

İNSANLARIN SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE KATILIM NEDENLERİ

CAUSES OF PARTICIPATION IN LEISURE ACTIVITIES OF PEOPLE

Yusuf ER¹

*e-mail: err_vusuf@hotmail.com

¹Karamanođlu Mehmetbey Üniversitesi, Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Rekreasyon Yönetimi Bölümü, Karaman, Türkiye

ÖZET

İnsanların serbest zaman etkinliklerine katılmalarını etkileyen birçok unsur bulunmakla beraber, insanlar serbest zaman etkinliklerine farklı nedenler ile katılmaktadırlar. Literatürde yer alan çalışmalarda insanların serbest zaman etkinliklerinde tercih ettikleri aktivitelerin sıklıkla ele alındığı görülmektedir. Buna karşılık insanların serbest zaman etkinliklerine yönelme nedenlerinin ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu bilinmektedir. Bu kapsamda yapılan bu çalışmada insanların serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada belgesel kaynak derlemesi modelinden yararlanılmıştır. Araştırmanın sonunda insanların serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerinin başında sosyalleşme, arkadaşları ile vakit geçirme, sağlık düzeyini geliştirme ve eğlenme gibi nedenlerin geldiği tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Rekreasyon, serbest zaman, serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri

ABSTRACT

Although there are many factors that affect people's participation in leisure activities, people participate in leisure activities for different causes. In the studies in the literature, it is seen that the activities preferred by people in their leisure activities are frequently discussed. On the contrary, it is known that there are limited studies on the reasons why people tending of leisure activities. Within the scope of this study, it is aimed to investigate the causes of tending of people in free time activities. Documentary resource collection model was used in the study. At the end of the study, it was determined that the main causes for people to participate in leisure activities were socialization, spending time with friends, improving health level and having fun.

Key words: Recreation, leisure time, causes of participation in leisure time activities

JEL CODE: L83

GİRİŞ

Rekreasyon, bireylerin boş vakitlerinde gerçekleştirdikleri, belli bir amaca hizmet eden, kişisel doyum ve gönüllülük temeline dayana, diğer bireylere devredilemeyen, bireyin canlandırıcı ve mutluluk veren, pasif ve aktif şekilde gerçekleştirilen her nevi zihinsel, ruhsal, sosyal ve fiziksel faaliyetler şeklinde nitelendirilebilir (Güngörmüş, 2007). Rekreasyon faaliyetleri temelde amaç değil, bireylerin yaşam standartlarını artırma konusunda, sağlıklarını ve fiziksel kondisyonlarını geliştirmede, tabiata yaklaşımlarını değiştirmede ve motivasyonel niteliklerini artırmada yararlandıkları bir araçtır (Okuyucu ve ark., 2006: 43). İnsanlar rekreasyon etkinliklerine farklı motivasyonel amaçlar ile yönelmektedirler. Literatürde yer alan çalışmalarda da insanların rekreasyon etkinliklerine katılım motivasyonlarını etkileyen bazı unsurların olduğu rapor edilmiştir (Çuhadar ve ark., 2019a; Çuhadar ve ark., 2019b; Hekim ve ark., 2019; Er ve ark., 2019).

İnsanlar iş hayatlarında arta kalan zamanlarda dinlenmek ve sevdikleri ile birlikte zaman geçirmekten keyif alırlar. Dolayısıyla çalışma yaşamının haricindeki zaman dilimleri insanlar için son derece önemlidir. Özellikle büyük kentlerde yaşamını sürdüren kişilerin kalabalık kent hayatından kaçma arzuları insanların rekreasyon faaliyetlerine eğilim göstermelerini sağlamıştır (Kuş ve ark., 2011). Müderrisoğlu & Uzun'a (2004) göre, yaşadığımız dönemde bireylerin rekreasyon etkinliklerine ciddi anlamda eğilimlerinin altında, teknolojik alandaki ilerlemelerin insan yaşamını kolaylaştırması, rutinleşmiş hayat şeklini her geçen gün artması, nüfusun artmasıyla beraber kentlerin kalabalıklaşması ve yorucu yerler haline alması, bunların neticesinde de insanlarda eğlenme ve dinlenme arzusunun artması yer almaktadır.

Serbest zaman etkinliklerine katılım insan sağlığını birçok açıdan olumlu yönde etkilemekte, özellikle fiziksel etkinlik içeren aktivitelere katılımın sağlık açısından yararlı olduğu görülmektedir. Yapılan araştırma bulguları da bu görüşü destekler niteliktedir (Eraslan & Hekim, 2015a; Eraslan & Hekim, 2015b; Kaplan & Ardahan, 2013). Bu noktada özellikle bedensel rekreatif etkinliklere katılımın insan sağlığı üzerinde olumlu etkileri olduğu söylenebilir. Literatürde serbest zaman etkinliklerine katılım ele alındığı çalışmalarda genellikle serbest zaman tercihlerinin ele alındığı (Yerlisu-Lapa & Ardahan, 2009; Hekim & Eraslan, 2015a; Hekim & Eraslan, 2015b; Hekim & Eraslan, 2015c; Kurar & Baltacı, 2014), buna karşılık serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerinin ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu kapsamda yapılan bu çalışmada insanların serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Rekreasyon Kavramı

Rekreasyon terimini tanımlanmasında pek çok rekreasyon kuramı, oyun ve rekreasyonu tek ve aynı kavram şeklinde nitelendirirken, kimleri ise farklı kavramlar olduğunu ifade etmekte ve rekreasyonun bir erişkin etkinliği, oyunun ise bir çocuk etkinliği olduğunu iddia etmektedir (Torkildsen, 1993). Rekreasyon sözcüğü, Latince yenide yaratma, tazelenme anlamına karşılık gelen recreare sözcüğünden türetilmiştir. İlerleyen dönemde farklı kelimelerde “manevi gücün veya ruhun canlandırılması yeniden dünyaya gelme” şeklinde açıklanmıştır. Gerçek anlamda rekreasyon bir yenilenme tecrübesi, gündelik rutinden kaçış, canlanma ve değişimi ifade etmektedir (Jensen & Guthrie, 2006). Tanım kapsamında rekreasyonun özellikle canlanma ve yenilenmeye etkisi ifade edilmiştir. Bu nedenle rekreasyon ifade edilirken insanları iş için yenileyen bir etkinlik olarak sınırlandırılmıştır (Torkildsen, 2005; Akt. Öztürk, 2018).

Bir başka ifadeye göre rekreasyon; bireylerin zorunlu dönemleri ve faaliyetleri haricinde zihinsel ve fiziksel açıdan yenilenmek için aktif veya pasif olarak katılım gösterdikleri faaliyetler olarak açıklanabilmektedir (Öztürk, 2018). Literatürde yer alan bilgiler ve tanımlar göz önünde bulundurulduğu zaman rekreasyon kavramı “insanların serbest zamanlarını verimli bir biçimde değerlendirmek için bireysel ya da grup halinde katıldıkları etkinlikler” şeklinde tanımlanabilir.

Rekreasyon İhtiyacının Temel Nedenleri

Günümüzde insanlar farklı amaçlar ile rekreasyon etkinliklerine katılmaktadırlar (Hekim ve ark., 2017; Kiper, 2009; Karaşah, 2017; Cengiz ve ark., 2018; Hekim & Tokgöz, 2017a; Hekim & Tokgöz, 2017b). Ancak yaş grubu ve toplumsal statüsü ne olursa olsun her bireyin rekreasyonel etkinliklere yönelmelerine neden olan bazı unsurlar vardır. Literatürde insanları rekreasyon etkinliklerine yönelten nedenler aşağıdaki gibi açıklanmıştır;

Bedensel sağlının geliştirilmesi: Teknolojik alandaki ilerlemelerin bireyin yaşamını kolaylaştırması, ulaşım olanaklarının gelişimi gibi unsurlar bireylerin hareketlilik oranını olumsuz açıdan etkilemektedir. Bireylerin hareketsizlik dolayısıyla az enerji sarf etmeleri bazı sağlık problemleri yaşamalarına sebep olmaktadır. Bu problemlerin başında hareketsiz yaşam şekline doğan kardiyovasküler rahatsızlıklar, obezite, diyabet, sindirim ve solunum sistemi problemleri yer almaktadır. Rekreatif faaliyetlerine katılım göstererek bedensel hareketliliğin artırılması ile bir problemlerinin oluşumu minimum düzeye indirilir (Karaküçük, 2008).

Ruhsal sağlının korunması ve geliştirilmesi: Bireylerin iş, okul ve sosyal yaşamlarına karşı karşıya kaldıkları pek çok problem vardır. Bu problemler özellikle insanların rutin bir yaşam şekline sahip olmalarından kaynaklanmaktadır. İnsanlar hayat koşullarının kendilerinde neden olduğu stresli durumlardan kimi zaman uzak durmak ve moral bulmak isterler. Bu noktada rekreatif faaliyetlere katılım son derece önemlidir. Zira rekreatif faaliyetlere katılımı hayat şekline kaynaklanan problemler ve monotonluğun kolaylıkla üstesinden gelinebilmektedir. Bunun yanı sıra insanlar rekreatif etkinlikleri özgür bir şekilde tercih edebilirler ve bu durum bireylerde özgürlük duygusunun gelişimine katkıda bulunur (Karaküçük, 2008).

Kişisel beceri ve yeteneklerin geliştirilmesi: Rekreatif faaliyetler her yaş grubundan bireyin yaratıcı niteliklerini sergileyebileceği özelliktedir. Bireyler genel olarak kendi yaratıcı güçlerinin ve niteliklerinin bilincinde değildirler. Yaratıcı nitelikler genel olarak deneyerek geliştirilir. Bireyler bir işin başarılı olup olmasını önemsemeksizin rekreatif faaliyetlerde pek çok alanda denemelerde bulunurlar. Yaratıcı niteliklerini geliştirme imkanı yakalayan bireyler bu niteliklerini rekreatif faaliyetleri kapsamında daha iyi sergilerler (Karaküçük, 2008).

Sosyal gelişimi desteklemek: Bireylerin sosyalleşme ve sosyal algı seviyeleri sosyal faaliyetlere katılım oranını artırmaktadır. Bu sosyal faaliyetler kapsamında rekreatif etkinlikleri önemli yere sahiptir. Rekreatif etkinliklerine katılımı beraber insanlar toplumda aktif şekilde rol alma niteliklerini geliştirmektedirler. Ayrıca rekreatif etkinlikleri ile özgüvenli, kendini geliştirme ve öz saygı gibi kişilik özelliklerini de geliştirmektedir. Bu kapsamda rekreatif faaliyetler toplumsal entegrasyonun sağlanmasına ciddi katkıda bulunmaktadır (Atalay ve ark., 2013).

Konu İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Doğaner & Balcı (2017) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada öğrencilerin serbest zamanlarında egzersize yönelme nedenlerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 780 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin serbest zamanlarında egzersize yönelme nedenlerinin başında egzersizi sevme, sağlığına önem verme ve sosyal bir çevre ve arkadaşlık ilişkisi geliştirme, farklı etkinliklere katılma, kendini güçlü hissetme ve hayatın karmaşık yapısından uzaklaşma gibi nedenlerin geldiği tespit edilmiştir.

Bulut ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinlik olarak spora yönelme nedenlerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya üniversitenin step-aerobik takımında da yer alan 5 kadın ve 3 erkek olmak üzere toplam 8 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin sportif rekreatif etkinliklere katılma nedenlerinin başında sosyalleşme amacının geldiği tespit edilmiştir.

Kaplan & Ardahan (2013) tarafından yapılan araştırmada serbest zamanlarında doğa sporlarına katılan bireylerin bu spor dallarına yönelme nedenlerinin incelenmesi amaçlanmış,

araştırmaya doğa yürüyüşü, dağcılık ve kaya tırmanışı etkinliklerine katılan 420 birey dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda katılımcıların serbest zamanlarında doğa sporlarına yönelme nedenlerinin başında doğayla bütünleşme, yeni beceriler edinme ve onları kullanma, sıkıntı ve stres atmak, sağlığı olumlu yönde geliştirme gibi nedenlerin geldiği tespit edilmiştir.

Özşaker (2012) tarafından yapılan çalışmada genç bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelme nedenlerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 328 üniversite öğrencisi katılmış, araştırmanın sonunda öğrencilerin refah düzeylerini yükseltmek amacıyla rekreatif etkinliklere katıldıkları bulunmuştur. Ardahan & Yerlisu-Lapa (2011) tarafından yapılan araştırmada açık alan rekreasyon faaliyetlerine katılan bireylerin rekreatif etkinliklere yönelme nedenlerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya bisiklet etkinliğine katılan 200 birey ile doğa yürüyüşüne katılan 600 birey katılmıştır. Araştırmanın sonunda katılımcıların açık alan rekreasyon faaliyetlerine doğayla bütünleşmek, sağlık, ilgi alanlarının olması, sağlık, sıkıntıdan ve monotonluktan kurtulmak gibi nedenlerle yöneldikleri tespit edilmiştir.

Yerlisu-Lapa & Ardahan (2009) tarafından Akdeniz Üniversitesi öğrencileri üzerinde yürütülen çalışmada öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 1138 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda pasif etkinliklere katılan öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılım nedenlerinin başında eğlenmek, arkadaşlarıyla birlikte olmak ve rahatlamak gibi nedenlerin geldiği, aktif rekreatif etkinliklere katılan öğrencilerin ise egzersiz yapmak ve sağlık düzeyini yükseltmek gibi nedenlerle rekreatif etkinliklere yöneldikleri bulunmuştur.

Sonuç

Sonuç olarak, literatürde insanların serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerinin ele alındığı çalışmaların genellikle genç bireyler üzerinde yapıldığı görülmektedir. İnsanların serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerinin başında eğlenme, arkadaşları ile vakit geçirme, sağlığı geliştirme ve yeni beceriler kazanma gibi nedenlerin geldiği sonucuna ulaşılmıştır.

KAYNAKLAR

- Ardahan, F., & Lapa, T. Y. (2011). Açık alan rekreasyonu: Bisiklet kullanıcıları ve yürüyüşçülerin doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1327-1341.
- Atalay, A., Akbulut., K. & Yücel, A.S. (2013). Bireylerin sosyal algı ve sosyalleşme düzeylerinin gelişiminde rekreasyonel uygulamaların önemi. *Uluslararası Hakemli Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi*. 1(1), 18-29.
- Bulut, D., Üzüm, H., & Çelebi, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin sportif okul takımlarına katılım motivleri, beklentileri ve karşılaştıkları problemler. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(1-4), 13-21.
- Cengiz, B., Karaemas, D., Karayılmazlar, A. S., & Güler, K. E. (2018). MYO öğrencilerinin rekreasyonel eğilim ve taleplerinin belirlenmesi: Bülent Ecevit Üniversitesi Çaycuma Yerleşkesi Örneği. *Bartın Orman Fakültesi Dergisi*, 20(2), 163-175.
- Çuhadar, A., Yusuf, E. R., Demirel, M., & Demirel, D. H. (2019). Bireyleri rekreasyonel amaçlı egzersize motive eden faktörlerin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 153-161.

- Çuhadar, A., Demirel, M., Er, Y., & Serdar, E. (2019). Lise öğrencilerinde boş zaman yönetimi ve gelecek beklentisi ilişkisi. *Journal Of International Social Research*, 12(66), 1-8.
- Doğaner, S., & Balcı, V. (2017). Ankara üniversitesi öğrencilerinin serbest zamanlarında egzersize katılma sıklıkları ve nedenleri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(3), 119-128.
- Er, Y., Çuhadar, A., Demirel, M., Şentürk, A., & Kubat, R. (2019). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sportif güdülenme kaynaklarının farklı değişkenlere göre incelenmesi*. 4.Uluslararası Avrasya Spor Eğitim ve Toplum Kongresi, 6-8 Aralık 2019, Denizli, Türkiye.
- Eraslan, M., & Hekim, M. (2015a). *Yaşlı bireylerde fiziksel aktiviteye katılımın psikolojik ve fonksiyonel özellikler üzerine etkilerinin incelenmesi*. VIII. Ulusal Yaşlılık Kongresi, 16-18 Nisan 2015, Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Eraslan, M., & Hekim, M. (2015b). *Özel eğitime muhtaç çocuklarda psiko-motor ve psiko-sosyal gelişimin desteklenmesinde spora katılımın önemi*. VII. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi, 28-31 Mayıs, Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Güngörmüş, H. A. (2007). *Özel sağlık-spor merkezlerinden hizmet alan bireyleri rekreasyonel egzersize güdüleyen faktörler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hekim, Ö., Er, Y., & Kılıçman, İ. (2019). *Beden eğitimi ve spor bölümünde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin spora katılım motivasyonlarının incelenmesi*. 2. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, 10-13 Mayıs, 2019, Bodrum, Türkiye.
- Hekim, M., & Eraslan, M. (2015a). *Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Rekreatif Tercihlerinin İncelenmesi (Ağlasun Meslek Yüksekokulu Örneği)*. III. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, 5-7 Kasım 2015 Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Hekim, M., & Eraslan, M. (2015b). *Ortaöğretim öğrencilerinin rekreatif tercihlerinin göre incelenmesi (Burdur USO Anadolu Lisesi Örneği)*. III. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, 5-7 Kasım 2015 Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Hekim, M., & Eraslan, M. (2015c). *Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin rekreatif tercihlerinin incelenmesi (Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Örneği)*. III. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, 5-7 Kasım 2015 Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Hekim, M., & Tokgöz, M. (2017). *Ortaokul ve ortaöğretim öğrencilerinin serbest zaman tercihlerinin karşılaştırılması (Isparta İli Örneği)*. Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi, 23-26 Kasım 2017, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Hekim, M., & Tokgöz, M. (2017). *Ortaöğretim öğrencilerinin serbest zaman tercihlerinin cinsiyet değişkenine göre incelenmesi (Isparta İli Örneği)*. Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi, 23-26 Kasım 2017, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Hekim, M., Tokgöz, M., & Yüksel, Y. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Tercihlerinin Fakülte Türü Değişkenine Göre İncelenmesi. Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*, 4(3), 1-12.
- Jensen, C. R. & Guthrie, S. (2006). *Outdoor Recreation in America (6th ed.)*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon*. 6. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaşah, B. (2017). Kentsel ve kırsal rekreasyon alanlarına yönelik kullanıcı tercihlerinin belirlenmesi 'Artvin kenti örneği'. *Bartın Orman Fakültesi Dergisi*, 19(1), 58-69.
- 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.

- Kiper, T. (2009). Namık Kemal Üniversitesi ziraat fakültesi (Tekirdağ) öğrencilerinin rekreasyonel eğilim ve taleplerinin belirlenmesi. *Tekirdağ Ziraat Fakültesi Dergisi*, 6(2), 191-201.
- Kurar, İ., & Baltacı, F. (2014). Halkın boş zaman değerlendirme alışkanlıkları: Alanya Örneği. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(2), 39-52.
- Şahin, C. K., Akten, S., & Erol, U. E. (2011). A study to determine recreational participation tendency of the eğirdir vocational school students. *Artvin Çoruh Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 10(1), 62-71.
- Müderisoğlu, H., & Uzun, S. (2004). Abant izzet baysal üniversitesi orman fakültesi öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 2, 108-121.
- Okuyucu, C., Ramazanoğlu, F., & Tel, M. (2006). Çevresel faktörlerdeki değişimin serbest zaman faaliyetlerine etkileri. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 40-44.
- Öztürk, Y. (2018). Boş zaman, rekreasyon ve turizm kavramları arasındaki ilişkinin karşılaştırmalı bir analizi. *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*, 1(2), 31-42.
- Özşaker, M. (2012). Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 126-131.
- Torkildsen, G. (1993). *Leisure and recreation management*. London: Spon Press.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management*. London and Newyork: Taylor and Francis Group.
- Yerlisu-Lapa, T., & Ardahan, F. (2009). Akdeniz üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve değerlendirme biçimleri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 20(4), 132-144.

EXTENDED ABSTRACT

In defining of the term recreation, while many recreation theory is characterizing play and recreation as one and the same, others claim that there are different concepts and claim that recreation is an adult activity and play is a child activity (Torkildsen, 1993). The word recreation is derived from the Latin word recreare, which means re-creation and renewal. In the following period, it was explained in different words as “revitalization of spiritual power or spirit, reborn”. Recreation literally expresses a renewal experience, escape from daily routine, revival and change (Jensen & Guthrie, 2006). Within the scope of the definition, the effect of recreation is expressed, especially on revival and renewal. For this reason, while recreation is being expressed, it is limited as an activity that renews people for work (Torkildsen, 2005; Akt. Öztürk, 2018).

Recreation can be characterized as any kind of mental, spiritual, social and physical activities performed by individuals in their spare time, which serve a specific purpose, are based on personal satisfaction and volunteering, can not be transferred to other individuals, revitalizing and giving happiness to the individual, passively and actively. (Güngörmüş, 2007). Recreation activities are not basically aims, but it is a tool that individuals use to increase living standards, to improve their health and physical condition, to change their approach to nature and to increase their motivational qualities (Reader et al., 2006: 43). People tend to recreational activities with different motivational goals. In the studies in the literature, it has been reported that there are some factors affecting the motivation of people to participate in recreation activities (Çuhadar et al., 2019a; Çuhadar et al., 2019b; Hekim et al., 2019; Er et al., 2019).

People enjoy relaxing and spending time with their loved ones in the remaining time in business. Therefore, time periods which is apart from working time are extremely important for people. Particularly, the desire of people who live in big cities to escape from crowded urban life has caused people to tend to recreation activities (Kuş et al., 2011). According to Müderrisoğlu & Uzun (2004), under the serious tendency of individuals to recreation activities in the period we live, technological advances make human life easier, the routine life style increases with each passing day, the population becomes crowded and the places become tiring, as a result of these, increasing of desire of entertainment and resting in people takes part.

It is seen that participation in leisure time activities positively affects human health in many ways, and participation in activities involving physical activity is beneficial for health. The findings of the research support this opinion (Eraslan & Hekim, 2015a; Eraslan & Hekim, 2015b; Kaplan & Ardahan, 2013). At this point, it can be said that participation in physical recreation activities has positive effects on human health. In the literature, it is seen that it is limited study of participation in leisure activities was handled and on the contrary, the study of causes of participation in leisure activities preferences were handled (Yerlisu-Lapa & Ardahan, 2009; Hekim & Eraslan, 2015a; Hekim & Eraslan, 2015b; Hekim & Eraslan, 2015c; Kurar & Baltacı, 2014). Within the scope of this study constructed, it is aimed to investigate the causes of people's participation in leisure activities.

In the study conducted by Doğaner & Balcı (2017) on university students, it was aimed to investigate the reasons for students to exercise in their free time and 780 university students participated in the study. At the end of the study, it was determined that the main reasons for students tend to exercise in their free time were to like exercise, to care for their health and to develop a social environment and friendship relationship, to participate in different activities, to feel strong and to distance from the complex structure of life.

In the research conducted by Bulut et al. (2016), it was aimed to investigate the causes of university students to tend to sports as a recreational activity, and participate a total of 8 students, including 5 women and 3 men which took part in the step-aerobic team of the university. At the end of the study, it was determined that the main reason for participating in sport recreation activities was socialization.

In the research conducted by Kaplan & Ardahan (2013), it was aimed to investigate the causes of individuals participating in sports in their free time towards these sports branches and 420 individuals who participated in hiking, mountaineering and rock climbing activities were included in the study. At the end of the research, it was determined that the main reasons for the participants to tend to extreme sports in their free time were integration with nature, acquiring and using new skills, relieving distress and stress, and improving health in a positive way.

In the research conducted by Özşaker (2012), it was aimed to investigate the causes of the inclination of young individuals to leisure activities, 328 university students participated in the study and at the end of the study, it was determined that the students participated in recreational activities in order to increase their welfare levels. In the study conducted by Ardahan & Yerlisu-Lapa (2011), it was aimed to investigate the causes of individuals participating in outdoor recreation activities towards recreational activities, 200 individuals who participated in bicycle activity and 600 individuals who participated in hiking participated in the study. . At the end of the research, it was determined that the participants

were directed to the outdoor recreation activities due to integration with nature, health, having interests, health and getting rid of boredom and monotony.

The study conducted by Yerlisu-Lapa & Ardahan (2009) on Akdeniz University students, it was aimed to investigate the reasons for their participation in leisure activities and 1138 students participated in the study. At the end of the study, it was found that at the helm of participating in recreation activities of students participating in passive activities is like to have fun, to be with friends and to relax with their friends, and to increase their health level.

As a conclusion, it is seen that when in the literature that studies on the reasons for participation in leisure activities of people are handled, it is generally conducted on young individuals. It was concluded that the main reasons for people to participate in leisure activities were entertainment, spending time with friends, improving health and gaining new skills.