÖNÜ

2022 – Muğla

YEMİN

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Açık Alan Rekreasyonu Olarak Yamaç Paraşütü ve Sıcak Hava Balonu Faaliyetlerine Katılan Bireylerin Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi (Pamukkale Örneği)” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

26/08/2022

Hüseyin ALTIN

ÖZET

Tezin amacı, açık alan rekreasyonu olarak yamaç paraşütü ve sıcak hava balonu faaliyetlerine katılan bireylerin yaşam doyumu düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Bu tezin çalışma evreni, Denizli ilinin Pamukkale ilçesine turistik amaçlı açık hava faaliyetleri olarak sıcak hava balonu ve yamaç paraşütü yapan gönüllü katılımcılar oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise, kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılan 306 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmada kişisel bilgi formu ve katılımcıların yaşam doyum düzeylerini belirlemek için, Diener ve vd. tarafından (1985) geliştirilen Köker (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Yaşam Doyumu Ölçeği", kullanılmıştır. SPSS 22.0 istatistik paket yazılım programı ile analiz edilmiştir. Araştırmada iki değişken arasındaki farklılıkların tespiti için T-test, ikiden fazla değişken için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) analizleri kullanılmıştır.

Sonuç olarak; açık alan faaliyeti olarak rekreasyon aktivitelerine katılan bireylerde; medeni durum, gelir düzeyi, cinsiyet, eğitim seviyesi ve yaşa göre yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların gelir düzeyi ve eğitim seviyesi arttıkça yaşam doyumu da doğru oranda yükseldiği görülmüştür. Cinsiyet değişkenine göre kadın katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Medeni durum değişkenine göre evli bireylerin, yaş düzeyine göre ise ileri yaştaki bireylerin yaşam doyumu düzeylerinin fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Açık Alan Rekreasyonu, Yaşam Doyumu, Yamaç Paraşütü, Sıcak Hava Balonu

ABSTRACT

The aim of the thesis is to examine the life satisfaction levels of individuals participating in paragliding and hot air balloon activities as open space recreation in terms of some variables. The study universe of this thesis consists of volunteer participants who do hot air and paragliding as touristic outdoor activities in Pamukkale district of Denizli province. The sample group consists of 306 participants, reached by convenience sampling method. In the study, the "Life Satisfaction Scale", developed by Diener et al. (1985) and adapted into Turkish by Köker (1991), was used to determine the personal information form and the life satisfaction levels of the participants. It was analyzed with SPSS 22.0 statistical package software program. In the study, T-test was used to determine the differences between two variables, and one-way analysis of variance (ANOVA) analyzes for more than two variables were used.

As a result; in individuals participating in recreational activities as open space activities; It has been determined that there is a significant effect on life satisfaction according to marital status, income level, gender, education level and age. It was observed that as the income level and education level of the participants increased, their life satisfaction increased at the right rate. According to the gender variable, the life satisfaction levels of female participants were found to be higher than male participants. It was concluded that the level of life satisfaction of married individuals according to the marital status variable and the elderly individuals according to the age level is higher.

Keywords: Recreation, Open Space Recreation, Life Satisfaction, Paragliding, Hot Air Balloon.

ÖNSÖZ

Bu araştırmanın planlamasında ve yürütülmesinde desteklerini esirgemeyen danışmanım sayın Dr. Öğr. Üyesi Ali AĞILÖNÜ'ne teşekkürlerimi sunuyorum. Akademik hayatımın her aşamasında beni destekleyen Anneannem Fatma KIRDÖK'e, her daim yanımda oldukları için kıymetli aileme, çalışmanın gerçekleşmesi için verilerin toplanmasında bana yardımcı olan iş arkadaşlarıma, lisans ve yüksek lisans eğitim döneminde ki tüm hocalarıma ve çalışmaya destek olan katılımcılara teşekkürlerimi sunuyorum.

Hüseyin ALTIN

Ağustos 2022

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	I
İÇİNDEKİLER	II
TABLolar LİSTESİ	V

BİRİNCİ BÖLÜM GİRİŞ

GİRİŞ.....	1
1.1.Araştırmanın Amacı	3
1.2.Araştırmanın Önemi.....	3
1.3. Problem	4
1.4. Hipotezler	4
1.5. Sınırlılıklar.....	4
1.6. Sayıtlar	5

İKİNCİ BÖLÜM GENEL BİLGİLER

2.1. Rekreasyon	6
2.2. Rekreasyon Çeşitleri.....	7
2.2.1. Kapalı Alan Rekreasyonu	7
2.2.2. Açık Alan Rekreasyonu	8
2.2.3. Açık Alan Rekreasyon Kaynakları	9
2.3.Açık Alan Rekreasyonu ve Doğa Sporları	10
2.3.1 Karada Yapılan Aktiviteler.....	12
2.3.2 Karda Yapılan Aktiviteleri	12
2.3.3. Suda Yapılan Aktiviteler	13
2.3.4.Havada Yapılan Aktiviteler	13
2.3.4.1.Sıcak Hava Balonlar	14

2.3.4.1.1.Sıcak Hava Balonları Tarihçesi	15
2.3.4.1.2.Sıcak Hava Balonlarının İşleyişi	16
2.3.4.2.Yamaç Paraşütü	17
2.4.Açık Alan Rekreasyonun Etkileri	19
2.4.1. Açık Alan Rekreasyonun Doğal Çevreye Etkisi	19
2.4.2. Açık Alan Rekreasyonun Ekoloji Üstüne Etkileri.....	20
2.4.3. Açık Alan Rekreasyonun Sosyal Etkileri	21
2.4.4. Açık Alan Rekreasyonun Ekonomiye Etkileri	21
2.4.5. Açık Alan Rekreasyonun Psikolojiye Etkileri.....	22
2.5. Yaşam Doyumu Kavramı	23
2.5.1. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler	25
2.5.1.1. Kişilik Özellikleri	26
2.5.1.2. Sosyo-Ekonomik Durum.....	27
2.5.1.3. Çevresel Faktörler	28
2.5.1.4. Psikolojik Faktörler	28
2.5.2. Açık Alan Rekreasyon (Yamaç Paraşütün Ve Sıcak Hava Balonu) Deneyimlerinin Yaşam Doyumuna Etkisi	29

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM GEREÇ VE YÖNTEM

3. GEREÇ VE YÖNTEM	31
3.1. Araştırmanın Modeli	31
3.2. Evren ve Örneklem.....	31
3.3. Veri Toplama araçları	31
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	31
3.3.2. Yaşam Doyumu Ölçeği	32
3.4. Verilerin Toplanması.....	32
3.5. Verilerin İstatistiksel Analizi.....	32

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

4. BULGULAR.....	34
------------------	----

BEŞİNCİ BÖLÜM TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5. TARTIŞMA VE SONUÇ	44
ÖNERİLER.....	49
KAYNAKÇA.....	51
EKLER.....	61
ÖZGEÇMİŞ	63

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo	Tablo Adı	Sayfa
Tablo 1.	Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler.....	33
Tablo 2.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Cinsiyet Değişkenine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı	34
Tablo 3.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Spor Yaşlarına İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı	34
Tablo 4.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Medeni Durumlarına İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı	35
Tablo 5.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı	35
Tablo 6.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Meslek Değişkenine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı	36
Tablo 7.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Gelir Düzeyi Değişkenine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı	36
Tablo 8.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Katılım Sayısına İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı.....	37
Tablo 9.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Kimlerle Katıldıklarına İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı	37
Tablo 10.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Katılıma İsteğini Uyandıran Etmenlere İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı	37
Tablo 11.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Tekrar Katılmayı Düşünmelerine İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı	38
Tablo 12.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Katılmayı Başkalarına Tavsiye Etmelerine İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı	38
Tablo 13.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Sonuçlar	39
Tablo 14.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Yaş Değişkenine Göre Yaşam Doyum Puanları Anova Testi.....	39
Tablo 15.	Çalışmaya Katılan Bireylerin Medeni Durum Değişkenine Göre T Testi Sonuçları	39

Tablo 16. Çalışmaya Katılan Bireylerin Eğitim Durumu Değişkenine Anova Testi Sonuçları	40
Tablo 17. Çalışmaya Katılan Bireylerin Meslek Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları	40
Tablo 18. Çalışmaya Katılan Bireylerin Gelir Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları	41
Tablo 19. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Kaçınıcı Kez Katılıyorsunuz Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları	41
Tablo 20. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Kimlerle Katılıyorsunuz ? Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları	42
Tablo 21. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Katılma İsteğinizi Uyandıran Etmenler Nelerdir? Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları	42
Tablo 22. Çalışmaya Katılan Bireylerin Man Whitney U testi sonuçları	43

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Günümüzde sanayi ve teknolojiadaki gelişmeler insan hayatını kolaylaştırmakla birlikte bazı sorunları da beraberinde getirmektedir. Bu gelişmeler sonucunda ortaya çıkan plansız ve plansız kentleşme, insanları fiziksel, zihinsel ve sosyo-kültürel olarak olumsuz etkilemektedir. Boğucu şehir hayatından kaçmak isteyen insanlar, iç dünyalarını tatmin etmek için farklı eylemlerde bulunma eğilimindedirler. Bu eylemler, kişinin boş zamanlarında sevdiği bir işi üstlenmesi, hem fiziksel hem de ruhsal olarak gençleşmesi şeklinde olabilir. İnsanların fiziksel ve ruhsal olarak yenilenmelerini sağlayan rekreasyonel faaliyetler rekreasyon kavramı ile tanımlanmakta ve açıklanmaktadır (Yılmaz, 2006: 124, Sürat vd., 2014: 332). Rekreasyonlar mekânsal açıdan sınıflandırıldığında, açık alan ve kapalı alan rekreasyonları şeklinde ikiye ayrılmaktadır. Açık alan rekreasyonları katılımcıların etkileşimleri ile ortaya çıkan bir doğa unsurudur (Yüncü vd., 2013: 12).

Açık hava rekreasyonu, insanların birbirleriyle ve doğa ile etkileşimine dayalı, doğal ortamda gerçekleşen boş zaman etkinliklerinden oluşmaktadır. Bu etkinliklere katılan bireyler, kişisel anlam taşıyan bu deneyimlerden çeşitli faydalar elde etmektedir. Açık alan rekreasyonu, bireylere doğal koşullara doğru hareket için daha büyük fırsatlar sunan, bireylere fiziksel, psikolojik, duygusal ve sosyal yenilenme sağlayan, yaptıkları aktivitenin türüne göre yetenek ve becerilerini geliştiren bir rekreasyon türüdür (Gültekin, 2012: 355). Yaşam doyumu, bir bireyin hayatından ya da aile, arkadaşlar ve yaşadığı çevre gibi belirli yaşam alanları açısından tatmin olup olmadığına ilişkin genel bilişsel değerlendirmeleri olarak ifade edilebilir (Suldo ve Huebner, 2006). Bireylerin yaşamlarının farklı yönlerinin duygusal olarak değerlendirilmesi olarak tanımlanabilecek yaşam doyumu, olumlu iyi oluş ile yakından ilişkilidir (Presman ve vd., 2005).

Genellikle iş ve boş zaman ve iş dışı zaman olarak tanımlanan bireyin hayata karşı duygusal tepkisi olarak yorumlanır, yani bireyin öznel iyi oluş (subjektif iyi oluş) ve yaşam kalitesine dayalı iyi yaşam hakkında yaptığı yargıları temsil etmektedir (Vara, 1999). Shichman ve Cooper (1984) ise yaşam doyumunu daha iyi bir yaşam kalitesine

sahip olmak olarak tanımlamaktadır (aktaran Wang ve vd., 2008). Manel, Zuzanik ve Larson (1988), yaşam doyumu algısının gelişmesinde rekreasyonel doyumun önemli bir rol oynadığını belirtirken, diğer taraftan Riddick (1986), yaşam doyumunu açıklamanın 3 ekonomik, ailevi, sağlık ve işle ilgili faktörlerin yanı sıra, serbest zaman doyum kavramını açıklamak ile mümkün olabileceğini ifade etmektedir (Akt.: Wang ve ark., 2008). Bireylerin boş zaman etkinliklerine katılımları ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde olumlu bir ön etkileşim olabileceği düşünülmektedir. Bireylerin rekreasyonel faaliyetlere katılımı; Sosyal, fiziksel ve psikolojik durumlarını etkileyen önemli sebeplerden biridir. Ekonomik ve kültürel yaşam ortamının yanı sıra diğer birçok faktör göz önüne alındığında, boş zaman eksikliğinin yaşam doyumunda önemli bir düşüşe neden olabileceğine inanılmaktadır. Bu nedenle bireylerin açık alan rekreasyonel etkinliklere katılımı yaşam doyum düzeyini belirlemede oldukça önemlidir. Bu yüzden açık hava rekreasyon etkinliklere katılan bireylerin bazı demografik değişkenler ve yaşam doyum düzeyleri açısından nasıl etkili olduğu araştırılmaya çalışılacaktır. Bu nedenle çalışmanın ulusal literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.1. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı, açık alan rekreasyonu olarak yamaç paraşütü ve sıcak hava balonu faaliyetlerine katılan bireylerin yaşam doyum düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir.

Ayrıca bireylerin açık alan rekreasyon faaliyetlerine katılma nedenlerinin belirlenmesi ve rekreasyon faaliyetlerinden açık alanda gerçekleştirilen faaliyetlerin bireyler için öneminin ortaya konması da amaçlanmaktadır. Özellikle yurtdışı rekreasyon alanyazında bu ilişkileri değerlendiren araştırmaların yapıldığı tespit edilmiştir. Yurtiçi alanyazında bu konulara ilişkin yapılacak kapsamlı çalışmaların önemli ölçüde katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.2. Araştırmanın Önemi

Açık alan rekreasyonu insanların birbirleriyle ve doğayla olan etkileşimlerini baz alan, doğal çevrede meydana gelen serbest zaman faaliyetlerinden oluşmaktadır. Bu faaliyetlere katılan bireyler kişisel anlamlar ifade eden bu deneyimlerden çeşitli yararlar sağlamaktadırlar. Onların toplumdaki yerinin değerinin artmasına katkı sağlamaktadır. Bu da açık alan rekreasyon faaliyetlerinin çeşitlerinin giderek artmasına ve bireylerin daha fazla etkinliğe katılmasına olanak sunmaktadır (Kalkan, 2012: 11). Bireylerin, yaşam doyum düzeylerindeki artış ile rekreasyonda algılanan sağlık çıktılarının pozitif yönde etkisi olduğu söylenebilmektedir (Elçi ve ark., 2019). Yaşam doyum düzeyleri ve rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları arasındaki ilişki incelendiğinde ise, rekreasyonda algılanan sağlık çıktılarının, yaşam doyumunu üzerinde doğrudan pozitif etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Aydın, 2020).

Fakat rekreatif etkinlik olarak açık alan rekreasyonu ile yaşam doyum düzeyleri inceleyen araştırmaların kısıtlı olduğu görülmektedir. Nitekim bu çalışmada açık alan faaliyetlerinden sıcak hava balonu ve yamaç paraşütü aktivitelerine katılan bireylerin yaşam doyumunu ile ilişkinin incelenmesi amaçlanmış olup, literatürde bu konun eksikliği görülmüştür. Literatürdeki bu eksikliğin giderilmesi ve yapılacak olan araştırmalara örnek teşkil etmesi çalışmanın önemini artırmaktadır.

1.3. Problem

Açık alan rekreatif faaliyetlerine katılan bireylerin, bazı demografik değişkenlerle yaşam doyumunu ile ilişkinin düzeyi bu araştırmanın problem cümlesi olarak ele alınmıştır. Bu problem cümlesine cevap bulabilmek için aşağıda ki hipotezler geliştirilmiştir.

1.4.Hipotezler

H₁: Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre yaşam doyumunu düzeyinde arasında anlamlı farklılık vardır.

H₂: Katılımcıların yaş değişkenine göre yaşam doyumunu düzeyinde arasında anlamlı farklılık vardır.

H₃: Katılımcıların medeni durum değişkenine göre yaşam doyumunu düzeyinde arasında anlamlı farklılık vardır.

H4: Katılımcıların eğitim durumu değişkenine göre yaşam doyumu düzeyinde arasında anlamlı farklılık vardır.

H5: Katılımcıların meslek değişkenine göre yaşam doyumu düzeyinde arasında anlamlı farklılık vardır.

H6: Katılımcıların gelir düzeyi değişkenine göre yaşam doyumu düzeyinde arasında anlamlı farklılık vardır.

H7: Katılımcıların etkinliğine katılma nedenleri ile yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H8: Katılımcıların Açık alan faaliyetlerine katılma sayıları ile yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

1.5.Sınırlılıklar

Araştırma Denizli ilinin Pamukkale ilçesinde açık alan rekreasyonu olarak yamaç paraşütü ve sıcak hava balonu faaliyetlerine katılan bireylerle sınırlıdır. Elde edilecek bulgulardan yola çıkılarak varılacak sonuç ve genellemeler, araştırmanın evreni için geçerlidir. Katılımcıların araştırmaya katılma şartlarından bir diğeri ise 18 yaşı doldurmuş olmaktır. Ek olarak, bu araştırma ölçüm araçlarının ölçüm gücüyle sınırlıdır.

1.6.Sayıtlar

- Amaçların gerçekleşmesi için anketleri doldurma talimatlarının doğru şekilde verildiği ve tüm deneklerin talimatları doğru anlayacakları, anket formunu dolduran gençlerin objektif oldukları ve sorulara doğru cevap verdikleri,
- Ulaşılan örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır,
- Araştırma konusu ile ilgili ulaşılabilen kaynaklardan edinilen bilgilerin objektifliği yansıttığı,
- Araştırmaya tüm deneklerin gönüllü olarak katıldıkları,
- Bu araştırmada kullanılacak anketler uygulanabilir niteliktedir.

İKİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

2.1. Rekreasyon

Rekreasyon terimi Türk Dil Kurumu (TDK)'nce “kişilerin boş vakitlerinde, spor ve eğlence amaçlı yaptıkları, kendi istekleri ile katıldıkları faaliyetler” olarak tanımlamaktadır. Diğer bir tanımda ise Rekreasyon; sınırlı hayatı içinde kişilerin zorunlu olarak yaptıkları davranışlar dışında oluşan sürede (boş vakit) kendi istekleri ile katılım sağladıkları ve doyum elde ettikleri faaliyetlerdir (Hazar, 2009:29).

İngilizcede Rekreasyon, oluşturmak, yaratmak anlamlarına gelen “create” fiilinin önüne, yeniden, tekrar anlamına gelen "re" ön ekinin gelmesi ile oluşan rekreasyon, iş ve diğer etkenler sonucunda yorulan ve yıpranan bireylerin yeniden canlanması anlamına gelmektedir. Rekreasyonel faaliyetler, insanların boş zamanlarında, eğlence ve tatmin dürtüleriyle gönüllü olarak katıldıkları faaliyetler olarak tanımlanmaktadır. Rekreasyon faaliyetleri insanların fiziksel ve zihinsel yorgunluğunu giderir, onlara mental, fiziksel ve yaratıcı güç verir (Tütüncü vd., 2010: 71).

Rekreasyon boş zaman değerlendirme olarak geçtiğinden dolayı farklı alanlarda birlikte değerlendirilebilmektedir. Literatürde; spor, alış-veriş, turizm, eğitim alanları olarak geçmektedir (Kızanlıklılı, 2014).

Rekreasyon davranışı birey, aile veya bir grubu şu veya bu şekilde her zaman Rekreasyona "kaçmak" için motive etmektedir. Kişiler bir günlük, hafta sonu veya tatil gezisini tasarlayan veya alternatif olarak, bir tatil veya hafta sonu konutu inşa etmek için çeşitli yerlerin faydasını değerlendirmektedir (Mercer, 1971: 263).

Bundan dolayı şehirlerde park ve Rekreasyon olanaklarının sağlanması, çevre kalitesinin önemli bir yönünü göstermektedir. Kitlesele eğlence ve kentsel yaşam beklentileri, kentsel Rekreasyon planlamasına daha duyarlı ve sistematik bir yaklaşım ihtiyacını yaratmıştır. Rekreasyon, şehir planlaması, park yönetimi veya kentsel Rekreasyon sistemlerinin tahsisi, yönetimi veya programlanması ile ilgili alanlarda profesyoneller, vatandaşlar ve öğrenciler tarafından kullanılabilecek bazı yaratıcı ve gerçekçi fikirleri tanımlamaktadır (Gold, 1973: 79).

Aynı zamanda rekreasyonel spor programları kişisel ve sosyal çeşitliliği artırır. Rekreasyonel spor programları, kişinin liderlik becerilerinin yetkinliğini ve ustalığını destekleyen bir ortam sağlamaktadır. Rekreasyon insanlar arasındaki bağı oluşturan tek kanal olabilmektedir (Haines, 2001: 26). Rekreasyon faaliyetler, bireyin hayatındaki birçok sorundan kurtulmasını ve kendini geliştirmesini sağlayarak bireyin ilişkilerini, benliğini ve sosyo-kültürel uyumunu olumlu yönde etkilemektedir (Tütüncü vd., 2010: 71).

Gunter (1987)'e göre Rekreasyonun özellikleri şu şekildedir;

- Kişinin etkinlikleri kendi seçebilmesi,
- Günlük hayat koşuşturmasından kopma ya da ayrılma,
- Faaliyetlerin zevkli olması ve zevk alma,
- Zamanın varlığı
- Kendiliğinden oluşu,
- Keşfetme ve macera,
- Hayal kurma, yaratıcılık,
- Kişinin kendini gerçekleştirme olarak sıralanmaktadır.

2.2. Rekreasyon Çeşitleri

Rekreasyon, hem kentsel hem de kırsal, aktif ve pasif, iç ve dış mekânlarda çok çeşitli aktiviteleri kapsayan geniş ve çoğu zaman soyut bir konu alanıdır. Ayrıca, Rekreasyon alanları yalnızca kullanıcılar, rekreasyoncular için değil, aynı zamanda kaynak yöneticileri ve her türlü rekabet eden grup için de ilgi odağıdır (Mercer, 1971: 262).

2.2.1. Kapalı Alan Rekreasyonu

Kapalı alan reaksiyonu şehir hayatının beraberinde oluşan alanlardır (Kaya vd., 2015:7). Kapalı alan rekreasyonu, bireylerin serbest zamanlarını değerlendirmek için kapalı mekânlarda veya kendi evlerinde gerçekleştirdikleri rekreasyonel faaliyetleridir. Özellikle açık alan rekreasyonel aktivitelerinin gerçekleştirilmesinde mevsimsel koşullar çok önemli bir yere sahiptir. Mevsim, iklim ve hava koşullarının uygun olmadığı durumlarda özellikle açık alan etkinlikleri için kullanılabilecek

sürenin kısılması nedeniyle bu tür etkinliklere olan talep azalabilmektedir. Ancak bu koşullar, açık alan rekreasyon etkinliklerinde olduğu gibi kapalı alan rekreasyon etkinliklerinin gerçekleşmesi için bir etki yaratmamaktadır. Düzenlenen veya düzenlenmeyen kapalı alan rekreasyon faaliyetleri mevsimsel koşullardan fazla etkilenmemektedir (Gaberli ve Yağmur, 2021: 106).

Kapalı alan rekreasyonel etkinlikleri şu şekilde sıralayabiliriz (Yüncü vd., 2013: 12; akt. Sarıbaş, 2015: 40):

- Sanat galerisi, sergi ve defile gibi etkinlikler,
- Genç ve çocuklara yönelik olan ve sosyal ve özel ilgi kulüplerinde gerçekleştirilen aktiviteler,
- Basketbol, dart, voleybol, futbol ve jimnastik gibi sporların kapalı alanda gerçekleştirilmesi,
- Toplantı, kongre, kutlama ve fuar gibi etkinlikler,
- Sağlıklı yaşam için yapılan sauna, masaj, hamam ve kaplıca gibi faaliyetler,
- Kapalı alanlarda yapılan masa oyunları, kâğıt oyunları, bilgisayar, mobil ve konsol oyunları, satranç ve tavla gibi oyunlar, Kişisel gelişim için kapalı alanda gerçekleştirilen yabancı dil, el sanatları, ahşap boyama ve resim kursları,
- Ev içinde dizi, belgesel, film izleme, radyo dinleme, yemek yapma, kitap okuma, oyun oynama, muhabbet etme, özel günleri kutlama ve dinlenme gibi faaliyetler kapalı alan rekreasyon aktiviteleri kapsamına girmektedir.

2.2.2. Açık Alan Rekreasyonu

Açık alan rekreasyon alanları genel olarak ormanları, sahilleri, gölleri, nehirleri, dağları ve günümüzde sıklıkla milli park olarak adlandırılan veya benzer şekilde korunan diğer muhteşem manzaraları içermektedir. Rekreasyon aktiviteleri, oturup dinlenmek veya manzaranın tadını çıkarmak gibi çok pasif olanlardan kayak, dağ bisikleti veya binicilik gibi çok aktif olanlara kadar uzanmaktadır. Bunlar, tek başına yürüyüşe çıkmak, büyük bir aile pikniği veya bir grup yürüyüşünün tamamını içermektedir (Bell vd., 2007).

Açık alan rekreasyonu, insanların çoğunlukla günlük ya da hafta sonu rutinlerinin bir parçası olarak doğaya ya da yeşil alanlara erişebilecekleri yerlerde açık havada

gerçekleştirdikleri aktiviteleri ifade etmektedir. Doğa turizmi, insanların tatildeyken keyif aldıkları, doğayla bütünleşmeye odaklanan ve genellikle bir gecelemeyi içeren etkinlikleri kapsayan bir terimdir. Tipik olarak bu, milli parklar, ormanlar, göller, deniz veya kırsal alanlara yakın veya yakın yerlerde seyahat etmek ve geceleme ve bu ortamları kullanarak ve doğal nitelikleri ile uyumlu etkinliklere katılmak anlamına gelmektedir (Bell vd., 2007).

Açık alan rekreasyonu ve doğaya dayalı turizm, bireylere, topluluklara ve topluma temel faydalar sunmakta ve böylece sürdürülebilirliğe katkıda bulunmaktadır. Açık alanda olmak, aktif rekreasyonla meşgul olmak ve doğal cazibe merkezlerini ziyaret etmek, insanlara doğal sistemler hakkında bilgi edinme ve olumlu yayılma etkilerine katkıda bulunan yerlere bağlılık geliştirme fırsatları sağlamaktadır. Bu yayılma etkileri, açık alan rekreasyon faaliyetinin türüne, önceki deneyimlere ve bireysel farklılıklara göre değişiklik göstermektedir (Winter vd., 2019).

Açık alan rekreasyonu aynı zamanda ekoturizm olarak da geçmektedir. Ekoturizm ile birlikte yerel kültürler, vahşi doğa maceraları, kişisel gelişim, gönüllülük yoluyla ziyaret edilen bölgeye sağlanan faydalar ve gezegende yaşamının yeni yolları keşfedilmektedir (Bell vd., 2007).

Aynı zamanda Çocukluktaki doğa temelli deneyimler, yetişkinlikteki çevresel tutum ve davranışları etkilemektedir. Bununla birlikte, açık alan rekreasyon etkinliklerin çocukların çevre yanlısı davranışlara katılımını etkilediğini göstermektedir. (Winter vd., 2019).

2.2.3. Açık Alan Rekreasyon Kaynakları

Açık hava rekreasyon genellikle sadece yürüyüş ve kamp gibi geleneksel açık hava rekreasyon aktivitelerini akla gelmektedir fakat bahçecilik ve mahalle yürüyüşleri gibi daha gündelik açık alan aktivitelerini de içeriği gibi sadece belli kültüre yada bölgeye ait olan avcılık ve balıkçılık gibi belirli açık hava rekreasyon faaliyetlerini de kapsamaktadır (Highfill ve Franks, 2019: 1).

Dünya Doğa ve Doğal Kaynakları Koruma Birliği (IUCN)'ye göre açık alan rekreasyon alanlarının 6 ana tür vardır (Jones vd., 2017: 2):

Sıkı Doğa Koruma Alanları: Bu alanlar genel olarak insan faaliyetleri açısından en kısıtlayıcı koruyucu alanlardır.

Yabani Alanlar: Bu alanlar insanlar için önemli kısıtlamaların olduğu ve insanların sınırlı etkilerinin olduğu alanlardır.

Milli Parklar: Genellikle doğal biyolojik çeşitliliğin altında yatan ekolojik yapıyı ve çevresel süreçleri desteklemekle birlikte korumak, eğitim ve rekreasyonu teşvik etmek amacıyla kurulmuş geniş alanlardır.'

Tabiat Anıtları veya Özellik Alanları: Genellikle çok sayıda ziyaretçisi olan küçük alanlar olarak bilinmektedir.

Habitat / Tür Yönetim Alanları: Belirli bir tür veya habitatın korunmasına odaklanan ve başarılı bir koruma sağlamak için müdahale gerektiren alanlardır.

Korunan Peyzaj / Deniz Manzarası alanları: İnsan ve doğa arasında gelişen benzersiz etkileşim nedeniyle önemli bir değere sahip olan alanlardır.

Doğal kaynakların sürdürülebilir kullanımı ile korunan alanlar: Biyolojik çeşitliliği koruma hedeflerinin birincil odak olmadığı yerlerde. Amaç, geleneksel bir kaynak yönetim sistemi aracılığıyla bölgeyi yerel kültürel değerlerle birlikte korumaktır.

2.3.Açık Alan Rekreasyonu ve Doğa Sporları

Doğa sporları doğada yapılan her türlü sporu kapsamaktadır. Doğa sporları, herhangi bir motor ve hayvan gücü desteği olmaksızın, insanın bilgi, beceri ve durumu ile doğanın olası zorluk ve risklerine karşı mücadele etmek ve yaşamı sürdürmek için yapılan faaliyetler olarak ifade edilmektedir. Doğadaki sportif faaliyetler, tehlike oranına, risk faktörlerine ve kullanılan yardımcı unsurlara bağlı olarak “doğa sporları”, “macera sporları”, “açık hava rekreasyon faaliyetleri”, “macera rekreasyonu”, “ekstrem sporlar” gibi farklı isimlerle sınıflandırılmaktadır. Discovery Channel ve National Geographics gibi belgeseller yayınlayan kanalların artması, “Survivor” gibi yarışmaların görsel medyada ve "Outdoor" gibi dergilerin de yayınlanması, bu konudaki farkındalığın ve ilginin artmasına büyük katkı sağlamıştır (Kaplan ve Ardahan, 2012: 95).

Doğa sporları faaliyetleri, moto-kros, kar motosikleti, araba yarışı, motorlu tekne gibi motor gücü desteği verilen aktiviteleri ve benzer şekilde hayvan gücü desteği verilen binicilik ve köpekli kızak gibi aktivite alanlarını kapsamamaktadır. Bütün bunlar kesinlikle bir açık hava rekreasyonu olsa da, genellikle ekstrem spor aktivitelerine eşlik eden insan gücü desteğinin doğal çevreye sınırlı, minimum etki felsefesinden uzaktadır. Bir başka araştırmaya göre ise yüksek dağcılık, oryantiring, kaya tırmanışı, mağaracılık, kürek, dağ bisikleti, yüzme, uçurum atlama, dalış, sörf, yelken, kayak, rafting, tur kayağı, paraşütle atlama, snowboard, elle kayma ve yamaç paraşütü gibi ekstrem sporlar doğa sporu olarak kabul edilmektedir (Koçak ve Balcı, 2010).

Ekstrem sporların adrenalin düzeyinin yüksek olduğu bilinen bir gerçektir. İnsan sağlığına ve gelişimine katkısı oldukça fazla olduğu bilinmekle birlikte dış mekân sporları; İnsanlarda disiplin, uyum, karar verme, kararlılık, dayanıklılık ve uygulama gibi becerilerin gelişmesine katkı sağlamaktadır. Örneğin dağcılık her şeyden önce dağın doğasını iyi bilmek demektir. Dağcılık; içinde eğitim, teknik beceri, beslenme, ilkyardım, kondisyon, karda, kayada veya buzda yön bulma ve arama kurtarmaya kadar çok fazla alanda tecrübe, bilgi birikimi ve yeterlilik gerektiren bir spordur. Karşılaşılabilecek zorlukların altından kalkabilme becerisinin olması gerekmektedir (Gökdayı ve Demirel, 2018: 46).

Açık alan rekreasyon aktiviteleri bazı nedenlerden dolayı aşağıdaki şekilde sıralanırlar (Kalkan, 2012: 71):

Yarışma olmayan açık alan rekreasyonu: Rekabete dayalı olmayan aktivitelerdir. Bisiklete binme, kamp yapma, piknik yapma gibi aktiviteler gibi.

Açık alan sporları: Resmi olarak düzenlenmekte, oryantiring, yelken yarışları, off-road yarışları gibi yarışmalar da düzenlenmektedir.

Açık alan ve çevre eğitimi: Açık alan Rekreasyon etkinlikleri düzenlenerek formal ve informal yollarla açık alan Rekreasyonu ve çevre bilincinin artırılmasına çalışılmaktadır.

Sağlık ve yaşam tarzı geliştirme: Açık hava rekreasyonunun aktif biçimleri insanlara terapi sağlama özelliği bulunmaktadır. Örneğin, yürüyüş, ata binme, kano. Bu tür etkinliklere aktif olarak katılmak sadece vücut sağlığını korumaya ve sürdürmeye

yardımcı olmakla kalmaz, aynı zamanda kendinizi iyi hissetmenizi sağlar ve yaşam dengesinin korunmasına yardımcı olur.

Macera temelli danışma: Terapötik sonuçlar elde etmek için açık hava Rekreasyon aktivitelerini kullanmak, fiziksel, psikolojik, sosyal ve ruhsal iyi gelişim sağlamaktadır.

Macera turizmi, eko-turizm ve doğa temelli turizm: Açık hava Rekreasyon faaliyetleri ticari turizm girişimcileri tarafından desteklenmektedir.

2.3.1. Karada Yapılan Aktiviteler

Avcılık - Yabani hayat gözlem	Macera parkları - Bahçe işleri
Bungy Jumping	Açık hava müzelerini ziyaret
Tarihi ve tarih öncesi alanları ziyaret	Orienteering
Trekking - Kanyon gezintisi	Kaya tırmanışı- Ağaç tırmanışı
Koşma	Oryantiring
Araç safari - Arazi taşıtı ile gezinti	İzcilik - Kampçılık
Dağcılık - Zirve yürüyüşü – İple iniş	Bisiklet – Paten – Kaykay - Dağ bisikleti
Ata binme	Atıcılık

Kaynak: Koçak ve Balcı, 2010.

2.3.2.Karda Yapılan Aktiviteler

Buzul yürüyüşü	Kar motoru ile gezinti
Kızak	Snowboard
Buz hokeyi	Kar raftingi
Helikopterli kayak	Donmuş şelale tırmanışı
Kayak - Yamaç kayağı - Kros kayağı	Tur kayağı kayakla atlama
Buzul tırmanışı	Çambrelle atlamak
Buz pateni	Dağ kayağı

Kaynak: Koçak ve Balcı, 2010.

2.3.3.Suda Yapılan Aktiviteler

Nehir ve deniz kayağı	Yatçılık
Nehir sörfü-nehir kızağı	Balıkçılık
Rafting	Tüplü-tüpsüz dalış
Jetski - Jet botu - Sürat botları	Su altı raftingi
Parasailing	Gemiyle seyahat
Paletli yüzme - Yüzme	Rüzgâr sörfü - Uçurtma sörfü - Beden sörfü - Dalga sörfü
Kürek	Su kayağı
Yelken	Kano

Kaynak: Koçak ve Balcı, 2010.

2.3.4. Havada Yapılan Aktiviteler

Etkinlik Sınıflaması	Etkinlik
Helikopterli bungy jumping	Sıcak hava balonu
Hand gliding	Paraşüt
Skydiving	Küçük uçak, helikopter ile gezinti turları
Planör	Gliding
Yamaç Paraşütü	Uçurtma uçurma

Kaynak: Koçak ve Balcı, 2010.

2.3.4.1.Sıcak Hava Balonlar

Balon havada uçabilmesi için hidrojen ya da helyum gibi hafif gazlarla veya ısıtılmış hava ile doldurulan ve genellikle sepetli olan haça aracıdır. İnsanoğlu önce insanları ve yükleri uçurtmayla taşımaya çalıştı ama balon ilk “pratik” hava aracıdır. Hava araçları arasında balon en basit araçlar arasındadır. Dışarıda bulunan havadan daha hafif olan havanın kumaş balonun içine doldurulması prensibi ile uçan ve diğer hava araçlarından farklı olarak bir kontrol paneli ile yönlendirilebilen motora sahip olmayarak rüzgâr ile hareket kabiliyetine sahip olan araçlardır. Rüzgâr ile yönlendirme olduğundan dolayı taşımacılıkta kullanılmamakta olup reklam, sportif ve turistik geziler için kullanılmaktadır. Balon geçmiş dönemlerde savaşlarda radyo yayınlarının iletilmesinde, hava barikatı olarak ve atmosferin üst tabakasının incelenmesinde kullanılmıştır (Özsoy ve Yavaş, 2012: 4).

Türkiye’nin farklı bölgelerinde sıcak hava balonu etkinliklerinin cazip hale getirilmesi amacıyla yayınlanan “Balon Uçuşlarını Teşvik Genelgesi” çerçevesinde gelen taleplerin incelenmesi ve değerlendirilmesi doğrultusunda Sivil Havacılık Genel Müdürlüğü (SHGM) Kapadokya dışında dokuz bölge daha sıcak hava balonu uçuşlarına uygun bulunmuştur. Bu bölgeler;

- Denizli- Pamukkale
- Bitlis- Ahlat

- Afyon- İhsaniye
- Samsun- Bafra
- Burdur- Bucak
- Adana- Kozan
- Ankara- Polatlı
- Eskişehir- Seyitgazi
- Aksaray- İhlara'dır.

Sıcak hava balonları hem döviz geliri hem de turistik ürün çeşitliliği açısından bir nimet olarak görülmektedir. 2018 yılında Kapadokya'da düzenlenen sıcak hava balonlarından elde edilen gelir ülke ekonomisine 70 milyon Euro katkı sağladı ve bu bölgede yarım milyon kişinin balon faaliyetlerine katıldığı bildirilmektedir. Aynı şekilde 2019 yılı Ocak-Ekim döneminde Denizli-Pamukkale bölgesinde 153 bin turist sıcak hava balonu turlarına katılım sağlamıştır (Akçakaya, 2021: 52).

2.3.4.1.1.Sıcak Hava Balonları Tarihçesi

1766'da İngiliz bilim insanı Henry Cevendish, havayı ve hidrojeni tartarak hidrojenin havadan daha hafif olduğunu keşfetmiştir. Bu, havadan daha hafif olduğu için hidrojen dolu bir balonun uçabileceğini göstermede önemli bir gelişme olarak görülmüştür. 1780'lerde Joseph ve Étienne Montgolfier adlı iki kardeş, havanın özelliklerini anlamak için deneylere başlamıştır. 5 Haziran 1783 Ağustos ayında Fransız fizikçi Profesör Jacrues Charles tarafından Paris'in Annonay köyünde, halkın gözü önünde ateşten elde ettikleri sıcak havayı doldurarak cilalanmış yün kumaştan yaptığı bir balonu serbest bırakmıştır. Fakat balon içindeki havanın soğumasına kadar 1828 metre yükseğe çıkarak 1,5 kilometre yol kat ettikten sonra yere düşmüştür (Özen, 2017: 61).

Gonesse kasabasına düşen sıcak hava balonu köylülerin korkmasından dolayı direnlerle ve sopalarla parçalanmıştır. Charles, hidrojen balonuyla bir sonraki uçuşunda yanında yardımcısı Nicholas Robert'la birlikte Paris'teki Tuilleries Bahçelerinden onları izleyen 200.000 kişilik bir kalabalığın gözleri önünde havalandı ve tam 46,5 kilometre yol kat etmiştir (Özsoy ve Yavaş, 2012: 5).

Balonların çok çeşitli amaçları gerçekleştirmeye uygun bir yapıya sahip olması, bu araçların Mısır'dan Fransa'ya kadar geniş bir alanda kullanılmasına olanak sağlamıştır.

Askeri ve bilimsel amaçlarla kullanılsalar da turistik amaçlara uygun olmaları balonların popülaritesi gün geçtikçe artırmıştır. İsviçre, Kenya, Türkiye, Tanzanya ve Fransa balonların turistik amaçlı kullanılmaktadır (Solunoğlu 2022: 42).

Türkiye’deki ilk balon uçuşu ise Abdülhamid döneminde 1785 yılı Mart ayında padişahında katıldığı bir törende İranlı baloncu ile birlikte iki Türk Bostancıbaşı Topkapı sarayı bahçesinden havalanmış ve 120 km yol kat ederek Bursa’ya iniş yapmıştır. Sonrasında III. Selim döneminde, 1802 yılı Eylül ayında De Vigne ve Barley isimli iki İngiliz baloncu Florya ile Dolmabahçe arasında uçurmuştur. 1844’te ise İtalyan baloncu Comaschi Yalova ile Haydarpaşa arasında uçmuştur. 1909 tarihinde ise Barbot isimli Fransız baloncu Osmanlı adını almış balon ile uçuş gerçekleştirmiştir (Özsoy ve Yavaş, 2012: 7).

2.3.4.1.2. Sıcak Hava Balonlarının İşleyişi

Sıcak hava balonlarının işleyişinden önce sıcak hava balonlarının uçuş mekanizmalarının bilinmesi önemlidir. Sıcak hava balonları ısıtıcı, sepet ve kubbeden oluşmaktadır (Özsoy ve Yavaş, 2012: 4):

Isıtıcı / Ateşleyici: Sıcak hava balonunun uçmasını sağlayan havanın ısıtılması için ateşleme sistemi bulunmaktadır. Bu sistemde propan gazı kullanılmaktadır.

Sepet: hafif olması için hasır, cam elyaf ya da alüminyumdan olan sepetlerdir. Bu sepetler de yolcular taşımaktadır.

Kubbeler: balonun uçmasını sağlayan sağlam yapıda üretilen, içine verilen gazların karışmamasını sağlayan, güneşten ve ateşten etkilenmeyensek şekilde tasarlanan yapılardır. Kubbenin etekleri nomeks denilen kumaştan yapılmaktadır.

Sıcak hava balonlarının havalanması için ilk olarak fan motorları yardımı ile kubbe soğuk hava ile şişirilmektedir. Balon yeteri kadar şiştiğinde, ateşleme sistemi ile balonun etrafındaki havadan daha hafif ve yoğunluğu daha az olacak şekilde balonun içinde hava ısıtılmaktadır. Balonun içindeki havanın ısınması sayesinde balon havalanarak yükselmektedir (Özsoy ve Yavaş, 2012: 4).

Sıcak hava balonu turları, gösterişli seyirlik yerlerde yapılabilir. Sistematik bir organizasyon ve özel hava koşulları gerekmektedir. Bundan dolayı diğer turistik

ürünlerden ayrı tutulmaktadır. Listelenen hususlar göz önüne alındığında, dünyada çok az destinasyon sıcak hava balonu turları için uygundur (Özen ve Özdemir, 2019: 580).

Türkiye’de sıcak hava balonculuğu SHGM bünyesinde genel havacılık çerçevesinde ele alınmakta, ayrı bir birim olarak anılmadığı SHGM organizasyon şemasında görülmektedir. Balonculuk bundan dolayı Türkiye’de belli başlı yerlerde balonculuk ile faaliyet gösteren kişi ve kurumlarca yapılmaktadır. 28.02.2003 tarihli SHGM verilerine göre Türkiye’de faaliyet gösteren genel havacılık filosuna bağlı bir balon, özelde ise 3 şirket bulunmaktadır. Günümüzde bu sayı yeni alanların eklenmesiyle artış göstermiştir. Balonculuk faaliyetlerine SHGM’nün öncülük etmesi ve takip etmesi beklenmektedir (Özsoy ve Yavaş, 2012: 9).

2.3.4.2. Yamaç Paraşütü

Yamaç paraşütü; sabit bir strüktüre sahip olmayan, vinçle yukarıdan veya yerden koşarak havalanabilen, elle taşınabilen, kumandayı çeken pilot tarafından kubbeye bağlı olan halatlar ile iki eksenle kontrol edilebilen ve pilotun bacaklarının yardımıyla yere inebilen hava aracıdır (Türk Hava Kurumu,2019: 7).

Yamaç paraşütü, motor güce gerek kalmadan, yalnızca yükselen hava akımlarıyla süzülerek uçabilen, titiz ve karmaşık tasarımların sonucu olan hafif, basit bir uçuş aracıdır. Yamaç paraşütünde küçük tepelerden başlayarak, yüzlerce metre yüksekliğe gökyüzüne çıkılabilmekte ve saatlerce gökyüzünde uzaklara uçulabilmektedir. Yamaç paraşütü sayesinde insanlarda kuşlar gibi hava akımını kullanarak gökyüzünde süzûlebilmekte ve yeryüzüne yukarıdan kuşbakışı bakabilmektedir. Yamaç paraşütü doğayla iç içe gerçekleştiğinden dolayı dünyada hızla gelişmektedir (Esen ve Kılıç, 2020: 2285).

Yamaç paraşütü zorlu macera aktivitelerinden biridir. Macera Rekreasyonu, özellikle turist aktivitesi olarak dünya çapında zevk alınan bir aktivitedir (Chang ve Huang, 2012: 61).

Yamaç paraşütü heyecan dolu bireysel ve grup olarak gerçekleştirilen bir faaliyettir (Saçlı ve Kahraman, 2019: 1252). Hem macera aktiviteleri hem de doğa sporları aktiviteleri temel alınarak; bireylerin yamaç paraşütü faaliyetlerini heyecan, korku,

adrenalin ve özgürlük, ardından yenilik, stresten kurtulmak, farklı olmak, kaçmak, iç içe olmak, doğayı gökyüzünden seyretmek gibi nedenlerle yapılmaktadır. Bununla birlikte psikolojik rahatlama, enerji atma, yaşam doyumu ve mutluluk yamaç paraşütü motivasyonları arasında bulunmaktadır (Esen ve Kılıç, 2020: 2286). Yamaç paraşütü aynı zamanda uçuşların sıklığının artması ve kritik yaralanmaların gerçekleşmesinden dolayı yüksek riskli spor konumundadır (Saçlı ve Kahraman, 2019: 1252).

Yamaç paraşütü ilk olarak Fransız dağcılar tarafından 1980'li yıllarda uçaktan atlanan paraşütlerle yamaçtan koşarak kalkış şeklinde başlamıştır. Türkiye yamaç paraşütü ile 1985 yılında Türk Hava Kurumu (THK) bünyesindeki paraşütçülerin serbest atlayış paraşütleri ile atlamaları ile tanışmıştır. İlk atlayış Erzincan'a bağlı Çakırman köyünde gerçekleştirilmiştir. Sonrasında ise bu atlayışlar Nemrut (Adıyaman), Ali Dağ (Kayseri) ve Kızılcahamam (Ankara)'da gerçekleşmiştir (Karademir ve Güven, 2016: 435)

Macera turizmi ürünü ve bir açık alan Rekreasyon faaliyeti olan yamaç paraşütü motorsuz, tek koltuğu bulunan, serbest düşüşe gerek duymadan, zeminden başlayarak yönetilebilen esnek hava taşıtıdır. Gittikçe aerodinamik yapısının geliştirilmesi ile direk olarak uçuş taşıtı şekline gelerek, zamanla popüler bir hobi olmaya başlamıştır. Yamaç paraşütünde havada kalma zamanı; paraşütün yapısı, pilotun irtifa durumu ve tecrübesi gibi faktörlere bağlı olarak saatler içinde kilometrelerce yol kat edilebilmektedir. Türkiye'de yamaç paraşütü için oldukça geniş destinasyon alanına sahip olduğu için oldukça hızlı bir şekilde gelişmiştir. Türkiye'de nerdeyse her şehirde yamaç paraşütüne uygun alan bulunabilmektedir. Özellikle en çok bilinen ve ilk sırada bulunan Fethiye-Babadağ'dır (Saçlı ve Kahraman, 2019: 1252).

Yamaç paraşütü ters, düz ve vinç yardımı olarak üç biçimde kalkış gerçekleşmektedir.

- Ters kalkış, sabit bir pozisyon alarak pilotun öne doğru hareketine gerek duyulmayan kalkış yöntemidir.
- Düz kalkış, pilot öne doğru koşarak kalkış yapılmaktadır. Rüzgârın hiç olmadığı ya da az olduğu durumlarda uygulanmaktadır.
- Vinç yardımı ise motorlu bir araç ya da tekne tarafından çekilerek gerçekleştirilen kalkıştır.

Yamaç paraşütünde kullanılan paraşüt dört bölümden oluşmaktadır. Kubbe, taşıyıcı kolonlar, askı ipleri ve harnestir. Yamaç paraşütünde ilk kural, Pilotun yanında bulunduracağı eşyaların yanında, 30-35 kg ağırlığındaki delta kanadının yanında yedek paraşüt, hava akımlarına göre değişebilen bağlantı elemanları, telsiz, variometre, altimetre, hız saati, pusula ve yüksek yerlere ulaşmayı sağlayan bir yol haritasının bulunması gerekmektedir (Dağdeviren vd., 2020: 884; Batman ve Demirel, 2015: 14).

2.4. Açık Alan Rekreatyonunun Etkileri

Kentsel yeşil alan, yürüyüş, koşma, bisiklete binme, piknik yapma, hayvanları gözlemleme veya güneşlenme gibi çok sayıda açık alan rekreatyonel aktiviteler sunmakta, fiziksel ve psikolojik iyi oluşa birçok önemli fayda sağlamaktadır. Açık alan rekreatyonunun belgelenmiş psikolojik ve sosyal faydaları arasında stres ve kaygı azalmasının yanı sıra özgüven, aidiyet duygusu ve sosyal uyum üzerindeki olumlu etkileri bulunmaktadır (Suárez vd., 2020). Açık alan Rekreatyonunun etkileri iyi ya da kötü olabilmektedir. Açık alan Rekreatyonunun doğaya, ekolojiye, sosyal hayata, ekonomiye ve psikolojiye etkileri bulunmaktadır.

2.4.1. Açık Alan Rekreatyonunun Doğal Çevreye Etkisi

Açık alan Rekreatyonu genellikle mevcut çevresel sorunları anlamanın bir yolu olarak gösterilmektedir. Bilim insanları, boş zaman etkinlikleri ile çevreye karşı sorumlu davranış arasındaki ilişki hakkında daha fazla bilgiye ihtiyaç olduğunu öne sürmekle birlikte açık alan eğitiminin çevre bilinci veya çevreye duyarlı davranışla bağlantılı olduğu belirtilmektedir (Berns and Simpson, 2009; Williams ve Chawla, 2015).

Pils vd. (1996) açık alan Rekreatyonunun doğadaki etkilerinin zararlı olduğunu savunmaktadır. Doğaya verilen zararları gürültü kirliliği, su kirliliği, çöp üretimi ve bunların uzaklaştırılmasında karşılaşılan sorunlar, kanalizasyon sorunları, kış sporları alanlarındaki binalardan dolayı görsel kalitenin bozulması, tırmanış için kayaların

işaretlenmesi ve boyanması, aşırı kullanıma bağlı olarak: patikaların bozulması, taşıt kullanımı sonucu oluşan hava kirliliği, bitki örtüsünün tahribi şeklinde sıralamaktadır.

Ewert'da (1999) yapmış olduğu çalışmada doğada yapılan etkinliklere katılanların doğal alanlarda meydana getirebilecekleri etkilerin özelliklerini aşağıda belirtildiği şekilde açıklamıştır:

Etkiler değişik boyutlardadır: Doğada yapılan etkinliklere katılanların çevreye verebilecekleri etkilerin boyutları farklıdır. Bu farklılık makro ya da mikro düzeyde olabilmektedir.

Kullanım etki yaratır: Tüm eğitsel çabalara rağmen insanlar, doğal alanlarda gerçekleştirdikleri etkinlikler sırasında çevreye dolaylı ya da dolaysız pek çok etkide bulunmaktadır. Kullanıcıların çevreye çöp atması gibi davranışlar dolaysız etki olarak değerlendirilirken kullanıcıların “ekolojik maliyetleri” dolaylı etki olarak değerlendirilmektedir.

Kullanım etkileri zamana bağlıdır: Birçok durumda doğal alan kullanımından kaynaklanan olumsuz etkilerin büyük bir bölümü kullanımın başlangıcında gerçekleşmektedir.

Faaliyetlerinin türleri önemlidir: Doğal alanlarda faaliyetlerin türü, kullanıcı sayısı kadar önemlidir. Ateş yakmak, ata binmek gibi faaliyetler bazı alanlarda olumsuz etkiler bırakabilmektedir.

2.4.2. Açık Alan Rekreasyonun Ekoloji Üstüne Etkileri

Açık alan Rekreasyonu ile korunan alanlar ve çevresinde yaşayanlar, ziyaretlerden hem olumlu hem de olumsuz olarak doğrudan etkilenebilmektedir. Korunan alanlar, biyolojik çeşitliliğin korunması hedeflerinin karşılanmasındaki aciliyet ve iklim değişikliği etkilerine uyum ve bunların azaltılmasındaki rolleri nedeniyle uluslararası alanda artan bir öneme sahiptir. Bu bağlamda, korunan alanlara ilişkin yeni ve mevcut yasal çerçevelerin oluşturulması, hem yeni korunan alanların kurulması hem de mevcut korunan alanların sınırlarının yeniden gözden geçirilmesi gerekmektedir. korunan alanlar iki ana hedefi karşılamak için kurulmakta, bunlarda ilki biyolojik çeşitliliği korumak, aynı zamanda topluma sel ve gıda üretimi gibi ekosistem

hizmetleri sağlamak ve ikincisi turizm ve rekreasyon yoluyla kültürel ekosistem hizmetleri sağlamaktır (Jones vd., 2017: 1).

Doğa temelli Rekreasyon da çevreci tutum ve deneyimlerin gelişimini desteklemek için yüksek kaliteli doğal deneyimler ve eğitim fırsatlarını sürdürmesi gerekmektedir. Açık alan Rekreasyon etkinliğinin türüne, önceki deneyimlere ve bireysel farklılıklara göre değişiklik gösteriyor gibi görünse de, olumlu sonuçlar sürdürülebilirlik için oldukça önemlidir (Winter, 2020: 2).

2.4.3. Açık Alan Rekreasyonun Sosyal Etkileri

Sosyal etki, insanların yaşama, çalışma, oynama, birbirleriyle ilişki kurma, ihtiyaçlarını karşılamak için örgütlenme ve genellikle toplumun bir üyesi olarak başa çıkma biçimlerini değiştiren herhangi bir kamusal veya özel eylemin insan toplulukları üzerindeki sonuçları anlamına gelmektedir. Bu sosyal etkiler, halkların yaşam tarzları, kültürleri, toplulukları uyumları, siyasi sistemleri, çevreleri, sağlıkları ve esenlikleri, yaşam tarzları üzerindeki değişiklik gibi çeşitli konulara atıfta bulunabilmektedir (Jones, 2017: 3).

Açık alan Rekreasyonu ve doğaya dayalı turizm, bireylere, topluluklara ve topluma temel faydalar sunmakta ve böylece sürdürülebilirliğe katkıda bulunmaktadır. Açık alanda olmak, aktif Rekreasyonla meşgul olmak ve doğal cazibe merkezlerini ziyaret etmek, insanlara doğal sistemler hakkında bilgi edinme ve olumlu yayılma etkilerine katkıda bulunan yerlere bağlılık geliştirme fırsatları sağlamaktadır (Winter, 2020: 2).

Açık alan Rekreasyon aktivitelerine katılan doğa ile bağlantı kurduğuna ve bu bağlantının da çevreyi koruma özelemlerine yol açtığına yaygın olarak inanılmaktadır (Høyem, 2020: 1).

2.4.4. Açık Alan Rekreasyonun Ekonomiye Etkileri

Açık alan Rekreasyon faaliyetleri birçok endüstriyi kapsadığından, açık alan Rekreasyon faaliyetini bu endüstriler içinde izole edilmektedir. Bu endüstriler seyahat, turizm, sanat ve kültürel üretim dâhil olmak üzere birden fazla endüstriyi kapsayan ekonominin diğer alanları için yön gösterici olmaktadır. Örneğin; hem yerel hem de

yerel olmayan geziler için yemek, konaklama, gaz ve hediyelik eşya harcamaları ekonomiyi etkilemektedir (Highfill ve Franks, 2019: 2).

Doğa temelli turizm en hızlı büyüyen turizm sektörlerinden biridir ve birçok kamu arazisi ve koruma alanı önemli turistik yerler haline gelmiştir. Turizm, ev sahibi ülkeler için önemli bir ekonomik motor sağlar ve koruma ve biyolojik çeşitlilik hedeflerini karşılamak için korunan alanlar için potansiyel bir gelir kaynağıdır. Ayrıca, açık alan rekreasyonu ve doğaya dayalı turizm, ziyaretçilerin yönetim deneyimleriyle meşgul olduğu ekolojik koşulları iyileştirmek için bir fırsat sağlayabilmektedir. Bu katkılar, sürdürülebilir rekreasyon ve turizm sunumunun önemli yönlerini temsil etmektedir (Winter vd., 2020: 2).

Ekonominin bir parçası olan turizm etkinliklerinin çoğu Rekreasyon aktivitelerini hedeflemektedir. Kişisel bir özgürlük içerisinde zevk ve memnuniyet için gerçekleştirilmektedir. Doğal olarak, bu aktiviteyi ödüllendirici bir aktivite haline getirir ve bu nedenle bu aktivite boş zaman veya Rekreasyon kavramına girmektedir. Turizm doğası gereği Rekreasyon merkezlidir. Bu nedenle turizm, boş zaman ve rekreasyonun bir parçasıdır (Tütüncü vd., 2019: 113).

Açık alan Rekreasyonu aynı zamanda fiziksel sağlık yararları bulunduğu için dolayı sağlık harcamalarına da katkıda bulunmaktadır. Artan açık alan Rekreasyon fırsatları, azalan sağlık harcamaları ile ilişkilendirilebilir. Örneğin, Cleland vd., (2008) ilköğretim çocuklarında dışarıda geçirilen zaman, orta ve şiddetli fiziksel aktivite düzeyi ve vücut kitle indeksi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bildirmiştir. Bulguları, fiziksel aktiviteyi artırmak ve aşırı kilolu veya obez olma insidansını azaltmak için çocukların açık havada daha fazla zaman geçirmeye teşvik edilmesi gerektiğini, fiziksel sağlığa doğrudan katkıları temsil ettiğini göstermektedir. Benzer şekilde, Hansmann vd. (2007), güçlü fiziksel aktivite seviyeleri ile sağlığa daha büyük faydaları olduğunu bildirmiştir. Fiziksel egzersizi teşvik etmenin yanı sıra, orman ve doğal alan ziyaretlerinin, kanseri önlemede potansiyel bir faydası olan stres hormonlarını azaltarak bağışıklık sistemine yardımcı olduğuna inanılmaktadır.

2.4.5. Açık Alan Rekreatasyonun Psikolojiye Etkileri

Doğa ile bağlantının zihinsel ve fiziksel sağlığa sayısız katkısı olduğu bilinmektedir. Doğaya maruz kalma ile olumlu etkiideki gelişmeler zihinsel sağlık yararları arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir. Doğa ile temas, daha fazla dikkat, konsantrasyon ve dürtü kontrolü gibi bilişsel faydalar ve gelişmiş çalışma belleği ile ilişkilendirilmektedir. Daha geniş anlamda, açık alan Rekreatasyonu olumlu sağlık sonuçlarına sahip olduğu bilinen deneyimler sağlamaktadır. Doğa deneyimleri, huşu, mutluluk, neşe ve memnuniyet dâhil olmak üzere bir dizi olumlu duyguya yol açabilmekte ve önemli seviyede stresi azaltmaktadır (Winter, 2020: 2).

Hartig vd., (2007) Norveçli yetişkinlerin, psikolojik iyi olma için doğaya değer verdiğini bulmuştur. aynı zamanda psikolojik iyi olmak için doğadaki olumlu deneyimlere değer vermenin, ekolojik olarak sorumlu davranışları teşvik etmeye hizmet ettiği belirtilmiştir. Pretty vd., (2007), açık alan rekreatasyonuna katılan kişilerin benlik saygısında bir artış ve duygu durum bozukluğunda bir azalma olduğu ve psikolojik iyi olma arasında güçlü bir ilişki olduğunu bildirilmiştir. Ballew ve Omoto (2018), doğaya maruz kalmanın sosyal ve zihinsel iyi oluşa katkıda bulunduğu, bu maruz kalmanın nispeten sıradan bir deneyim içerdiğinde bile yapılması gerektiğini önermektedir.

Cleary vd., (2017), doğanın zihinsel sağlığı ve esenliği etkilediğini, psikolojik yollar ve mekanizmalar konusunda, stres ve zihinsel rahatsızlıkların iyileşmesinde en güçlü yöntem olduğunu savunmaktadır. Buna karşılık, doğanın nasıl desteklediğini ve sürdürdüğünü anlaşılması psikolojik iyilik halini de etkilediğini belirtmektedir. Bundan dolayı özellikle birçok sağlık planı ve politikasına katkıda bulunan ve gelişen toplumları destekleyen sağlık sistemlerini yüksek psikolojik iyiliğe sahip olarak sunma amacını da etkilediği ifade edilmiştir.

Sağlığı etkileyen potansiyel yollar üç alan olarak: zararı azaltmak (örneğin. hava kirliliği, gürültü ve ısı gibi çevresel stres faktörlerinin azaltılması); kapasiteleri geri yükleme (örneğin stresten kurtulma) ve kapasite oluşturma (örneğin fiziksel aktivite ve sosyal temas için fırsatlar sağlama) olarak geçmektedir (Markevych vd., 2017).

2.5. Yaşam Doyumu Kavramı

18. yüzyıl aydınlanma çağında yer alan yaşam doyumu kavramı, 19. yüzyıl boyunca insanlara iyi bir yaşam sağlamanın bir yolu olarak devletlerin refah gelişmişliğini etkilemiştir. 20. yüzyılın sonlarına doğru, entelektüeller, iyi yaşamın bileşenlerini ve ölçümünü tasavvur ederek, yaşam doyumuna uygun bir tanımın bulmaya çalışılmıştır. Yaşam Kalitesi (QOL) terimi 1960'larda tanıtılmış ve 1980'lerin ortalarında, paranın mutluluğu satın alamayacağını belirten sosyal göstergeler, geleneksel ekonomik refah ve doyum kriterlerinin yerini almıştır (Prasoon ve Chaturvedi, 2016: 24).

Yaşam doyumu kavramı 1961 yılında ilk kez Bernice Neugarten tarafından kullanılmıştır. Yaşam doyumu, bir bütün olarak yaşamın genel kalitesi, olumlu yönde gelişme derecesi olarak tanımlanmaktadır (Barut vd., 2019: 138).

Yaşam doyumu anlaşılması çok kolay bir kavram olmadığı için pek çok açıklama ve tanımlamaya rastlamak mümkündür. Bu tanımlar:

Diener vd. (1985) yaşam doyumunu, bilişsel kuramla uyumlu olarak, bireyin kendi yaşam koşullarının standartlarla uyumluluğuna dayalı karşılaştırmalar hakkındaki bilişsel yargısı olarak karakterize etmişlerdir.

Diener vd., (1999) yaşam doyumunun altına şunları da dahil etmiştir: kişinin yaşamını değiştirme arzusu; geçmişten memnuniyet, gelecekte memnuniyet, ve diğer önemli kişilerin kendi yaşamı hakkındaki görüşleri.

Veenhoven, (1991) yaşam doyumunu, bir kişinin bir bütün olarak yaşamının genel kalitesini olumlu olarak değerlendirme derecesi olarak tanımlamıştır.

Saari ve Judge (2004), hayattan zevk alma, hayatı anlamlı bulma, hedefe ulaşma konusundaki tutarlılık, olumlu bireysel kimlik, fiziksel uygunluk, ekonomik güvenlik ve sosyal ilişkiler gibi faktörlerin önemli yaşam doyum göstergeleri olduğunu eklemektedir.

Argyle (2013), yaşam doyumu ile ilgili para, sağlık, iş ve istihdam, sosyal ilişkiler, boş zaman, barınma ve eğitim gibi alanlardan bahsetmektedir.

Day (1987), aralarında aile yaşamı, çalışma etkinliği, sosyal etkinlik, eğlence, kişisel sağlık, tüketim, dayanıklı mal ve mülk sahipliği, benlik, manevi yaşam ve ülkenin durumu olmak üzere yaşam doyumu ile ilgili on üç alanı ele almaktadır.

Flanagan (1978), aralarında ekonomik, fiziksel ve sağlık açısından iyi olma, ocuk sahibi olma ve yetiştirme, eşle, akrabalar ve arkadaşlarla ilişkiler, topluluk ve sosyal faaliyetler, politik faaliyetler, pasif ve aktif eğlence faaliyetleri, kişisel gelişim faaliyetleri ve iş olmak üzere on beş bileşen ile yaşam doyumunu oluşturmaktadır.

Van Praag vd. (2003), yaşamın farklı alanlarındaki (sağlık, mali durum, iş, barınma, boş zaman ve evre) memnuniyet ile bir bütün olarak yaşam doyumunun oluştuğunu belirtmektedir.

Yařam doyumunu genellikle, bireylerin kendi farklı ve benzersiz bir dizi kritere dayalı olarak yaşamlarının durumunu bütünsel olarak değerlendirdiği bir yargı sürecini ifade edilmektedir. Yařam memnuniyetinin küresel bir değerlendirmesi öznel mutluluğa öznel iyi oluşa ve yaşam kalitesine atıfta bulunmakta ve ve birlikte küresel iyi oluşun bir yönü olarak düşünülmektedir (Szczeřniak ve Tułecka, 2020: 223).

Yaşam doyumunu, öznel iyi oluşun genel yapısında yalnızca bir faktör olmasına rağmen, birçok çalışmada rutin olarak öznel iyi oluşun bir ölçüsü olarak kullanılmaktadır. Özellikle, kişinin kendi yaşamının bütüncül bir değerlendirmesine atıfta bulunan yaşam doyumunu, öznel iyi oluşun bilişsel bileşenini ile ilgilidir. Öznel iyi oluş için yaygın olarak kullanılan bir başka ölçü de mutluluktur, genellikle yaşam doyumunu ile birbirinin yerine kullanılmaktadır (Amati vd., 2018: 3).

Yüksek yaşam doyumunu ileriye dönük olarak daha fazla mesleki başarı, daha iyi sağlık ve hatta gecikmiş ölüm oranı ile ilişkili olduğu bilinmektedir. Yaşam doyumunu zaman içinde orta derecede kararlı olan özelliği taşıyan bir yapıdır. Bir bireyin ortalama yaşam doyumunu seviyesi, bir ayar noktası veya alışılmış yaşam doyumunu seviyesi olarak belirtilmektedir. İnsanların belirli ayar noktaları nedeniyle belirli olayları deneyimleme olasılığı az ya da çok olabilmektedir. Örneğin, yüksek düzeyde doyum sahibi olan kişiler daha sevimli ve sosyal olarak daha aktif olduğundan dolayı evliliğe daha rahat alışmakta ve ayrılma durumu az olmakla birlikte, tatmin edici sosyal ilişkilere sahip olma olasılıkları daha yüksek olarak görülmektedir (Luhmann vd., 2013: 40).

Yaşam doyumunu, fiziksel ve psikolojik sağlık, olumlu yaşam tarzı alışkanlıkları, iş verimliliği, sosyal ilişkilerin gücü ve ğrenci performansı gibi birçok önemli sonucun önemli bir göstergesidir. Değerlendirici bir yargı olarak, yaşam doyumunu geçici olarak

istikrarlı bir yapı olduğundan, yaşam doyumu değerlendirmeleri ruh hali ve bağlamdan yalnızca marjinal olarak etkilenebilmektedir (Miller vd., 2019: 321).

2.5.1. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler

Yaşam doyumu, bir kişinin yaşamının, bireyler arasında değişen, kişisel standartlarına dayalı olarak bilişsel bir değerlendirmesidir (Chang vd., 2020: 1).

Luhmann vd., (2013) göre sosyal yaşam, maddi refah, boş zaman hayatı, iş hayatı ve benzerleri gibi yaşamın tüm alt alanlarından duyulan memnuniyet yaşam doyumunu etkilemektedir.

Fergusson vd. (2015)'e göre ise yaşam doyumu sosyo-ekonomik faktörler; partner ilişkileri ve sosyal bağlılık, işsizlik, gelir ve finans, fiziksel sağlık ve kişilik özelliklerden etkilenmektedir. Yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olması için daha yüksek sosyo-ekonomik statü, iyi bir partner ilişkisi, sosyal kaynaklar, destek, iş, finansal kaynaklar, iyi sağlık ve belirli kişilik özelliklerin (örneğin, düşük nevroitiklik, yüksek dışa dönüklük) olmasının yeterli olduğunu belirtmektedir.

Keser (2005), yaşam doyumunun bireyden bireye farklı olarak algılanma düzeyine bağlı olarak kavramın kapsamının belirlenmesinde ve tanımlanmasında belirsizlik bulunmaktadır. Bu nedenle; literatürde birçok farklı yaklaşım vardır. Bireylerin yaşam doyumunu etkileyen faktörler şu şekildedir:

- Yaşamı anlamlı bulmak,
- Pozitif bireysel kimlik,
- Ekonomik güvenlik
- Günlük yaşamdan mutluluk duymak;
- Amaçlara ulaşma konusunda uyum,
- Fiziksel olarak bireyin kendisini iyi hissetmesi,
- Sosyal ilişkilerdir.

2.5.1.1. Kişilik Özellikleri

Kişilik özelliklerinde nevroitiklik ve dışa dönüklük yaşam doyumu ile ilişkilidir. Yaşam doyumunu etkileyen kişilik, aynı zamanda hayatta kişinin karşılaştığı olaylarının sıklığı ile de ilişkilendirilmiştir. Nevrotizm, istenmeyen olayların daha yüksek sıklığı ile ilişkilidir ve dışa dönüklük ise arzu edilen olayların daha yüksek sıklığı ile ilişkilendirilmektedir (Luhmann vd., 2013: 40).

Yaşam doyumu benlik saygısından etkilenmektedir. Kim oldukları hakkında temel düzeyde iyi hisseden bireylerin, genel olarak yaşamları hakkında olumlu değerlendirmeler yapmaktadır. Benlik saygısının, iş tatmini, beden tatmini ve kilo tatmini gibi çoklu iyilik hali ile pozitif ilişkili olduğu kadar, depresyon ve anksiyete ile de negatif ilişkili olduğundan yaşam doyumu düzeyi fazla olduğu görülmektedir (Miller vd., 2019: 322).

Diğer bir kişisel özellik olan cinsiyetin yaşam doyumunu etkilemesi farklı değişkenlere göre değiştiği görülmektedir. Cinsiyet ve yaşam doyumu arasındaki ilişki ulusal bağlamlara, sosyokültürel koşullara ve demografik değişkenlere bağlı olmaktadır. Gallup Dünya Anketi (GWP) verilerini kullanarak Graham ve Chattopadhyay (2013) yaşam doyumundaki cinsiyet farklılıklarının yaşa, gelire, eğitime, evlilik durumuna ve ulusal gelişme düzeylerine bağlı olduğunu göstermiştir. Graham ve Chattopadhyay, kadınların genellikle erkeklerden daha yüksek düzeyde yaşam doyumu olduğunu ve ayrıca yaşam doyumundaki (kadınlar lehine) cinsiyet farkının zengin ülkelerde ve daha yaşlı, daha eğitilmiş ve evli gruplarda daha büyük olduğunu vurgulamıştır. Joshanloo (2018) erkeklerde yaşam doyumunun belirlenmesinde sosyo-politik, istihdam ve eğitimle ilgili değişkenlerin daha önemli olduğunu, kadınlarda ise medeni durum ve kişilerarası ilişkilerle ilgili değişkenlerin daha önemli olduğunu belirtmektedir.

2.5.1.2. Sosyo-ekonomik Durum

Sosyoekonomik durum gibi istikrarlı yaşam koşulları yaşam doyumunu etkilemektedir. Sosyo-ekonomik durum kişinin gelir ve eğitim düzeyinden daha çok yaşam doyumu ile ilişkilendirilmektedir. Düşük sosyo-ekonomik durum yaşam doyumunun azalmasına sebep olmaktadır (Luhmann vd., 2013: 40).

Bellis vd., (2012) yaşam doyumunu yoksunlukla güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu tespit etmiştir. Yüksek yaşam doyumunun zenginlikle, düşük yaşam doyumunun ise yoksunlukla arttığını ve sağlık ve yaşam tarzının da yaşam doyumuna ile ilişkili olduğunu belirtmektedir.

Sosyal faktörlerden olan sosyal ilişkilerden de yaşam doyumuna etkilenmektedir. Zengin aktif sosyal ilişkiler ağına sahip bireylerin yaşamlarından daha memnun ve daha mutlu olma eğiliminde olduklarına dair önemli kanıtlar bulunmaktadır. Sosyal ilişkilerin öznel iyi oluş üzerindeki bu olumlu rolü, sağladığı yararlarla açıklanabilmektedir. İlk olarak, bireyin benlik duygusunu oluşturmada kilit oyuncular olan ilişkiler, aidiyet için temel insan ihtiyacını karşılamaktadır. Bireyin güvenebileceği ve sorunları veya önemli konuları tartışabileceği kişi sayısı arttıkça öznel iyi oluş düzeyleri artmaktadır. İkincisi, sosyal ilişkilerin varlığı zihinsel ve fiziksel sağlık üzerinde olumlu etkilere sahip olup, bireyin genel refahına katkıda bulunurken, sosyal ilişkilerin yokluğu bireyin psikolojik sıkıntıya duyarlılığını artırarak yaşam doyumunu düşürmektedir (Amati vd., 2018: 3).

Aile, yaşam doyumuna katkıda bulunan kilit değişkenlerden biri olarak görünmektedir (Szcześniak ve Tułeczka, 2020: 223). Olson ve Lavee (2013), aile üyeleri arasındaki duygusal bağların ve farklı değişikliklere uyum kapasitesinin sonraki yaşam doyumlarını olumlu etkilediğini vurgulamaktadır.

Yaşam doyumunu sosyal olarak etkileyen diğer bir faktör ise olumlu sosyal harcamalardır. Dunn vd., (2008) hayır kurumu bağı, öznel iyi oluşun ortak bir ölçüsü olan yaşam doyumuna katkıda bulunduğunu belirtmektedir.

2.5.1.3. Çevresel Faktörler

Luechinger (2010), hava kirliliğinin yaşam doyumuna olumsuz bir etkisi olduğunu belirtmektedir.

Turizm gibi faaliyetlerin yaşam doyumunu artırdığı bilinmekte fakat turizmin yapıldığı yerde bulunan halkın yaşam doyumunun nasıl etkilendiğine bakıldığında turizmle birlikte artan refah seviyesi yeli halkın yaşam doyumunu artırdığı görülmektedir (Woo vd., 2015: 88).

Doğa deneyimlerinin, yaşam doyumunun bilişsel yargılarını içeren iyi oluşa fayda sağlamaktadır (Chang vd., 2020: 1). White vd., (2017), bir yıl içinde doğayı sık sık ziyaret eden kişilerin hayatlarının değerli olduğunu hissetme olasılıklarının daha yüksek olduğunu, ancak yakın zamanda yapılan belirli bir ziyaretin (örneğin dün) yaşama değerliliği ile ilişkili olmadığını tespit etmişlerdir.

Yaşam doyumunu kişilerin doğayla olan bağlantılarının etkilediği görülmektedir. Bazı insanlar doğayı kendi kimliklerinin bir parçası olarak algılamakta ve doğayla bağlantının gücü zaman ve durum boyunca istikrarlı ve tutarlı olarak devam etmektedir. Ancak İnsanlar hayatlarını değerlendirirken, bireyin doğayı kendi parçası olarak alıp almaması, doğa deneyimi ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi etkilemektedir. Doğayla bağlantının gücünün yaşam doyumu ile pozitif olarak ilişkili olduğu belirtilmektedir (Chang vd., 2020: 2)

2.5.1.4. Psikolojik Faktörler

Ruhsal sağlığının bireyin yaşam doyumunu ve iyiliğini şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır. Ruh sağlığı sorunları yaşam doyumunun potansiyel belirleyicilerinin önemli bir sınıfını oluşturmaktadır. Ruh sağlığının kötüleşmesi ile birlikte yaşam doyumunda da azalmalar olmaktadır (Fergusson vd. 2015: 2428). Chisholm vd. (2013) ruh sağlığının yaşam doyumunun en büyük yordayıcısı olduğu vurgulamaktadır.

2.5.2. Açık Alan Rekreasyon (Yamaç paraşütün ve Sıcak Hava Balonu) deneyimlerinin yaşam doyumuna etkisi

Açık alan Rekreasyon aktivitelerine katılım fiziksel ve zihinsel sağlığı etkilemektedir. Boş zamanlarda düzenli egzersiz yapmak birçok hastalığın nedenini ve etkisini ortadan kaldırmakta ve bu tür hastalıklara yakalanma riskini azaltmaktadır. Ayrıca düzenli fiziksel aktivite, psikolojik stres yönetimi, psikolojik iyi olma, okul ve iş başarısı üzerinde olumlu etkisi olması, yaşamı anlamlı hale getirmesi ve yaşam doyumunu artırması nedeniyle bireylerin yaşamında önemli bir yere sahiptir (Acar vd., 2020: 101). Açık alan Rekreasyonu faaliyetleri ve bu faaliyetler içinde olan yamaç paraşütünün yaşam doyumuna etkileri ile ilgili literatürde şu araştırmalar yapılmıştır;

Li ve Ou (2002), yamaç paraşütçülerinin çevresel özellikler konusundaki tercihlerini değerlendirmiştir. Ana motivasyonlarının aynı hobiye sahip insanlarla iletişim kurma, zorlu beceri, kendini onaylama, bedeni ve zihni rahatlatma ve uçuşa ilgisi olduğunu tespit edilmiştir.

Chang vd., (2020), Singapur’da doğa deneyimlerinin sıklığını, süresini, çeşitliliğini ve evdeki ve işyerindeki pencerelerden doğa manzarasının varlığını veya yokluğunun yaşam doyumuna olan etkisini incelemiştir. Sonuç olarak çeşitli doğal alanlarını (vahşi doğa, yönetilen parklar ve plajlar arasında değişen) ziyaret eden kişilerin daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğunu belirtmişlerdir. Aynı zamanda evde ve/veya işyerinde pencerelerden görülen doğa manzarasının varlığı da yüksek yaşam doyumunu sağladığı tespit edilmiştir. Ayrıca, doğayla daha güçlü bağı olan insanların, haftada bir saatten fazla doğal alanlarda geçirdikleri zaman daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduklarını, doğayla güçlü bir bağı olmayan insanlar için ise bu ilişkinin zayıf olduğunu saptanmıştır.

Ardahan (2012) doğa yürüyüşü yapan bireylerin medeni durum, cinsiyet, eğitim seviyesi ve yaşa göre yaşam doyumunu arasındaki ilişki incelenmiştir. Doğa yürüyüşünün medeni durum, cinsiyet ve yaşa göre yaşam doyumunu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı fakat eğitim seviyesi arasında anlamlı bir farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte duygusal zekâ düzeyi arttıkça kişilerin yaşam düzeyinin arttığı görülmektedir. Bu durumun özellikle 24 yaş altı bekâr üniversite mevzunu erkeklerde daha fazla olduğu ifade edilmiştir.

Barut vd. (2019), yamaç paraşütü yapan sporcuların yaşam doyumunu ve öz yeterlilik durumlarının medeni durum, eğitim durumundan nasıl etkilendiği ve açık alan Rekreasyon alanlarının kişide olan etkileri araştırılmıştır. Sonuç olarak doğada gerçekleşen sporların yaşam doyumunu ve öz yeterliliği olumlu olarak etkilediği, eğitim durumunun yaşam doyumunu olumlu olarak etkilediği tespit edilmiştir.

Ardahan ve Mert (2014), tarafından yapılan çalışmada Rekreasyon doğa sporlarına katılmanın yaşam doyumuna olan etkisi de incelenmiş ve doğa sporlarına katılım sağlayan kişilerin yaşam doyum düzeyleri fazla bulunmakla birlikte, doğa sporlarına katılım sağlamayan bireylerin yaşam doyum puanlarının düşük olduğu tespit edilmiştir.

Söyler (2016), açık alan Rekreasyon faaliyetlerinden doğa y r y   ne katılan bireylerin  evre kimliği ile yaşam doyumunu arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonuç olarak  evre kimliği yüksek olan bireylerin doğa y r y   lerine katılımlarının daha fazla olduğu ve doğa y r y   ne katılan bireylerin yaşam doyumunun artığı tespit edilmiştir.

Ayazlar (2015), yamaç paraşütü etkinliğinin akış kuramı ve deneyimleme süreçleri incelenmiştir. Sonuç olarak akış deneyimin yoğunlaşma, zorluk-beceri deneyimi ve heyecan arama davranışından etkilendiği ve kişilerin kişisel iyi olu una katkı sağladığı belirtilmiştir.

Wang (2008) Rekreasyon faaliyetlerine katılım, Rekreasyon motivasyonu ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçlar, Rekreasyon faaliyet katılımı, Rekreasyon motivasyonu ve yaşam doyumunun birbiriyle ilişkili olduğunu ifade etmiştir.

Lapa (2013), spor Rekreasyon faaliyetlerine katılanların boş zamanlarında yaşam doyumunu, boş zaman doyumunu ve algılanan özgürlük arasındaki ili kininde incelendiği çalışmada sonuç olarak, yaşam doyumunu ile boş zaman doyumunu ve boş zamandaki algılanan özgürlük arasında pozitif bir doğrusal ilişki olduğu ifade edilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

GEREÇ VE YÖNTEM

3.1.Araştırmanın Modeli

Açık alan Rekreasyonu olarak yamaç paraşütü ve sıcak hava balonu faaliyetlerine katılan bireylerin yaşam doyumu ile ilişkisi araştırmanın konusunu oluşturmaktadır. Araştırmanın konusuna bağlı olarak ulaşılmak istenen örneklem Denizli ilinin Pamukkale ilçesinde açık alan Rekreasyon faaliyetlerine katılan bireyleri kapsamaktadır.

Araştırma, betimsel bir çalışma olup genel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya katılımcılarına demografik özelliklerini belirleyebilmek amacıyla 11 sorudan oluşan bir kişisel bilgi formu kullanılacaktır. Bu bilgi formu katılımcıların; cinsiyet, yaş, eğitim, gelir düzeyi gibi demografik özellikleri, yaşam doyumuna ilişkin tutumları ile ilgili bilgilere ulaşmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın verileri, araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, yaşam doyumu düzeylerini Diener ve vd., tarafından (1985) geliştirilen Köker (1991) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Yaşam Doyumu Ölçeği”, kullanılmıştır.

3.2.Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın çalışma evreni, Denizli ilinin Pamukkale ilçesine turistik amaçlı açık hava faaliyetleri olarak sıcak hava bolunu ve yamaç paraşütü yapan gönüllü katılımcılar oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise, kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılan 306 katılımcı oluşturmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu: Araştırmaya katılımcılarına demografik özelliklerini belirleyebilmek amacıyla kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Bu bilgi formu ile katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim, gelir düzeyi gibi demografik özellikleri ile ilgili bilgilere ulaşmaya çalışılmıştır.

3.3.2. Yaşam Doyumu Ölçeği

Diener ve arkadaşları (1985) geliştirilen envanter toplamda 5 sorudan oluşmakta ve 5'li likert tipi ölçektir. Envanter Köker (1991) tarafından Türkçe uyarlanmıştır. Test tekrar test güvenirliliği 0.85 şeklinde belirlenmiştir. Yetim (1991) tarafından yapılan bir çalışmada da iç tutarlılık değeri 0.86 ve test tekrar test güvenirliliği ise 0.73 şeklinde belirlenmiştir (Koçak ve ark., 2012). Ölçek “Kesinlikle katılmıyorum, katılmıyorum, biraz katılmıyorum, ne katılıyorum ne de katılmıyorum, çok az katılıyorum, katılıyorum, kesinlikle katılıyorum” şeklinde ifade edilmektedir.

3.4.Verilerin Toplanması

Açık alan Rekreasyonu olarak yamaç paraşütü ve sıcak hava balonu faaliyetlerine katılan bireylerin yaşam doyumu ile ilişkisinin incelendiği çalışma, Denizli İlindeki açık alan faaliyetine katılan bireylere yapılmıştır. Veri toplama tekniği ‘nicel yöntem’ olan bu araştırmada, önceden hazırlanmış soru formuna bağlı kalınarak veriler uygun biçimde toplanmış, gerekli analizler yapılmış, elde edilen bulgular üzerinden yorumlamalar yapılarak ilgili evrene genelleme yapılmıştır. Örneklem grubu için tüm evreni Denizli ilinin Pamukkale ilçesinde yamaç paraşütü ve sıcak hava balonu faaliyetlerine katılan bireylerin oluşturmuştur. Oluşturulan anketler yüz yüze bireylere uygulanmıştır. Anketin ilk sayfasında katılımcılar demografik bilgiler sorusunu takiben yaşam doyumu düzeylerini belirlemek için toplamda 5 sorudan oluşmakta ve 5'li likert tipi ölçek kısmındaki kutucuklara işaret koymak suretiyle, kutucuklara işaret koymak suretiyle cevaplandırmalarını yaparak anketi tamamlamışlardır.

3.5.Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmada anketlerden elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22.00 istatistik paket programı kullanılmıştır. Seçtiğimiz örneklemden toplanan veriler $p<0,05$ önem düzeyinde tek örneklem t-testi ile analiz edilmiş olup analiz sonucunda örneklemin evreni eşit ve homojen olarak temsil ettiği tespit edilmiştir. Değişkenler arasında ilişki olup olmadığı ve birbirlerini etkileme derecesinin tespitinde ise; $p<,05$ ve $p<,01$ önem düzeyinde ANOVA testi kullanılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcılara ait demografik bilgiler

	N	Ort.	SD	Skewness	Kurtosis
Cinsiyetiniz?	306	1,510	,5007	-,039	-2,012
Yaş Aralığınız?	306	2,108	,9708	,973	,760
Medeni Durumunuz?	306	1,670	,4710	-,726	-1,482
Eğitim Durumunuz?	306	2,369	,8783	-,122	-,828
Mesleğiniz?	306	2,980	1,5617	,787	,267
Gelir Düzeyiniz?	306	2,892	1,0202	-,696	-,590
Açık Alan Faaliyetlerine Kaçınıcı Kez Katılıyorsunuz?	306	1,938	1,1648	,848	-,846
Açık Alan Faaliyetlerine Kimlerle Katılıyorsunuz?	306	2,464	1,0805	-,189	-1,298
Açık Alan Faaliyetlerine Katılma İsteğinizi Uyandıran Etmenler Nelerdir?	306	2,755	1,3485	-,321	-1,725
Açık Alan Faaliyetlerine Tekrar Katılmayı Düşünüyor Musunuz?	306	1,036	,1865	5,010	23,253
Açık Alan Faaliyetlerine Katılmayı Başkalarına Tavsiye Eder Misiniz?	306	1,023	,1498	6,414	39,398
YAŞAM DOYUM TOPLAM PUAN	306	18,2680	5,70074	-,671	-,521

Tablo 1 incelendiğinde, normallik testi sonuçlarında “açık alan faaliyetlerine tekrar katılmayı düşünüyor musunuz”, “açık alan faaliyetlerine katılmayı başkalarına tavsiye eder misiniz” değişkenlerinde normal dağılım göstermediği, skewness ve kurtosis değerlerinin -2, +2 değerlerinin üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Diğer tüm değişkenlerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007).

Tablo 2. Çalışmaya Katılan Bireylerin Cinsiyet Değişkenine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı

	F	%
Kadın	150	49,0
Erkek	156	51,0
Toplam	306	100,0

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmaya 150’i kadın bireyler katılımcıların %49’unu, 156 erkek bireyler ise araştırmanın %51’ ini oluşturmaktadır.

Tablo 3. Çalışmaya Katılan Bireylerin Spor Yaşlarına İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı

	F	%
18-25 Yaş Arası	82	26,8
26-35 Yaş Arası	148	48,4
36-45 Yaş Arası	45	14,7
46-55 Yaş Arası	23	7,5
56 Yaş Ve Üzeri	8	2,6
Toplam	306	100,0

Tablo 3 incelendiğinde, araştırmaya katılan bireylerin %26,8’i 18-25 yaş, %48,4’ü 26-35 yaş, %14,7’si 36-45 yaş, %7,5’i 46-55 yaş, %2,6’sı 56 yaş ve üzeri yaş aralığındadır.

Tablo 4. Çalışmaya Katılan Bireylerin Medeni Durumlarına İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı

	F	%
Evli	101	33,0
Bekâr	205	67,0
Toplam	306	100,0

Tablo 4 incelendiğinde, araştırma katılımcılarının %33’ünün evli, %67’sinin bekâr olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Çalışmaya Katılan Bireylerin Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı

	F	%
Lise Ve Altı	59	19,3
Ön Lisans	98	32,0
Lisans	126	41,2
Yüksek Lisans Veya Doktora	23	7,5
Toplam	306	100,0

Tablo 5’e göre, çalışmaya katılan bireylerin eğitim durumu dağılımlarının, lise ve altı %19,3, Ön lisans %32, Lisans %41, 2 Lisansüstü ise %7,5 olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Çalışmaya Katılan Bireylerin Meslek Değişkenine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı

	F	%t
Kendi İşimi Yapıyorum	45	14,7
Özel Şirket	130	42,5
İşsiz	12	3,9
Öğrenci	33	10,8
Emekli	11	3,6
Diğer	13	4,2
Toplam	306	100,0

Tablo 6 incelendiğinde, katılımcıların %20,3 kamu çalışanı, %14,7 kendi işini yapan, %42,5 özel şirket çalışanı, %3,9 işsiz, %10,8 öğrenci, %3,6 emekli, %4,2 diğer olarak saptanmıştır.

Tablo 7. Çalışmaya Katılan Bireylerin Gelir Düzeyi Değişkenine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı

	F	%
3000 TL ve Altı	49	16,0
3000-4500 TL	30	9,8
4500-6000 TL	132	43,1
6000 TL Ve Üstü	95	31,0
Toplam	306	100,0

Tablo 7 incelendiğinde, katılımcıların gelir düzeyi dağılımları %16'sı 3000 TL ve altı, %9,8'i 3000-4500 TL arası, %43,1 4500-6000 arası ve %31'i 6000 ve üstü olduğu görülmektedir.

Tablo 8. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Katılım Sayısına İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı

	F	%
İlk Defa	159	52,0
İkinci Defa	65	21,2
Üçüncü Defa	24	7,8
Dört Ve Üzeri	58	19,0
Toplam	306	100,0

Tablo 8'de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan bireylerin açık alan faaliyetlerine katılım sayıları %52'i ilk defa, %21,2'si ikinci defa, %7,8'i üçüncü defa, %19'u dört ve üzeri olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Kimlerle Katıldıklarına İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı

	F	%
Yalnız	88	28,8
Ailemle	40	13,1
Arkadaşlarımla	126	41,2
Eşim/Partnerimle	52	17,0
Toplam	306	100,0

Tablo 9 incelendiğinde, açık alan faaliyetlerine katılan bireylerin %28,8'i yalnız, %13,1'i ailesi ile %41,2'si arkadaşları ile %17'si eşi veya partneri ile katıldığı saptanmıştır.

Tablo 10. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Katılıma İsteğini Uyandıran Etmenlere İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı

	F	%
Önceki Deneyimlerim	96	31,4
Reklamlar	36	11,8
Paket Turlar	21	6,9
Arkadaş Tavsiyesi	153	50,0
Toplam	306	100,0

Tablo 10 incelendiğinde, açık alan faaliyetlerine katılan bireylerin katılma isteğini uyandıran etmenler önceki deneyimlerim %31,4, reklamlar %11,8, paket turlar %6,9, arkadaş tavsiyesi %50 olarak saptanmıştır.

Tablo 11. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Tekrar Katılmayı Düşünmelerine İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı

	F	%
Evet	295	96,4
Hayır	11	3,6
Toplam	306	100,0

Tablo 11 incelendiğinde, çalışmaya katılan bireylerin açık alan faaliyetlerine tekrar katılmayı düşünür müsünüz sorusuna verdikleri yanıtların %96,4 evet, %3,6 hayır olduğu görülmektedir.

Tablo 12. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Katılmayı Başkalarına Tavsiye Etmelerine İlişkin Frekans Ve Yüzde Dağılımı

	F	%
Evet	299	97,7
Hayır	7	2,3
Toplam	306	100,0

Tablo 12 incelendiğinde, çalışma katılımcılarının açık alan faaliyetlerine katılmayı başkalarına tavsiye eder misiniz? Sorusuna verdikleri yanıtların %97,7'si evet, %2,3'ü hayır olduğu görülmektedir.

Tablo 13. Çalışmaya Katılan Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Sonuçları

	CİNSİYET	N	X	SS	T	P
Yaşam Doyum	KADIN	150	19,0933	5,46170	2,505	0,013*
Toplam Puan	ERKEK	156	17,4744	5,82924		

Tablo 13 incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre yaşam doyum puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür. Kadınların yaşam doyum puanları erkeklere oranla daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 14. Çalışmaya Katılan Bireylerin Yaş Değişkenine Göre Yaşam Doyum Puanları Anova Testi

	Karelerin toplamı	SD	Karelerin ortalaması	F	P	Farkın Kaynağı
Gruplar Arası	722,658	4	180,664	5,918		1-2
Gruplar İçi	9189,368	301	30,529		0,000*	1-3
Toplam	9912,026	305				

Tablo 14 İncelediğinde, yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 18-25 yaş arası katılımcıların yaşam doyum puanlarının 26-35 yaş arası ve 36-45 yaş arası katılımcılardan düşük olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir.

Tablo 15. Çalışmaya Katılan Bireylerin Medeni Durum Değişkenine Göre T Testi Sonuçları

	Medeni durumu	N	X	SS	T	P
Yaşam Doyum	EVLİ	101	18,9406	5,63883	1,451	0,148
Toplam Puan	BEKÂR	205	17,9366	5,71555		

Tablo 15 incelediğinde, medeni durum değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 16. Çalışmaya Katılan Bireylerin Eğitim Durumu Değişkenine Anova Testi Sonuçları

	Karelerin toplamı	SD	Karelerin ortalaması	F	P	Farkın Kaynağı
Gruplar Arası	564,195	3	188,065			1-2
Gruplar İçi	9347,831	302	30,953	6,076	0,001*	1-3
Toplam	9912,026	305				

Tablo 16’da görüldüğü gibi, katılımcıların eğitim durumu değişkenine göre yaşam doyum puan ortalamalarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcılardan lise ve altı eğitim durumundakilerin yaşam doyum puan ortalamalarının ön lisans ve lisans

eğitim durumundakilere göre düşük olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir.

Tablo 17. Çalışmaya Katılan Bireylerin Meslek Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Karelerin toplamı	SD	Karelerin ortalaması	F	P	Farkın Kaynağı
Gruplar Arası	1499,428	6	249,905	8,882	0,000*	1-5
Gruplar İçi	8412,598	299	28,136			2-3
Toplam	9912,026	305				2-5
						3-5

Tablo 17’de görüldüğü gibi, Meslek değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kamu çalışanları ile öğrenciler arasında anlamlı farklılık görülmüş olup kamu da çalışanların yaşam doyum puan ortalamalarının öğrencilerden yüksek olduğu görülmüştür. Kendi işini yapan katılımcılar ile özel şirket de çalışan katılımcıların yaşam doyum puan ortalamalarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Özel şirkette çalışan katılımcıların yaşam doyum puanlarının kendi işimi yapıyorum diyen katılımcılardan yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca kendi işini yapan katılımcılar ve özel şirkette çalışan katılımcılar ile öğrenci katılımcıların yaşam doyum puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Öğrencilerin puan ortalamaları diğer katılımcılardan düşük olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı farklılık yarattığı tespit edilmiştir.

Tablo 18. Çalışmaya Katılan Bireylerin Gelir Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Karelerin toplamı	SD	Karelerin ortalaması	F	P	Farkın Kaynağı
Gruplar Arası	1653,736	3	551,245	20,159	0,000*	1-3
Gruplar İçi	8258,290	302	27,345			1-4
Toplam	9912,026	305				3-4

Tablo 18 incelendiğinde, gelir değişkenine göre yaşam doyum puanlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 3000 TL ve Altı gelire sahip katılımcıların puanlarının 4500-6000 TL arasında ve 6000 TL ve üstü gelire sahip olan katılımcılardan düşük olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı farklılık yarattığı görülmüştür. Ayrıca 4500-6000 TL arasında gelir seviyesine sahip olan katılımcıların yaşam doyum puan ortalamalarının 6000 TL ve üstü gelire sahip olan katılımcılardan yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Tablo 19. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Kaçıncı Kez Katılıyorsunuz Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Karelerin toplamı	SD	Karelerin ortalaması	F	P	Farkın Kaynağı
Gruplar Arası	696,079	3	232,026	7,603	0,000*	2-1
Gruplar İçi	9215,947	302	30,516			2-4
Toplam	9912,026	305				

Tablo 19’da görüldüğü gibi, açık alan faaliyetlerine kaçınıcı kez katılıyorsunuz değişkenine göre yaşam doyum puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Açık alan faaliyetlerine ikinci defa katılan katılımcıların yaşam doyum puanlarının, açık alan faaliyetlerine ilk ve dört ve üzeri katıldığını dile getiren katılımcıların puanlarından yüksel olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 20. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Kimlerle Katılıyorsunuz? Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Karelerin toplamı	SD	Karelerin ortalaması	F	P	Farkın Kaynağı
Gruplar Arası	267,302	3	89,101	2,790	0,041*	1-3
Gruplar İçi	9644,724	302	31,936			
Toplam	9912,026	305				

Tablo 20’de görüldüğü gibi, açık alan faaliyetlerine kimlerle katılıyorsunuz değişkenine göre yaşam doyum puanlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Açık

alan faaliyetlerine yalnız katılım saplayan katılımcıların yaşam doyum puanlarının arkadaşlarla katılan katılımcılardan yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 21. Çalışmaya Katılan Bireylerin Açık Alan Faaliyetlerine Katılma İsteğini Uyandıran Etmenler Nelerdir? Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Karelerin toplamı	SD	Karelerin ortalaması	F	P
Gruplar Arası	44,039	3	14,680	0,449*	0,718*
Gruplar İçi	9867,987	302	32,675		
Toplam		305			

Tablo 21’de görüldüğü gibi, katılımcıların yaşam doyum puanları ile açık alan faaliyetlerine katılma isteği uyandıran etmenler değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir

Tablo 22. Çalışmaya Katılan Bireylerin Pearson Correlation sonuçları

		Yaş Aralığınız	Gelir Düzeyiniz
Gelir Düzeyiniz	Pearson Correlation	0,336*	
	Sig. (2-Tailed)	0,000	*
	N	306	
Yaşam Doyum Toplam Puan	Pearson Correlation	0,204*	0,213*
	Sig. (2-Tailed)	0,000*	0,000*
	N	306	306

Tablo 22 incelendiğinde katılımcıların yaşam doyum düzeyleri ile gelir ve yaş değişkeni arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların yaş ve gelir düzeyi arttıkça yaşam doyum puanlarının arttığı görülmektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu tezde açık alan Rekreasyon faaliyetlerinden sıcak hava balonu ve yamaç paraşütüne katılan bireylerin bazı demografik özelliklerinin, yaşam doyumu düzeylerinin belirlenmesine yönelik ölçek verileri ele alınmaktadır. İncelediğimiz tezde;

Araştırmayı 150'si kadın, 156'sı ise erkek katılımcı oluşturmaktadır. “Açık alan faaliyetlerine tekrar katılmayı düşünüyor musunuz”, “açık alan faaliyetlerine katılmayı başkalarına tavsiye eder misiniz” değişkenlerinde normal dağılım göstermediği, skewness ve kurtosis değerlerinin -2, +2 değerlerinin üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Diğer tüm değişkenlerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007).

Araştırmaya katılan bireylerin %26,8'i 18-25 yaş, %48,4'ü 26-35 yaş, %14,7'si 36-45 yaş, %7,5'i 46-55 yaş, %2,6'sı 56 yaş ve üzeri yaş aralığındadır. Araştırmaya katılan bireylerin %33'ünün evli, %67'sinin bekâr olduğu görülmektedir. Çalışmaya katılan bireylerin eğitim durumu dağılımlarının ise, lise ve altı %19,3, Ön lisans %32, Lisans %41,2 Lisansüstü ise %7,5 olduğu görülmektedir. Katılımcıların %20,3 kamu çalışanı, %14,7 kendi işini yapan, %42,5 özel şirket çalışanı, %3,9 işsiz, %10,8 öğrenci, %3,6 emekli, %4,2 diğer olarak saptanmıştır.

Katılımcıların gelir düzeyi dağılımları %16'sı 3000 TL ve altı, %9,8'i 3000-4500 TL arası, %43,1 4500-6000 arası ve %31'i 6000 ve üstü olduğu görülmektedir. Katılımcıların %30'dan fazlası yüksek düzeyde gelir düzeyine sahip olduğu saptanmıştır. Çalışmaya katılan bireylerin açık alan faaliyetlerine katılım sayıları %52'i ilk defa, %21,2'si ikinci defa, %7,8'i üçüncü defa, %19'u dört ve üzeri olduğu görülmektedir. Katılımcıların %48'den fazlasının iki veya daha fazla açık alan faaliyetine katıldığı görülmektedir. Açık alan faaliyetlerine katılan bireylerin %28,8'i yalnız, %13,1'i ailesi ile %41,2'si arkadaşları ile %17'si eşi veya partneri ile katıldığı saptanmıştır.

Açık alan faaliyetlerine katılan bireylerin katılma isteğini uyandıran etmenler önceki deneyimlerim %31,4, reklamlar %11,8, paket turlar %6,9, arkadaş tavsiyesi %50 olarak saptanmıştır. Çalışmaya katılan bireylerin açık alan faaliyetlerine tekrar katılmayı düşünür müsünüz sorusuna verdikleri yanıtların %96,4 evet olduğu

görülmektedir. Yüksek oranda tekrar katılım göstermek isteyen katılımcıların ortalaması katılmak istemiyorum diyenlere oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Çalışmaya katılan bireylerin açık alan faaliyetlerine katılmayı başkalarına tavsiye eder misiniz? Sorusuna verdikleri yanıtların %97,7'si evet, %2,3'ü hayır olduğu görülmektedir. Başkalarına tavsiye etme düzeyi yüksek olmasının, katılımcıların açık alan rekreatif faaliyetlerine katılımlarından ne derece memnun kaldıklarını ve yaşam doyumu düzeylerini arttırabilecek faaliyetler olabileceğini göstermektedir.

Cinsiyet değişkenine göre yaşam doyum puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür. Kadınların yaşam doyum puanları erkeklere oranla daha fazla olduğu tespit edilmiştir (tablo 13). Çalışmamıza paralel olarak yapılan literatürde yer alan bazı araştırmalarda benzer bulgular saptanmıştır: Rekreatif etkinliklere katılan elit sporcularda yaşam doyumunun incelendiği bir çalışmada, cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş, elde edilen sonuçlara göre kadın sporcularda yaşam doyum düzeyinin erkek sporculardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Yaşartürk, 2016: 60). Bir başka çalışmada Ma ve Huebner (2008: 182) tarafından yapılan çalışmada kadınlarda yaşam doyumunun daha yüksek olduğu saptanmıştır. Gençay (2009), yapmış olduğu beden eğitimi öğretmeni adaylarının yaşam doyumu düzeylerindeki farklıları incelediği çalışmada cinsiyet değişkeni ile yaşam doyumu arasında anlamlı fark tespit etmiştir. Kadın katılımcıların erkeklere oranla yaşam doyumu düzeylerinin fazla olduğu saptanmıştır. Recepoğlu (2013), öğretmen adaylarıyla yaptığı çalışmada kadın öğretmenlerin erkek öğretmenlerden daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Keser'in sanayi sektöründe bir işletmede yapmış olduğu incelemeye göre; kadınların erkeklere kıyasla yaşam doyumunun daha yüksek olduğu ve bu araştırmaların çalışmamızla paralellik gösterdiği görülmüştür (Keser, 2005).

Literatürde yapılan çalışmalar genel olarak cinsiyet ve yaşam doyumu arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu durumu işsizlik oranının, ata erkil yapıyı, geçim sıkıntılarının günümüzde giderek artması, kadının toplumsal statüsü gibi faktörleri düşünerek yorumlamışlardır (Aydiner, 2011; Cenkseven, 2004; Deniz ve Yılmaz, 2004; Köker, 1991; Kulaksızoğlu ve Topuz, 2014; Reisoğlu, 2014; Yavuz-Güler ve İşmen-Gazioğlu, 2008).

Alan yazında çoğu çalışmada cinsiyet değişkenine göre farklılık tespit edilse de cinsiyet ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiye ilişkin farklı sonuçların mevcut olduğu

da görülmektedir. Yaşam doyumunda cinsiyetin önemli bir değişken olduğu belirtilse de anlamlı fark bulunmayan çalışmalar da mevcuttur (Gündoğar ve vd., 2007; Hintikka, 2001). Kiremitçi'nin, (2019) özel bakım merkezinde çalışan sosyal çalışmacılar ile gerçekleştirdiği araştırmasında cinsiyet faktörü ve yaşam doyumunda arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmemiştir. Özkara ve vd. (2015) yaşam doyumunun cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığını tespit etmişlerdir. Avşaroğlu, Deniz ve Kahraman (2005), Yılmaz ve Aslan (Yılmaz E, Aslan H. 2013), Kermen ve arkadaşları (2016) yapmış oldukları çalışmalarda katılımcıların yaşam doyum düzeylerinin, cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediğini tespit etmiştir.

Katılımcıların eğitim durumu değişkenine göre yaşam doyum puan ortalamalarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcılardan lise ve altı eğitim durumundakilerin yaşam doyum puan ortalamalarının ön lisans ve lisans eğitim durumundakilere göre düşük olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Ardahan (2012) açık alan faaliyeti olarak doğa yürüyüşü yapan bireylerin medeni durum, cinsiyet, eğitim seviyesi ve yaşa göre yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Doğa yürüyüşünün medeni durum, cinsiyet ve yaşa göre yaşam doyumları üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı fakat eğitim seviyesi arasında anlamlı bir farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir. Eğitim seviyesindeki bu farklılık çalışmamızla paralellik göstermektedir. Barut vd. (2019), yamaç paraşütü yapan sporcuların yaşam doyumları ve özyeterlilik durumlarının medeni durum, eğitim durumundan nasıl etkilendiği ve açık alan rekreasyon alanlarının kişide olan etkileri araştırılmıştır. Sonuç olarak doğada gerçekleşen sporların yaşam doyumları ve özyeterliliği olumlu olarak etkilediği, eğitim durumunun yaşam doyumunu olumlu olarak etkilediği tespit edilmiştir.

Çoğunlukla, eğitim düzeyleri yüksek olan kişiler, daha yüksek bir gelir düzeyine ve daha iyi bir konumlara sahiplerdir. Bu kapsamda yaşam doyumlarının da daha yüksek olması beklenmektedir. Fakat bazı çalışmalarda eğitim ve mutluluk ilişkisi konusunda yapılan araştırmaların sonuçları çelişkili olmasının yanı sıra, çoğunlukla yapmış olduğumuz çalışmanın bulguları ile paralellik göstererek eğitim seviyesi yükseldikçe yaşam doyumunun da arttığı göstermektedir (Akandere ve vd., 2009: 27; Koçak, 2016). Akademik düzey değişkenine göre yaşam doyumları incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu, lisansüstü eğitim alan sosyal çalışma görevlilerinin

yaşam doyumunun lisans eğitimi alanlardan daha yüksek olduğu görülmektedir (Baran, M. 2022).

Köksal G. (2019) yapmış olduğu çalışmada, beden eğitimi öğretmenlerinin eğitim durumu değişkenine göre yaşam doyum puanları arasında anlamlı bir farklılık saptamıştır. Lisansüstü mezunu beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam doyum, lisans mezunu beden eğitimi öğretmenlerine göre daha yüksektir. Araştırmamızla paralellik gösteren bu bulgularla eğitim seviyesinin arttıkça yaşam doyum düzeyinin de yükseldiği sonucuna ulaşılmaktadır.

Meslek değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kamu çalışanları ile öğrenciler arasında anlamlı farklılık görülmüş olup kamu da çalışanların yaşam doyum puan ortalamalarının öğrencilerden yüksek olduğu görülmüştür. Kendi işini yapan katılımcılar ile özel şirket de çalışan katılımcıların yaşam doyum puan ortalamalarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Özel şirkette çalışan katılımcıların yaşam doyum puanlarının kendi işimi yapıyorum diyen katılımcılardan yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca kendi işini yapan katılımcılar ve özel şirkette çalışan katılımcılar ile öğrenci katılımcıların yaşam doyum puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Öğrencilerin puan ortalamaları diğer katılımcılardan düşük olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı farklılık yarattığı tespit edilmiştir. Çalışmamızda saptamış olduğumuz bulgular sonucunda meslek değişkeni ve yaşam doyum arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu durumu işsizlik oranının, geçim sıkıntılarının olması, ekonomik zorluklar ve gelecek kaygısı gibi faktörlerin etkili olduğu düşünülmektedir.

Gelir değişkenine göre yaşam doyum puanlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 3000 TL ve Altı gelire sahip katılımcıların puanlarının 4500-6000 TL arasında ve 6000 TL ve üstü gelire sahip olan katılımcılardan düşük olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı farklılık yarattığı görülmüştür. Ayrıca 4500-6000 TL arasında gelir seviyesine sahip olan katılımcıların yaşam doyum puan ortalamalarının 6000 TL ve üstü gelire sahip olan katılımcılardan yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Keser (2003) gelir seviyesinin, bireyin yaşayacağı gelir artışının doğrudan yaşam doyumunu da arttırdığı görüşü savunulduğunu belirtmektedir. Fakat literatürde bazı çalışmalarda ise sosyo-ekonomik durum değişkeninin yaşam doyum üzerinde belirleyici olmadığı rapor edildiği görülmektedir. Rekreatif faaliyetlere katılan elit sporcularla yapılan bir çalışmada

farklı gelir düzeylerine sahip olan sporcuların yaşam doyum düzeylerinin gelir durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Yaşartürk, 2016: 61). Lise öğrencileri üzerinde yapılan diğer bir çalışmada ise öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri aylık gelir düzeyine göre incelendiği zaman öğrencilerin yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna varılmıştır (Elmas, 2013: 47). Varılan bu sonuçlar ile çalışmamızdaki bulgular paralellik göstermemektedir.

Yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 18-25 yaş arası katılımcıların yaşam doyum puanlarının 26-35 yaş arası ve 36-45 yaş arası katılımcılardan düşük olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Araştırmada genç katılımcıların yaşam doyum puanlarının düşük olarak bulunması dikkat çekicidir.

Literatürde sporcuların yaşam doyum düzeylerinin ele alındığı çalışmalar sınırlı olmakla beraber, Toros (2005: 55) yapmış olduğu araştırmaya katılan voleybolcularda yaş grubu değişkenine göre yaşam doyum düzeyine ilişkin bulgular incelendiği zaman yaşam doyumunun yaş grubu değişkenine göre farklılaştığı bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre, 18-21 yaş grubunda yer alan voleybolcular ile kıyaslandığı zaman 26-30 yaş ile 31 ve üzeri yaş grubunda yer alan voleybolcularda yaşam doyumunun daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu kapsamda yaşam doyum düzeyinin büyük yaş grubunda yer alan voleybolcular lehine farklılaştığı görülmüştür. Bunun temel nedeni olarak yaş arttıkça kişinin hayat tecrübesinin de artmasının yattığı düşünülebilir. Sporcular üzerinde yapılan benzer araştırma bulguları da yaşam doyumunun yaş grubu değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği görüşünü desteklemektedir (Berktaş, 2019: 6).

Açık alan faaliyetlerine kaçınıcı kez katılıyorsunuz değişkenine göre yaşam doyum puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Açık alan faaliyetlerine ikinci defa katılan katılımcıların yaşam doyum puanlarının, açık alan faaliyetlerine ilk ve dört ve üzeri katıldığını dile getiren katılımcıların puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. Açık alan faaliyetlerine kimlerle katılıyorsunuz değişkenine göre yaşam doyum puanlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Açık alan faaliyetlerine yalnız katılım saplayan katılımcıların yaşam doyum puanlarının arkadaşlarla katılan katılımcılardan yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum bireylerin yanında yakınları olmadan, dış görüş etkeninden bağımsız olarak katıldıkları rekreatif faaliyetlerden doyum almalarını etkilediğini düşündürmektedir. Katılımcıların yaşam doyum

puanları ile açık alan faaliyetlerine katılma isteği uyandıran etmenler değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir. Wang (2008) Rekreasyon faaliyetlerine katılım, Rekreasyon motivasyonu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçlar, Rekreasyon faaliyet katılımı, Rekreasyon motivasyonu ve yaşam doyumunun birbiriyle ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Lapa (2013), spor rekreasyon faaliyetlerine katılanların boş zamanlarında yaşam doyumu, boş zaman doyumu ve algılanan özgürlük arasındaki ilişkisinde incelendiği çalışmada sonuç olarak, yaşam doyumu ile boş zaman doyumu arasında pozitif bir doğrusal ilişki olduğu ifade edilmiştir. Bu bulgular tezimizdeki sonuçlar ile paralellik göstermektedir. Sonuç olarak, yapılan ulusal ve uluslararası literatür taraması sonucu açık alan faaliyetlerine katılan bireylerin yaşam doyumu düzeylerinde, ilişkisel olarak anlamlı farklılıklar tespit edildiği saptanmıştır. Yapmış olduğum tezde bazı demografik değişkenler açısından açık alan faaliyetine katılan bireylerin medeni durum, gelir düzeyi, cinsiyet, eğitim seviyesi ve yaşa göre yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

ÖNERİLER

- Araştırmacıların daha fazla ve farklı örneklem grupları ile çalışması önerilmektedir.
- Açık alan faaliyeti olarak diğer aktivitelerle çalışılması önerilmektedir.
- Yaşam doyumu araştırmaları farklı rekreatif aktivitelerle karşılaştırılması önerilmektedir.
- Yapılacak diğer çalışmalarda daha büyük sayıda katılımcıya ulaşıp daha genellenebilir. Farklı değişkenlerinde etkisini yaşam doyumu özellikleri üzerinde inceleme yapılabilir.
- Bireylerin serbest zamanlarını en verimli şekilde değerlendirebilmeleri için Sportif Rekreasyon etkinlikleri düzenlenebilir.
- Bireylerin spor yapmalarını teşvik etmek, açık alan rekreatif etkinliklere katılımları için uygun ortam ve olanaklar sağlamak amacıyla yerel yönetimler ve Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü koordineli olarak ortak çalışmalar yapılabilir.
- Yabancı turistler ile bu konu ile ilgili çalışma yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Acar, A., Yalçın, Y. K., & Koçoğlu, C. M. (2019). Rekreatif Aktivitelerde Tüketiciyi Motive Eden Faktörlerin Yaşam Doyumu Üzerine Etkisi: Turistlik Bir Ürün Olarak Offroad Örneği. *Turizm Akademik Dergisi*, 8(1), 97-114.
- Akandere, M., Acar, M., & Baştuğ, G. (2009). Zihinsel ve fiziksel engelli çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22, 22-32.
- Akçakaya, S. (2021). *Turistik hafif hava araçları deneyimlerinin memnuniyet üzerindeki etkisi: Pamukkale örneği* (Master's thesis, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Amati, V., Meggiolaro, S., Rivellini, G., & Zaccarin, S. (2018). Social relations and life satisfaction: The role of friends. *Genus*, 74(1), 1-18.
- Ardahan, F. (2012). Doğa yürüyüşü yapanların yaşam doyum düzeyleri ile duygusal zekâ ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mediterranean Journal of Humanities*, 1(2), 11-19.
- Ardahan, F., & Mert, M. (2014). Yaşam doyumu, ekolojik algı ve duygusal zekanın bireylerin rekreatif doğa sporlarına katılmasına etkisinin sorgulanması: Türkiye için logit analizi. *Iğdır Üniversitesi/Iğdır University Sosyal Bilimler Dergisi*, 6, 141-177.
- Argyle, M. (2013). *The psychology of happiness*. Routledge.
- Avşaroğlu, S., Deniz, M. E., ve Kahraman, A. (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (14): 115-129.
- Ayazlar, R., (2015). *Akış Deneyiminin Yamaç Paraşütü Deneyim Doyumu ve Yaşam Doyumuna Etkileri*. Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, Aydın.
- Aydiner, B. B. (2011). *Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz yeterlik, yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*,

(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Ballew, M. T., & Omoto, A. M. (2018). Absorption: How nature experiences promote awe and other positive emotions. *Ecopsychology*, 10(1), 26-35.

Baran, M. (2022). “Sosyal hizmet merkezlerinde görev yapan sosyal çalışma görevlilerinin iş ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi: istanbul il örneği”. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Barut, A. İ., Demir, A., Ballıkaya, E., & Çifçi, F. (2019). Doğa yürüyüşü ve yamaç paraşütü sporu yapan bireylerin yaşam doyumu ve özyeterliklerinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(2), 137-145.

Batman, Z. P., & Demirel, Ö. (2015). Altındere Vadisi Meryemana deresi güzergâhında doğa temelli turizm etkinliği: yamaç paraşütü. *İnönü Üniversitesi Sanat ve Tasarım Dergisi*, 5(11), 13-26.

Bell, S., Tyrväinen, L., Sievänen, T., Pröbstl, U., & Simpson, M. (2007). Outdoor recreation and nature tourism: A European perspective. *Living Reviews in Landscape Research*, 1(2), 1-46.

Bellis, M. A., Lowey, H., Hughes, K., Deacon, L., Stansfield, J., & Perkins, C. (2012). Variations in risk and protective factors for life satisfaction and mental wellbeing with deprivation: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 12(1), 1-17.

Berns, G. N., & Simpson, S. (2009). Outdoor recreation participation and environmental concern: A research summary. *Journal of Experiential Education*, 32(1), 79-91.

Chang, C. C., Oh, R. R. Y., Le Nghiem, T. P., Zhang, Y., Tan, C. L., Lin, B. B., & Carrasco, L. R. (2020). Life satisfaction linked to the diversity of nature experiences and nature views from the window. *Landscape and Urban Planning*, 202, 103874.

Chang, H. M. & Huang, Y-T., (2012). Paragliding adventure recreation consumers' activity motivation, enduring involvement and their involved behavior.

Chisholm, D., Layard, R., Patel, V., & Saxena, S. (2013). *Mental Illness and Unhappiness* (No. dp1239). Centre for Economic Performance, LSE.

- Cleary, A., Fielding, K. S., Bell, S. L., Murray, Z., & Roiko, A. (2017). Exploring potential mechanisms involved in the relationship between eudaimonic wellbeing and nature connection. *Landscape and urban planning*, 158, 119-128.
- Cleland, V., Crawford, D., Baur, L. A., Hume, C., Timperio, A., & Salmon, J. (2008). A prospective examination of children's time spent outdoors, objectively measured physical activity and overweight. *International journal of obesity*, 32(11), 1685-1693.
- Dağdeviren, A., Saral, C., Coşkun, N., & Yılmaz, Z. (2020). Bayramören İlçesinde Yamaç Paraşütü Turizmi. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 881-892.
- Day, R. L. (1987). Relationships between life satisfaction and consumer satisfaction. *Marketing and quality-of-life interface*, 289-311.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276.
- Dunn, E. W., Aknin, L. B., & Norton, M. I. (2008). Spending money on others promotes happiness. *Science*, 319(5870), 1687-1688.
- Elmas, İ.H. (2013). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Hayat Tatmin Düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Esen, F. Ö., & Kılıç, B. (2020). Turizm Öğrencilerinin Yamaç Paraşütü Algısı: Kelime İlişkilendirme Testi Uygulaması. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 2282-2295.
- Ewert, A. W. (1999). Outdoor recreation and natural resource management: An uneasy alliance. *Parks And Recreation-West Virginia-*, 34, 58-67.
- Fergusson, D. M., McLeod, G. F. H., Horwood, L. J., Swain, N. R., Chapple, S., & Poulton, R. (2015). Life satisfaction and mental health problems (18 to 35 years). *Psychological medicine*, 45(11), 2427-2436.
- Flanagan, J. C. (1978). A research approach to improving our quality of life. *American psychologist*, 33(2), 138.
- Gaberli, Ö. Ü. Ü., & Yağmur, Ö. Ü. Y. (2021). Açık ve kapalı alan Rekreasyonu. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara 1. Basım.

- Gençay S. (2009). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının umutsuzluk ve yaşam doyumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik sosyal Bilimler Dergisi*, 8: 380-88
- Gold, S. M. (1973). Urban recreation planning. *Journal of Health, Physical Education, Recreation*, 44(5), 79-79.
- Gökdayı, F., & Demirel, M. (2018). Bir Boş Zaman Etkinliği Olarak Doğa Sporları Aktivitelerine Katılan Bireylerin Çevresel Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 1(1), 45-53.
- Graham, C., & Chattopadhyay, S. (2013). Gender and well-being around the world. *International Journal of Happiness and Development*, 1(2), 212-232.
- Gunter, B. G. (1987). The leisure experience: Selected properties. *Journal of leisure research*, 19(2), 115-130.
- Gültekin, Y. S. ve Gültekin, P. (2012). *Kabatepe orman kampı karavan ve çadırli kamp alanının rekreasyonel değerinin korunması ve geliştirilmesine ilişkin öneriler*, I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, ISBN: 978-605-5437-79-4, 353-363.
- Gündoğar D., vd., (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yormayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10 (1): 14-27
- Hansmann, R., Hug, S. M., & Seeland, K. (2007). Restoration and stress relief through physical activities in forests and parks. *Urban forestry & urban greening*, 6(4), 213-225.
- Hartig, T., Kaiser, F. G., & Strumse, E. (2007). Psychological restoration in nature as a source of motivation for ecological behaviour. *Environmental conservation*, 34(4), 291-299.
- Hazar, A. (2009). *Rekreasyon ve Animasyon*. (Üçüncü Baskı) Ankara: Detay Yayıncılık
- Hicks, K. (2016). Action Sports : Hot Air Ballooning. Chicago, IL, USA: Britannica Digital Learning, 2013. ProQuest ebrary. *In Action Sports : Hot Air Ballooning* (pp. 6–11).

- Highfill, T., & Franks, C. (2019). Measuring the US outdoor recreation economy, 2012–2016. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 27, 100233.
- Høyem, J. (2020). Outdoor recreation and environmentally responsible behavior. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 31, 100317.
- Jones, N., McGinlay, J., & Dimitrakopoulos, P. G. (2017). Improving social impact assessment of protected areas: A review of the literature and directions for future research. *Environmental Impact Assessment Review*, 64, 1-7.
- Joshanloo, M. (2018). Gender differences in the predictors of life satisfaction across 150 nations. *Personality and Individual Differences*, 135, 312-315.
- Kaplan, A., & Ardahan, F. (2013). Doğa sporları yapan bireylerin profilleri, doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar: Antalya örneği. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(8), 93-114.
- Karademir, Y. & Güven, Ö. (2016). Türkiye’de yamaç paraşütçülerinin problemleri. *International Journal of Social Science*, 48, 433-457.
- Kaya, B., Metin, T., & Akoğlan Kozak, M. (2015). Kapalı Rekreasyon Tesislerinde Kullanıcıların Akış Deneyimi. *Journal of Travel & Hospitality Management/Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 12(2).
- Kermen U. İlçin T.N., Doğan U. (2016). Yaşam Doyumu ve Psikolojik İyi Oluşun Yordayıcısı Olarak Sosyal Kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2: 20- 29.
- Keser A. (2003). *Çalışma yaşamında motivasyon ve yaşam tatmini*. Bursa: Alf Aktüel Yayını.
- Keser A. (2005). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi, otomotiv sektöründe bir uygulama. *Çalışma ve Toplum Dergisi*. 7(4): 77-95
- Keser, A. (2005). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi: Otomotiv sektöründe bir uygulama. *Çalışma ve Toplum*, 4(1), 77-95.
- Kızanıklı, M. (2014). Türkiye’deki yükseköğretim kurumlarında Rekreasyon eğitiminin yapısı. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 1), 46-60.

- Kiremitci, M. (2021). *Özel bakım merkezinde görev yapan sosyal çalışmacıların mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumunun araştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Koçak, F., & Balcı, V. (2010). Doğada yapılan sportif etkinliklerde çevresel sürdürülebilirlik. *Ankara Üniversitesi Çevre Bilimleri Dergisi*, 2(2), 213-222.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyum düzeylerinin karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Köksal, G. (2019). *Serbest zaman doyumu ve yaşam tatmini ilişkisi: Beden eğitimi öğretmenleri örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi.
- Lapa, T. Y. (2013). Life satisfaction, leisure satisfaction and perceived freedom of park recreation participants. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 93, 1985-1993.
- Li, M. H., & Ou, S. H. (2002). Relationships between participants, characteristics of Paragliding and Preferences of Environmental attributes. *4th Leisure, Recreation, and Tourism Processing: Leisure Theory and Recreation Behavior*, 263-270.
- Luechinger, S. (2010). Life satisfaction and transboundary air pollution. *Economics Letters*, 107(1), 4-6.
- Luhmann, M., Lucas, R. E., Eid, M., & Diener, E. (2013). The prospective effect of life satisfaction on life events. *Social Psychological and Personality Science*, 4(1), 39-45.
- Ma, C. Q., ve Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the Schools*, 45(2), 177-190.
- Markevych, I., Schoierer, J., Hartig, T., Chudnovsky, A., Hystad, P., Dzhambov, A. M., & Fuertes, E. (2017). Exploring pathways linking greenspace to health: Theoretical and methodological guidance. *Environmental research*, 158, 301-317.
- Mercer, D. (1971). The role of perception in the recreation experience: A review and discussion. *Journal of leisure research*, 3(4), 261-276.

- Miller, B. K., Zivnuska, S., & Kacmar, K. M. (2019). Self-perception and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 139, 321-325.
- Olson, D. H., & Lavee, Y. (2013). Family systems and family stress: A family life cycle. *Family systems and life-span development*, 165-196.
- Özen, A.İ. (2017). *Deneyimsel tüketim, destinasyon imaj algısı ve davranışsal sonuçları ilişkisi: Kapadokya sıcak hava balon deneyimi*. Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı, Doktora Tezi.
- Özen, İ. A., & Özdemir, E. G. (2019). Kapadokya sıcak hava balonculuğu üzerine nitel bir araştırma. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 9(2), 579-595.
- Özkara, A. B., Kalkavan, A., & Çavdar, S. (2015). Spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinin araştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3, 336-346.
- Özsoy, D., & Yavaş, V. (2012). Türk sıcak hava balonculuğu: dün, bugün ve yarın. *BİLDİRİ KİTABI*.
- Prasoon, R., & Chaturvedi, K. R. (2016). Life satisfaction: a literature review. *The Researcher: International Journal of Management, Humanities and Social Sciences*, 1(02), 24-31.
- Pressman S.D., Cohen, S. (2005). Does positive affect influence health? *Psychological bulletin*, 131:925-971
- Pretty, J., Peacock, J., Hine, R., Sellens, M., South, N., & Griffin, M. (2007). Green exercise in the UK countryside: Effects on health and psychological well-being, and implications for policy and planning. *Journal of environmental planning and management*, 50(2), 211-231.
- Priest, S., & Gass, M. (2018). *Effective leadership in adventure programming*, 3E. Human Kinetics.
- Recepoglu, E. (2013). Öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1: 311-326.

Saari, L. M., & Judge, T. A. (2004). Employee attitudes and job satisfaction. *Human Resource Management: Published in Cooperation with the School of Business Administration, The University of Michigan and in alliance with the Society of Human Resources Management*, 43(4), 395-407.

Saçlı, Ç., & Kahraman, C. Ö. (2019). Açık alan Rekreasyonu olarak yamaç paraşütü etkinliğine katılanların motivasyonları ve etkinlik memnuniyetlerinin belirlenmesi: Arsuzfest örneği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(4), 1249-1269.

Sarıbaş, Ö. (2015). *Turistlerin Rekreasyon faaliyetlerine katılımlarını etkileyen unsurlar: Antalya ve İzmir örneği* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Solunoğlu, A. (2022). Kapadokya Bölgesi Sıcak Hava Balon Pilotu Seçim Sürecinde CRITIC ve MAIRCA Yöntemlerinin Kullanılması. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 19(1), 41-58.

Söyler, S. (2016). *Turizmde ciddi serbest zaman faaliyeti olarak doğa yürüyüşleri, çevre kimliği ve yaşam doyumu ilişkisi* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Suárez, M., Barton, D. N., Cimburova, Z., Rusch, G. M., Gómez-Baggethun, E., & Onaindia, M. (2020). Environmental justice and outdoor recreation opportunities: A spatially explicit assessment in Oslo metropolitan area, Norway. *Environmental Science & Policy*, 108, 133-143.

Suldo, S. M. ve Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous. *Social Indicators Research*, 78, 179-203..

Sürat, H., Özdemir, M. ve Surat, B.Z. (2014). *Korunan alanların rekreasyonel kullanımı ve yerel halkın farkındalığı: borçka karagöl tabiat parkı örneği*, 2. Ulusal Akdeniz Orman Ve Çevre Sempozyumunda Sunuldu, Isparta, 331-342.

Szcześniak, M., & Tułeczka, M. (2020). Family functioning and life satisfaction: The mediatory role of emotional intelligence. *Psychology research and behavior management*, 13, 223.

Türk Hava Kurumu. (2013). *THKY-311 ÇHHA Uçuş Eğitim Okulu Yamaç paraşüt Uçuş Eğitimi Yönergesi*. Ankara.

- Tütüncü, Ö., Akgündüz, Y., & Yeşilyurt, C. (2019). Rekreasyon Yönetimi ve Turizm İşletmeciliği bölüm müfredatlarının karşılaştırılması. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 30(2), 112-124.
- Tütüncü, Ö., Aydın, İ., Küçükusta, D., Nilgün, A. V. C. I., & İlkay, T. (2011). Üniversite öğrencilerinin Rekreasyon faaliyetlerine katılımını etkileyen unsurların analizi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(2), 69-83.
- Van Praag, B. M., Frijters, P., & Ferrer-i-Carbonell, A. (2003). The anatomy of subjective well-being. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 51(1), 29-49.
- Vara, Ş. (1999). “Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyum ve genel yaşam doyum arasındaki ilişkilerin incelenmesi”. Yüksek Lisan Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative?. *Social indicators research*, 24(1), 1-34.
- Wang, E. S., Chen, L. S., Lin, J. Y. and Wang, M. C. (2008). The relationship between leisure satisfaction and life satisfaction of adolescents concerning online games. *Adolescence*, 43, 177- 184
- Williams, C. C., & Chawla, L. (2016). Environmental identity formation in nonformal environmental education programs. *Environmental Education Research*, 22(7), 978-1001.
- Winter, P. L., Selin, S., Cervený, L., & Bricker, K. (2019). Outdoor recreation, nature-based tourism, and sustainability. *Sustainability*, 12(1), 81.
- Woo, E., Kim, H., & Uysal, M. (2015). Life satisfaction and support for tourism development. *Annals of tourism research*, 50, 84-97.
- Yaşartürk, F. (2016). *Elit düzeydeki sporcuların rekreatif etkinlik tercihlerinde tutum, sıkılma algısı ile yaşam doyumlarının incelenmesi*. Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Yılmaz, E., Aslan, H. (2013). Öğretmenlerin iş yerindeki yalnızlıkları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*; 3(3): 59-69.

Yüncü, D., Coşkun, İ. O., Sevil, T., Özel, Ç. H., Yüncü, H. R. & Şimşek, K.Y. (2013). *Rekreasyon yönetimi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.

Yüncü, D., Coşkun, İ. O., Sevil, T., Özel, Ç. H., Yüncü, H. R., & Şimşek, K. Y. (2013). *Rekreasyon yönetimi. Baskı. Anadolu Üniversitesi Web-Ofset Tesisleri. Eskişehir.*

EKLER

EK- 1: Kişisel Bilgi Formu

“Açık alan Rekreasyonu olarak yamaç paraşütü ve sıcak hava balonu faaliyetlerine katılan bireylerin yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi (Pamukkale örneği), adlı çalışma Hüseyin ALTIN tarafından gerçekleştirilecektir. Araştırma Açık alan Rekreasyonu olarak yamaç paraşütü ve sıcak hava balonu faaliyetlerine katılan bireylerde yaşam doyumu düzeylerinin araştırılması amacıyla planlanmıştır. Bu araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmayı kabul ettikten sonra veri toplama formunu doldurmaya başlamış olsanız bile istemediğiniz takdirde çalışmaya katılmaktan vazgeçebilirsiniz. Formu eksiksiz doldurup araştırmacıya vermiş olmanız çalışmaya katılma konusunda gönüllü olduğunuz anlamına gelmektedir.

Sizden elde edilen tüm bu bilgiler bilimsel bir araştırmada kullanılacaktır. Araştırma sonuçları kimlik belirtecek herhangi bir isim ya da işaret içermeyecektir. Bu araştırmada sizinle ilgili tutulan tüm kayıtlar gizli kalacaktır.

Bu nedenle soruların tümüne doğru ve eksiksiz yanıt vermeniz büyük önem taşımaktadır. Çalışma formu 2 bölüm ve 16 sorudan oluşmaktadır. Anketi tamamlamak yaklaşık 10 dk. zamanınızı alacaktır. Çalışma ile ilgili herhangi bir sorunuz olduğunda aşağıda iletişim bilgileri yer alan sorumlu araştırmacı Hüseyin ALTIN ile çekinmeden iletişime geçebilirsiniz.

Çalışmamız için zaman ayırarak bilim dünyasına verdiğiniz katkı için teşekkürler...

Sorumlu Araştırmacının;

Unvanı, Adı Soyadı: Yüksek Lisans Öğrencisi, Hüseyin ALTIN

Katılımınız için teşekkür ederiz.

EK- 2: Demografik Bilgiler

1. Cinsiyetiniz Nedir: Kadın () Erkek ()
2. Hangi Yaş Aralığındasınız: 18-25() 26-35() 36-45() 46-55() 56 ve üzeri()
3. Medeni Durumunuz: Evli () Bekâr ()
4. Eğitim Düzeyiniz: Lise ve altı () Ön lisans () Lisans () Yüksek Lisans ve Doktora()
5. Mesleğiniz: Kamu Çalışanı () Kendi İşimi Yapıyorum () Özel Şirket () İşsiz () Öğrenci () Emekli ()
6. Gelir Düzeyi: 3000 ve altı() 3000-4500() 4500-6000() 6000 ve üstü()
7. Açık Alan Faaliyetlerine Kaçınıcı Kez Katılıyorsunuz? : İlk kez () İkinci kez () Üçüncü kez () Dört ve üzeri ()
8. Açık Alan Faaliyetlerine Kimlerle Katılıyorsunuz? : Yalnız () Ailemle () Arkadaşlarımla () Eşim\Partnerimle ()
9. Açık Alan Faaliyetlerine Katılma İsteğinizi Uyandıran Etmenler Nelerdir?
Önceki Deneyimlerim () Reklamlar () Paket Turlar () Arkadaş Tavsiyesi ()
10. Açık Alan Faaliyetlerine Tekrar Katılmayı Düşünüyor Musunuz? Evet () Hayır ()
11. Açık Alan Faaliyetlerine Katılmayı Başkalarına Tavsiye Eder Misiniz? Evet () Hayır ()

EK- 3: Yaşam Doyumu Ölçeği

	Yaşam Doyumu Ölçeği	Hiç Katılmıyorum	Çok az katılıyorum	Orta düzeyde katılıyorum	Büyük oranda katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1.	İdeallerime Yakın Bir Yaşantım Var					
2.	Yaşam Koşullarım Mükemmeldir					
3.	Yaşamımdan Memnunum					
4.	Şimdiye Kadar Yaşamdan İstediğim Önemli Şeylere Sahip Oldum					
5.	Tekrar Dünyaya Gelsem Hayatımdaki Hemen Hemen Hiçbir Şeyi Değiştirmezdim					