



Sportif Rekreasyon Aktivitelerine Katılan Üniversite Personelinin İş Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi*

Elif AYDIN¹ Sefa Şahan BİROL¹ Veysel TEMEL¹

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, KARAMAN.

Özet

Bu araştırma; Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan üniversite personelinin İş Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi ve çeşitli değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Araştırma grubunu üniversite içi sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 122 üniversite personeli oluşturmaktadır. Araştırma da “Minnesota İş Doyum Ölçeği” ve “Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin çözüm ve yorumlanmasında, non-parametrik testler kullanılmıştır. Araştırmanın sonucu olarak, katılımcıların boş zamanların yeterli olduğu, katılımcıların boş zamanlarını çoğunlukla sportif ve sosyal aktivitelere katılarak değerlendirdikleri, bunun yanı sıra, iş doyum düzeyleri ve sürekli kaygı düzeylerinin düşük, durumluk kaygı düzeylerinin ise yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İş Doyumu, Kaygı, Rekreasyon, Üniversite

The determination of job satisfaction and anxiety level of university staff attending sportive recreative activities*

Abstract

This research was done with the aim of determination of the level of job satisfaction and anxiety and to state whether differentiation or not according to various variables of the University' staff who participate sportive recreative activities which in sports festival of Karamanoğlu Mehmetbey University. In this qualitative study, the research group consists of 122 university' staff. At the research, the Spielberger State and Trait Anxiety Questionnaire and the Minnesota Job Satisfaction Questionnaire, as well as demographic information questions was used. Non-parametric tests were used to analyze and comment the data. As a result of study, leisure time of participants is sufficient, participants mostly evaluate their leisure times with sportive and social activities, and also, participant's job satisfaction and state anxiety levels were low on the contrary level of trait anxiety were high were identified.

Keywords: Job Satisfaction, Anxiety, Recreation, University

* Bu araştırma, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Komisyonunca kabul edilen 34-M-16 nolu proje kapsamında desteklenmiştir.

1. Giriş

Bireyin yaşamındaki önemli sosyal ortamlardan birini işi oluşturur. İş hem bireysel hem de toplumsal bir etkinlik olarak, insan yaşamında belirleyici bir nitelik taşır. İş, bireyin yaşamını sürdürebilmesi için gereksinim duyduğu geliri elde etmesini, kendisini bağımsız ve mutlu hissetmesini ve yaşamdan doyum almasını sağlayan bir olgu olarak görülmektedir (Gill, 1999; Şahin, 2013).

İş doyumunu, bir çalışanın, genel olarak işine bakışı ifade etmektedir (Robbins, 1991). İş doyumunu, iş görenlerin önemli olarak gördükleri şeyleri, işlerinden ne kadar elde ettiklerine ilişkin algılarının bir sonucudur (Luthans, 1995). İş doyumunu, basit bir ifadeyle bir iş görenin işi ile ne kadar mutlu olduğunun göstergesidir (Vieira, 2005).

İş doyumunu, bir alt yaşam alanı olarak, bireylerin yaşam doyumlarını doğrudan etkileyen bir kavramdır. İnsanı geliştirme, doyumlu kılma, zenginleştirme çabası, tarih boyunca öncelikli olarak dikkate alınan bir etkinliktir. Bireyin iş ortamında yetenek, beceri, ilişki gibi özelliklerinin geliştirilmesi; onun yaşamını anlamlı ve değerli bulmasında önemli etkindir (Keser, 2005). Çalışanların işleriyle ilgili

olumlu ve olumsuz duygu, düşünce içinde olmaları onların işleriyle ilgili doyum durumlarını açıklamaktadır (Dikmen, 1995; Yavuzer ve Çivilidağ, 2014).

Solmuş (2004) iş doyumunu ile ilgili olarak yapılan tanımların temel olarak üç ortak noktası bulunduğunu ifade etmiştir. Bunlar şu şekilde açıklanabilir (Eğinli, 2009):

- İş doyumunu, çalışanın işe ilişkin sübjektif ve içsel duygularını ifade eder, genel olarak gözlenemez ancak kişinin davranışlarından anlaşılabilir.
- İş doyumunu, çalışanın elde etmek istediği ya da hak ettiğine inandığı ödüllere ulaştığı ya da beklentilerinin ötesinde kazanımlar elde ettiği durumda yaşanır.
- İş doyumunu, birbirlerinden ayrı ama birbiri ile ilgili birkaç tutum objesini kapsamaktadır

İş hayatında, idealindeki işi yapan, temel insani ihtiyaçlarını karşılayacak ücreti alan, arzu ettiği imkânlarla sahip olan bireyler maddi ve manevi doyumunu sağladığı için, huzurlu ve mutlu olmaktadır. Oysa idealindeki işi yapamayan, ihtiyaçları karşılanmayan ya da göz ardı edilen bireyler olumsuz bir tutum içerisine girmektedirler. İş yaşamı ile ilgili olarak hissedilen bu tutum zaman içerisinde yaşam

doyumunu da etkileyebilmektedir (Çevik ve Korkmaz, 2014). İş görenin işinden tatmin olması hem kendisi hem de örgütü açısından büyük önem taşır (Karcioğlu ve Akbaş, 2010). Çünkü iş doyumunu düzeyi yüksek olan bireyler, işleriyle ilgili olumlu duygu, tutum ve davranışlara sahip olurlar ve kaygı taşımazlar (Robbins ve Judge, 2012).

Kaygı sözcüğünün kökü eski Yunanca'da "anxietas" olup sözcük, endişe, korku, merak anlamına gelmektedir (Kaya ve Varol, 2004). Kaygı, kişinin tehlikeyle baş etmesine yardım eden uyum sağlayıcı bir mekanizma, temel bir insani duygu ve çok yönlü bir duygu durumu olup; bilimsel öğeleri, öznel duyguları, fizyolojik belirtileri ve davranışları içermektedir (Tektaş, 2014). Kaygı, tehdit edilen, meydan okunan bir ortamda, bireyin kendisini yetersiz görmesidir. Kaygı, olaylar tarafından oluşturulmaz, kişilerin mantıksız inançları kaygıya sebep olur. Yani önemli olan o duruma yüklenen anlamdır (Wilde, 1995) Alan yazında, işe yönelik doyumсуzluğun pek çok psikosomatik rahatsızlığa ve kaygıya neden olduğu yer almaktadır (Zalewska, 2011). İşle ilişkili doyumсуzluk, aynı zamanda ılımlı kaygıdan yoğun kaygıya varıncaya kadar değişik derecede kaygı yaratabilmektedir (Köknal, 1989).

Günlük yaşamda kaygı, insanı bazen dürtüleyerek yaratıcı ve yapıcı davranışlara teşvik eder bazen de yaratıcı ve yapıcı davranışları engeller ve huzursuzluk yaratır. Genel anlamda bireyin çevresinde yaşanan ve psikolojik olaylara karşı göstermiş olduğu bir tepki olarak tanımlanan kaygı, belirli şartlarda evrensel ve olağan kabul edilir. Kaygının hoş olmama özelliği, kaygıyı olumsuzlaştırmış ve kaygının normal davranışlardan çok normal olmayan davranışlar grubunda ele alınmasına neden olmuştur. Kaygı, hem normal hem de patolojik insan davranışlarında önemli bir yere sahiptir, bu nedenle kaygı psikolojide çok yaygın olarak incelenen kavramlardan biri haline gelmiştir (Başarı, 1990).

Kendisi ve çevresiyle bir bütün olan birey, zaman zaman var olan düzeni içerisinde, bütünlüğünün ve uyumunun sektesine uğradığı birtakım sıkıntılar ile karşılaşır. Özellikle de küreselleşme ile değişim dünyayla beraber bireyler, kendilerini doğrudan etkileyen psikolojik sorunlarından daha çok bahsetmeye başlamıştır. Korku, yalnızlık, depresyon, stres, sosyal fobi, tükenmişlik, yabancılaşma, rekabetçilik, benmerkezcilik, yalıtılmışlık gibi sorunlar bunlardan bazılarıdır (Tümlü ve Recepöglu, 2013).

Kaygı, durumluk ve sürekli olmak üzere iki açıdan ele alınabilir. Buna göre durumluk kaygı; belli bir zamanda öznel gerginlik, evham (kuruntu) duyguları ve otonom sinir sistemi uyarılması ile karakterize geçici bir duygusal durumdur. Dolayısıyla geçici ve kısa süreli olarak kabul edilen durumluk kaygı, belli bir koşulda tehlikeli ya da tehdit edici durumlara mücadele ederken söz konusudur. Sürekli kaygı ise, zaman içinde tezahür etmiş kaygı durumları olarak yansıtılan kaygı eğiliminde ve gelecekte yaşanabilecek kaygı olasılığında, göreceli olarak sabit bireysel farklılıklardır ve devamlı bir kişilik özelliğidir (Spielberger, 1972).

Çağımızın tekdüze günlük yaşamı içerisinde insanların yaşam zorunlulukları dışında kalan zamanlarını değerlendirmeleri sağlıklı kalabilmeleri için çok önemlidir. Teknolojik gelişmeler neticesinde çalışma saatleri giderek azalmakta, kişilerin kendilerine daha çok zaman ayırabilmeleri mümkün olmaktadır. Bu noktada sporun büyük bir işlevi vardır. Boş zamanların sportif aktivitelerle

değerlendirilmesi, teknoloji ve şehirleşmenin birey ve toplum üzerinde meydana getireceği gerilimi önlemek için önerilmektedir (Ramazanoğlu, Altungül, Özer, 2004)

Bireyler, boş zamanlarını değerlendirmek, güçlenmek, kendini savunmak, sağlığını korumak vb. gibi sebepler etkisiyle sportif faaliyetlere yönelmektedir (Tel, Öcalan ve Yaman, 2000). Bireylerin yaşam kalitesi toplum içinde sağlanan boş zaman hizmetleriyle artar. Rekreasyon daha dolu ve anlamlı bir yaşam için bir araçtır (Tekin, Ramazanoğlu ve Tekin, 2004). Rekreasyon aktiviteleri içinde temeli fiziksel egzersize veya çeşitli spor branşlarının rekreatif amaçlı uygulanmasına dayanan ve rekreasyon aktivitelerinin büyük bir bölümünü oluşturan türüne sportif rekreasyon denmektedir. Sportif rekreasyonun temeli fiziksel egzersizdir (Zorba ve Bakır, 2004). Boş zamanın fiziksel egzersizle değerlendirilmesi açısından rahatlama ve dinlenmenin elde edilebilmesi için bu olumlu faydaların yapısının ve sebeplerinin iyi anlaşılması gereklidir (Tinsley ve Tinsley, 1986). Boş zamanların fiziksel egzersiz ve sportif aktivitelerle değerlendirilmesi, teknoloji ve şehirleşmenin birey ve toplum üzerinde meydana getireceği gerilimi önlemek veya oluşan stresi azaltmak için önemlidir (Tekin ve diğerleri, 2004). Spor, rekreasyonun en kapsamlı, çeşitli ve ilgi çeken alanlarından birini oluşturmaktadır. Spor ve rekreasyon karşılıklı olarak birbirlerini etkilemektedir. Spor insanların rekreatif gereksinimlerini karşılamada önemli bir hareket alanı sağlarken, rekreasyon da, sporun toplumsal yaygınlaşmasında ve sportif başarılar elde edilmesinde önemli roller üstlenmektedir. Spor bu rolünü genellikle herkes için spor veya sağlık için spor gibi etkinlik rollerini yerine getirerek gerçekleştirmektedir (Şahin, 1997). Bütün sporlar rekreasyon özelliği taşımaktadır. Sporlar oyunlardır ve günümüzde oyunların tüm çeşitleri oyuncular ve seyirciler için genellikle boş zaman faaliyetleridir. Oyuncular ve seyirciler oynadıkları oyunları son derece ciddi olarak görmektedirler (Roberts, York ve Brodie, 1988). Spor hobisi, kazanma veya geliştirme ve bilgi (yarışmacının en iyisini yaptığını düşünmesi gibi) edinme şartlarına bağlıdır. Böylelikle sporlar "sadece oyunlar" olarak görülmektedir. Sonuçlar daha geniş toplum kesimi için nadir olarak önemli bir noktadır. Bu özellikle, spor, ticaret, politika, askeri meseleler ve hatta aile hayatı durumlarından farklıdır (Lengkeek, 1993).

Yapılan araştırmalar, rekreasyon amaçlı sportif faaliyetleri tercih eden insanların sayısının, diğer faaliyetlere katılanların sayılarından daha fazla olduğunu göstermektedir. Bazı Avrupa ülkelerinde 1950'lerden beri boş zaman faaliyetleri içinde sporda artış gözlemlenmiştir. 1960-1970 ler spor dallarının yükselme yılları olmuştur. Hükümetler halkını boş zaman faaliyetlerinde özellikle spor yapmalarını teşvik etmiştir. Boş zamanın artmasıyla spora katılımı, kendi kendine yapılan spor faaliyetlerinde artış olmuştur. Boş zamanlarda sportif faaliyetlere aktif katılmayı tercih etme oranının yüksek olması, sporun kişisel ve toplumsal özelliklerinden kaynaklanmaktadır. Yine sportif faaliyetlere katılım kolaylığı, çalışma rahatlığı, her yaşın, her cinsin ve herkesin zevk ve isteklerine yanıt verebilecek tercih imkanı bulunmaktadır. Spor, çoğu rekreasyon formları arasında boş zamanın artmasıyla, yerini almıştır. Bununla beraber çalışma saatlerinin yoğunluğu ve diğer boş zaman faaliyetlerinin de etkisiyle rekreasyon sporu çok fazla da yaygınlaşmamıştır. Ve zamanla, "zamanı doldurmak" yerine "zamanı bulmak"

sorun haline gelmiştir. Ancak, boş zamanın artmasıyla birlikte özellikle kendi kendine yapılan spor faaliyetlerinde artış olmuştur. Kendi kendine yapılan sporlarda malzeme, yer, ulaşım ve kullanım ücreti olmadığı için katılımın artmasına yardımcı olmuştur (Ramazanoğlu ve diğerleri, 2004).

Güçlü büyüme veya düşüşlerden dolayı rekreasyon sporu yapanlar arasındaki yapısal farklılıklar, diğer sporcularda olduğu kadar artmıştır. Bu farklılıklar normal olarak halkın boş zaman değerlendirme anlayışını benimsemesini sağlamıştır. Rekreasyon sporu yapanlarla sporu spor için yapanlar arasındaki farklılaşma net olarak bilinmektedir. Çocukluğundan beri spor yapan kuşağın, özellikle ciddi olarak eğilim gösterdikleri oyunlar, onları tesadüfi katılımcılardan ayırmaktadır (Ramazanoğlu ve diğerleri, 2004). Rekreatif bir etkinlik olarak spora ilginin artması çeşitli toplumsal kurumları bu konuda organizasyonlar yapmaya yöneltmektedir. Böylece sporun tanıtılması ve yaygınlaşması da sağlanmaktadır (Ramazanoğlu ve diğerleri, 2004).

Bu çalışma ile, sportif rekreasyon etkinliklerine katılan üniversite personelinin bazı değişkenlere, göre iş doyum düzeyleri ve kaygı düzeylerinin tespit edilmesi hususunda bilgiye ulaşılabilecektir. Böylelikle araştırmadan elde edilecek verilere göre; olumlu veya olumsuz etkileri göz önüne alınarak, bu tarz organizasyonların üniversite personelinin iş doyumunu ile kaygı düzeylerine etkisinin olup olmadığı ve devamlılığının gerekliliğinin tartışılmasına imkân sağlayacağı düşünülmektedir.

2. Materyal ve metot

Araştırma, betimsel biçimde bir çalışmadır. Betimsel istatistik, bir değişkene ilişkin sayısal değerlerin toplanması, betimlenmesi ve sunulmasına olanak sağlayan istatistiksel işlemlerdir (Büyüköztürk, 2010). Araştırma grubunu; Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi (KMÜ) 2015-2016 Eğitim-Öğretim yılında spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 122 (Atletizm 2 kişi, Badminton 20 kişi, Basketbol 18 kişi, Futbol 40 kişi, Voleybol 8 kişi, Satranç 10 kişi ve Masa tenisi 24 kişi) üniversite personeli oluşturmuştur.

İlk olarak araştırmanın amacına ilişkin mevcut bilgiler, literatürün taranmasıyla sistematik bir şekilde verilmiştir. Böylece konu hakkında teorik bir çerçeve oluşturulmuştur. İkinci olarak, Spielberger, Gorsuch ve Lushene tarafından (1970), geliştirilen Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği ve Weiss, Davis, England ve Lofquist (1967) tarafından geliştirilen Minnesota İş Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek Baycan (1985) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır.

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi (KMÜ) 2015-2016 Eğitim-Öğretim yılında spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 122 üniversite personelinin kişisel özellikleri hakkında bilgi toplamak ve araştırmada inceleme konusunun bağımsız değişkenlerini oluşturmak amacıyla araştırmacı tarafından 8 sorudan oluşan bilgi formu hazırlanmıştır.

Minnesota İş Doyum Ölçeği

Araştırma kapsamında çalışanların iş doyumlarını ölçmek için Minnesota İş Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Weiss, Davis, England ve Lofquist (1967) tarafından geliştirilen ölçek

Baycan (1985) tarafından Türkçeye uyarlanarak geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. (Cronbach alfa = 0,77).

Minnesota İş Doyum Ölçeği 1-5 arasında puanlanan beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçek puanlamasında, Hiç memnun değilim; 1 puan, Memnun değilim; 2 puan, Kararsızım; 3 puan, Memnunum; 4 puan, Çok memnunum; 5 puan olarak değerlendirilmektedir. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Minnesota İş Doyum Ölçeği içsel, dışsal ve genel doyum düzeyini belirleyici özelliklere sahip 20 maddeden oluşmuştur.

1. Alt Boyut (İçsel doyum): 1, 2, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 11, 15, 16, 20 maddelerden oluşmuştur. Başarı, tanınma veya takdir edilme, işin kendisi, işin sorumluluğu, yükselme ve terfiye bağlı görev değişikliği gibi işin içsel niteliğine ilişkin tatminkârlıkla ilgili öğelerden oluşmaktadır. Bu boyutun maddelerinden elde edilen puanlarının 12'ye bölünmesi ile İçsel Doyum puanı elde edilmektedir.

2. Alt Boyut (Dışsal doyum): 5, 6, 12, 13, 14, 17, 18, 19 maddelerinden oluşmuştur. İşletme politikası ve yönetimi, denetim şekli, yönetici, çalışma ve astlarla ilişkiler, çalışma koşulları, ücret gibi işin çevresine ait öğelerden oluşmaktadır. Bu boyutun maddelerinden elde edilen puanların toplamının 8'e bölünmesi ile dışsal doyum puanı bulunur.

Genel doyum ölçekte bulunan tüm maddeler olan 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 numaralı maddeleri içermektedir. Ayrıca Minnesota İş Doyum Ölçeğinin başına katılımcılardan toplanmak üzere cinsiyet, yaş, unvan, iş deneyimi (kıdem) ve öğrenim durumu gibi demografik bilgiler kısmı eklenmiştir.

Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği

Spielberger, Gorsuch ve Lushene tarafından (1970), geliştirilen envanter, durumluk ve sürekli kaygı ölçen 20'şer ifadeli 2 alt ölçekten oluşmaktadır. Durumluk Kaygı Alt Ölçeği (STAI-S), bireyin belli bir anda ve belli koşullarda; Sürekli Kaygı Alt Ölçeği (STAI-T) ise, genellikle nasıl hissettiğini betimlemesini gerektirir. Envanter 4 noktalı ölçekler aracılığıyla cevaplanır. Durumluk Kaygı Alt Ölçeği maddelerinde ifade edilen duygu ve davranışlar, bu tür yaşantıların şiddet derecesine göre '(1) Hiç, (2) Biraz, (3) Çok ve (4) Tamamıyla' seçeneklerinden biri seçilerek belirtilir. Sürekli Kaygı Alt Ölçeği maddelerinde ifade edilen duygu ve davranışlar ise, sıklık derecelerine göre; '(1) Hemen Hiçbir Zaman, (2) Bazen, (3) Çok Zaman ve (4) Hemen Her Zaman' şeklinde işaretlenir. Her bir alt ölçekten alınan yüksek puanlar, kaygı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Envanterin orijinal formunun test-tekrar test ve Kuder-Richardson güvenirlik oranları sırasıyla, Durumluk Kaygı Alt Ölçeği için .16 - .54 ve .83 - .92; Sürekli Kaygı Alt Ölçeği için ise, .73 - .86 ve .86 - .92 şeklinde bulunmuştur (Öner ve Le Compte, 1998).

Veri Toplama Süreci

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi (KMÜ) 2015-2016 Eğitim-Öğretim yılında spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 122 üniversite personeline aktivite öncesi ulaşılarak veri toplama aracı yaptırılmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin çözüm ve yorumlanmasında Kruskal Wallis-H testi ve Mann Whitney-U testi kullanılarak anlamlılık $P < 0,05$

alınmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 21 (Statistical package for social sciences) paket programı kullanılmıştır.

3. Bulgular

Katılımcıların demografik özelliklerinden yaş değişkenine göre; 10 (%8,2)'u 18-25 yaş, 60 (%49,2)'i 26-33 yaş, 52 (%42,6)'si, 34 ve üzeri yaş aralığında oldukları, mezuniyet değişkenine göre; 58 (%47,5)'i lisans, 28 (%23,0)'i önlisans, 36 (%29,5)'si lisansüstü mezundur. Katılımcıların aylık gelir değişkenine göre 48 (%39,3)'i 2001-2000 TL, 62 (%50,8)'si 3001-4000 TL, 12 (%9,8)'si ise 4001 ve üzeri gelir durumuna sahip oldukları; katılımcıların babalarının öğrenim durumlarının 37 (%30,3)'sinin ilkökul, 48 (%39,3)'inin ortaokul, 37 (%30,3)'sinin ise lise mezunu, lisans ve üzeri mezunu olmadıkları, katılımcıların medeni

durum değişkenine bakıldığında 72 (%59,0)'sinin evli, 50 (%41,0)'inin bekar olduğu; katılımcıların annelerinin öğrenim durumlarının 15 (%12,3)'inin ilkökul, 43 (%35,2)'ünün ortaokul, 51 (%41,8)'inin ise lise, 13 (%10,7)'ünün lisans ve üzeri mezunu olduğu; katılımcıların boş zamanlarının yeterli mi değişkenine göre 47 (%38,5)'si yeterli, 75 (%61,5)'i kesinlikle yeterli cevabını verdikleri; katılımcıların boş zamanlarını nasıl değerlendirdikleri değişkenini ise 46 (37,7)'si sportif etkinliklere katılarak, 43 (%35,2)'ü sosyal etkinliklere katılarak, 33 (%27,0)'ü ise dinlenerek şeklinde belirtmişlerdir. Tablo 1'e bakıldığında durumluluk kaygı, süreklilik kaygı, içsel doyum, dışsal doyum ve genel iş doyum boyutlarının $P>0.05$ olduğu görülmektedir. Buda bize verilerin normal dağılıma uygun olduğunu göstermektedir.

Tablo 1. Sportif Rekreasyon Aktivitelerine Katılan Bireylerin Kaygı ve İş Doyumunu Gösteren One-Sample Kolmogorov-Smirnov Testi

	Durumluluk	Sürekli	İş doyum	İçsel doyum	Dışsal doyum
N	122	122	122	122	122
Mean	63,5984	48,3689	56,3197	35,6639	20,6557
Std. Deviation	11,89948	8,18000	15,19094	10,21958	6,03128
Kolmogorov-Smirnov Z	1,366	1,340	1,299	1,027	,856
P	,068	,065	,069	,242	,457

Tablo 2. Katılımcıların Genel Olarak İş Doyumu ve Durumluluk Kaygı, Süreklilik Kaygı Puanına İlişkin Sonuçları

	n	Ort.	Ss	Min	Max	Ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puan
İş doyum	122	35,6639	10,21958	12,00	58,00	0-100
Durumluluk	122	63,5984	11,89948	45,00	100,00	20-80
Sürekli	122	48,3689	8,18000	28,00	62,00	20-80

Tablo 2'ye bakıldığında iş doyum, durumluluk ve sürekli kaygı incelenmiştir. Katılımcıların iş doyum puanları $\bar{X}=35,66$ olarak bulunmuştur. Buna göre; iş doyum puanı $\bar{X}=35,66$ ile ölçekten alınabilecek değerler göz önüne alındığında (Ölçekten alınabilecek değer en düşük 0 en yüksek 100) ortalamanın altında olduğu anlaşılmaktadır. Buradan da katılımcıların iş doyum puanlarının düşük olduğu söylenebilir. Katılımcıların durumluluk kaygı puanları $\bar{X}=63,59$ olarak bulunmuştur. Buna göre; durumluluk kaygı puanı $\bar{X}=63,59$, ölçekten alınabilecek değerler göz önüne alındığında (Ölçekten alınabilecek değer en düşük 20 en yüksek 80) ortalamanın üstünde olduğu anlaşılmaktadır. Buradan da katılımcıların durumluluk kaygı puanlarının yüksek

olduğu söylenebilir. Katılımcıların sürekli kaygı puanları $\bar{X}=48,36$ olarak bulunmuştur. Buna göre; sürekli kaygı puanı $\bar{X}=48,36$, ölçekten alınabilecek değerler göz önüne alındığında (Ölçekten alınabilecek değer en düşük 20 en yüksek 80) ortalamanın altında olduğu anlaşılmaktadır. Buradan da katılımcıların sürekli kaygı puanlarının düşük olduğu söylenebilir.

Tablo 3'e bakıldığında, katılımcıların baba öğrenim durumu değişkenine göre iş doyum ($F=,062$, $p:0,940$), içsel doyum ($F=,021$, $p:0,979$), dışsal doyum ($F=,195$, $p:0,823$), ve durumluluk kaygı ($F=1,990$, $p:0,141$) düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmazken, sürekli kaygı düzeyinde ($F=4,330$, $p:0,015$) ilkökul ve lise ve üzeri baba öğrenim durumlarında anlamlı bir fark bulunmuştur.

Tablo 3. Katılımcıların Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre İş Doyumu ve Kaygı Ölçeği Puanına Ait F Testi Sonuçları

	n	\bar{X}	Ss	Sd	F	P-değeri	Fark
İş doyum	İlkökul	37	57,0541	16,84067	119	,062	,940
	Ortaokul	48	56,0417	13,26162			
	Lise ve +	37	55,9459	16,17430			
İçsel doyum	İlkökul	37	35,8919	11,23928	119	,021	,979
	Ortaokul	48	35,6875	8,95415			
	Lise ve +	37	35,4054	10,95054			
Dışsal doyum	İlkökul	37	21,1622	6,72274	119	,195	,823
	Ortaokul	48	20,3542	5,55625			
	Lise ve +	37	20,5405	6,03045			
Durumluluk	İlkökul	37	62,8378	11,21139	119	1,990	,141
	Ortaokul	48	61,7500	11,16892			
	Lise ve +	37	66,7568	13,11362			
Sürekli	İlkökul	37	45,7838	8,04203	119	4,330	,015
	Ortaokul	48	48,1667	9,05617			
	Lise ve +	37	51,2162	6,15600			

Tablo 4. Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Değişkenine Göre İş Doymu ve Kaygı Ölçeği Puanına Ait F Testi Sonuçları

		n	\bar{X}	Ss	Sd	F	P-Değeri	Fark
İş doymu	Fiziksel etkinliklere atılarak	46	54,5217	11,69186	119	5,043	,008	2-3
	Sosyal etkinliklere katılarak	43	61,8372	16,01626				
	Dinlenerek	33	51,6364	16,59785				
İçsel doyum	Fiziksel etkinliklere katılarak	46	35,0435	8,62285	119	4,110	,019	2-3
	Sosyal etkinliklere katılarak	43	38,8605	10,86844				
	Dinlenerek	33	32,3636	10,47860				
Dışsal doyum	Fiziksel etkinliklere katılarak	46	19,4783	4,98771	119	5,277	,006	2-3
	Sosyal etkinliklere katılarak	43	22,9767	5,70083				
	Dinlenerek	33	19,2727	6,97886				
Durumluk	Fiziksel etkinliklere katılarak	46	59,2174	10,71844	119	6,475	,002	1-2
	Sosyal etkinliklere katılarak	43	67,8837	12,20111				
	Dinlenerek	33	64,1212	11,22151				
Sürekli	Fiziksel etkinliklere katılarak	46	45,7826	8,45882	119	3,964	,022	1-2
	Sosyal etkinliklere katılarak	43	50,2791	6,52951				
	Dinlenerek	33	49,4848	8,97956				

Tablo 4'e bakıldığında, katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme durumlarına göre iş doymu ($F=5,043$, $p:0,008$), içsel doyum ($F=4,110$, $p:0,019$) ve dışsal doyum ($F=5,277$, $p:0,006$) değişkenlerinde sosyal etkinliklere katılarak ve dinlenerek değişkenleri arasında, durumluk kaygı ($F=6,475$ $p:0,002$) ve sürekli kaygı ($F=3,964$, $p:0,022$) düzeylerinde ise fiziksel etkinliklere katılarak ve sosyal etkinliklere katılarak değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur.

4. Sonuç

Sportif rekreasyon aktivitelerine katılan üniversite personelinin çoğunluğunun 26 ve üzeri yaş grubuna sahip olmasında, bireylerin yaşları arttıkça hem boş zamanlarını kaliteli bir şekilde değerlendirmeyi, hem de sportif rekreatif faaliyetlere katılarak sağlıklarını korumayı istemelerinin etkili olduğu söylenebilir. Bu sonuç, Tütüncü ve ark. (2011)'nin çalışma bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Katılımcıların çoğunluğunun boş zamanlarını sportif ve sosyal aktivitelere katılarak değerlendirmelerinin nedenini, diğer bireylerle etkileşim içerisinde bulunabileceği ortamların temelinin sportif ve sosyal aktiviteler oluşturduğu için bu tür aktiviteleri tercih ettikleri şeklinde yorumlanabilir. Tezcan (2007)'in çalışmasına göre; günümüzde, çalışanların ve ailelerinin yaşam standartlarının ve refah düzeylerinin yükseltilmesi amacıyla, iş yeri ve çalışma koşullarının iyileştirilmesi, çalışma saatlerinin azaltılması ve boş zamanın artırılması pek çok ülkenin sosyal hedefi olmuştur. Diğer taraftan bilim ve teknoloji hızla geliştikçe, buna ilaveten toplu üretime geçildikçe, çalışanlar farklı işler yapmak yerine tek düze ve monotonlaşan görevleri gerçekleştirmeye başlamışlardır. Bu nedenle iş veriminde düşüşler görülmektedir. Çalışanları bu tür sıkıntı ve monotonluktan uzaklaştırmak ve işyeri içindeki iletişimi güçlendirmek için, günümüzde endüstriyel kuruluşlarda çeşitli rekreasyon programları uygulamaktadırlar. Suiçmez (2000)'in çalışmasında ise, belirtmiş olduğu boş zamanların aktif ve etkin bir şekilde değerlendirilmesi çalışan nüfusun iş saatleri dışında karşılaşacağı can sıkıntısı ile savaşıma ve böylece kişisel ve toplumsal mutluluk duygusunu elde etmek gibi değerlere önem kazandıracığı yorumu, boş zamanlarını dinlenmek yerine sportif ve sosyal aktivitelere katılımı değerlendirildiğini tespit ettiğimiz çalışma sonucumuzla paralellik göstermektedir.

Katılımcıların iş doyumlarının düşük olmasında idealindeki işi yapamamasının, aldığı ücretin yaşam kalitesi yükseltmek adına yeterli olmaması ve bunlardan kaynaklı zaman içerisinde olumsuz bir tutum içerisinde bulunması şeklinde açıklayabiliriz. Şahin (2013)'in çalışmasındaki, ücret ve yönetim alt boyutlarındaki sıkıntılardan ötürü çalışanların genel iş doyumlarının kısmen düzeyde olmasından dolayı düşük bulunması çalışma bulgularımızı destekler niteliktedir.

Sürekli kaygı düzeylerinin düşük olmasını, devlet memuru statüsünde çalışıyor olmasından kaynaklı maddi açıdan gelecekle ilgili bir endişe duymuyor olmalarıyla ve yaşamış oldukları rutin hayat şartlarıyla ilişkilendirebiliriz. Durumluk kaygı düzeylerinin yüksek çıkmasının ise; müsabaka öncesinde katılacakları sportif rekreasyon aktivitelerinin sonucunun belli olmayışı ve sonucun kendisi için önemli olabileceğinden dolayı olduğu düşünülmektedir. Koç (2014)'un çalışmasındaki, durumluk kaygısının müsabakalar öncesinde ve sonrasında sporcular için önemli bir kaygı türü olabileceği sonucuna çalışmamızla paralellik göstermektedir.

Katılımcıların baba öğrenim durumu değişkenine göre sürekli kaygı düzeylerinde; babasının öğrenim durumu ilkökul ile lise ve üstü olanlar arasında fark anlamlı bulunmuştur. Bunun nedeni olarak, ilkökul mezunu bir bireyle lise ve üzeri bir öğrenim düzeyine sahip birey arasında yaşamla ilgili duyulan kaygıda farklılık olabileceği düşünülmektedir. Böyle bir baba profiliyle yetişen bir bireyde de aynı seviyede bir kaygının olabileceğinden söz edebiliriz.

Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme değişkenine göre, iş doymu, içsel ve dışsal doyum, düzeylerinde, sosyal aktivitelere katılanların boş zamanlarını dinlenerek değerlendirenlere göre iş doymu daha tespit edilmiştir. Bunun nedenini, sosyal aktivitelere katılan bireylerin iş yerindeki arkadaş çevresi ve aynı iş yerinde çalışan yeni bireylerle tanışma fırsatı olarak değerlendirdiği şeklinde yorumlayabiliriz.

Fiziksel aktiviteye katılan bireylerin buldukları aktivite esnasında sürekli bir performans harcama durumuyla karşı karşıya bulunması ve o sportif aktivite dışında başka bir şeye odaklanmıyor olması, durumluk ve sürekli kaygı düzeyinin sosyal aktivitelere katılanlara nazaran daha düşük olmasını açıklar niteliktedir.

Kaynaklar

- Başarır, D. (1990). Ortaokul son sınıf öğrencilerinde sınav kaygısı, durumluk kaygı, akademik başarı ve sınav başarısı arasındaki ilişkiler. Yüksek Lisans Tezi, H. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Baycan, A. (1985) An Analysis of Several Aspects of Job Satisfaction Between Different Occupational Groups, Boğaziçi Üniversitesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul
- Büyüköztürk,Ş.(2010). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Çevik, N.K., Korkmaz, O. (2014) Türkiye’de Yaşam Doyumu ve İş Doyumu Arasındaki İlişkinin İki Değişkenli Sıralı Probit Model Analizi. Niğde Üniversitesi İ.İ.B.F. Dergisi, 7(1).
- Dikmen, A. A. (1995) İş Yaşamı ve Yaşam Doyumu İlişkisi. Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi, 3.
- Eğinli, A.T. (2009). Çalışanlarda İş Doyumu: Kamu ve Özel Sektör Çalışanlarının İş Doyumuna Yönelik Bir Araştırma. Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 23(3).
- Gill, F. (1999). The Meaning of Work: Lessons From Sociology, Psychology and Political Theory. Journal of Socio-Economics, (28)6.
- Karicioğlu, F., Akbaş, S. (2010). İşyerinde Psikolojik Şiddet ve İş Tatmini İlişkisi. Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 24(3).
- Kaya, M. ve Varol, K. (2004). İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği). Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 17; 31-63.
- Keser, A. (2005) İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama. Çalışma ve Toplum, 4.
- Koç, İ.Y. (2014). KPSS’ye Hazırlanan Öğretmen Adaylarının Öğrenme Stilleri İle Sınav Kaygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Köknel Ö. (1989), “Genel ve Klinik Psikiyatri”, Nobel Kitapevi, İstanbul.
- Lengkeek, J. (1993). Collective and Private Interest in Recreation-the Dutch Case: Leisure Studies, The Netherlands, 7-32.
- Luthans, F. (1995) Organizational Behavior. (7th. Ed.), İstanbul: Literatür Yayıncılık.
- Öner, N. ve Le Compte, A.,(1998), Süreksiz Durumluk/Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı. İstanbul: 2.Basım, Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Ramazanoğlu, F., Altungül, O., Özer, A. (2004). Sportif Açıdan Rekreasyon Etkinliklerinin Değerlendirmesi. Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları, 177-178.
- Robbins, S.R. (1991) Organizational Behavior: Concepts, Controversies and Applications. New Jersey: Prentice-Hall, 130, 76.
- Robbins, S. P., Judge, T.A. (2012). Örgütsel Davranış. (Çev. İ. Erdem). Ankara: (14. Baskı). Nobela.
- Robers, K., York C.S., Brodie D.A. (1988). Participant Sport in the Commercial Sector. Leisure Studies, 7, 145-157.
- Solmuş, T. (2004). İş Yaşamında Duygular ve Kişilerarası İlişkiler, Psikoloji Penceresinden İnsan Kaynakları Yönetimi, İstanbul: Beta Yayınları.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R.L., and Lushene. R.E. (1970). Manual for the State-Trait Anxiety Inventory. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Spielberger, Charles D. (1972), Anxiety as an Emotional State, Current Trend in Theory and Research içinde, Spielberger, Charles D. (derl.), Vol. 1, New York: Academic Press, s.24-49.
- Suiçmez, H. (2000). Türkiye ve İngilteredeki Sportif Rekreasyon Yöneticilerinin Karakteristik Özellikleri. Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon, 85-87.
- Şahin, İ. (2013). Öğretmenlerin İş Doyumu Düzeyleri. YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi, 10(1).
- Tekin, A., Ramazanoğlu, F., Tekin, G. (2004). Fiziksel Egzersiz İçeren Serbest Zaman Aktiviteleri ve Stres İlişkisi. Sporda Sosyal Alanlar Seçme Konular 1 (Ed: Ramazanoğlu F.), Bıçaklar Kitapevi, Ankara, 86-87.
- Tektaş, N. (2014). Üniversite mezunlarının kaygı düzeylerinin incelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Dr. Mehmet YILDIZ Özel Sayısı; 243- 253.
- Tel, M., Öcalan, M., Yaman, M. (2000). Taekwondocuların Bu Sporu Tercih Etme Nedenleri ve Sosyo-Ekonomik Durumları. Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, Cilt:3, Sayı:3.
- Tezcan, N. (2007). Rekreasyon Etkinliklerinin Çalışanların Performansları Üzerine Etkilerinin İncelenmesi: (Kocaeli Trakya Birlik). Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya, 30-38.
- Tinsley, H., E., A., Tinsley, D. J.(1986). A theory of the attributes, benefits, and causes of leisure experience. Leisure Sciences, 1-45.
- Tümlü, G.Ü., Recepoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki, Yükseköğretim ve Bilim Dergisi, 3(3), 206.
- Tütüncü Ö., Aydın İ., Küçükusta D., Avcı N., Taş İ. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımını Etkileyen Unsurların Analizi, Spor Bilimleri Dergisi, 22(2), 80.
- Vieira J.A.C. (2005) Skill Mismatches And Job Satisfaction. Economic Letters, 89, 39.
- Yavuzer, Y., Çivilidağ, A. (2014) Sağlık Çalışanlarında İş Yerinde Mobbing İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Depresyonun Aracı Rolü. Düşünen Adam The Journal Of Psychiatry And Neurological Sciences, 27.
- Weiss, D. J., Dawis, R. V., England, G. W., & Lofquist, L. H. (1967) Manual of the Minnesota Satisfaction Questionnaire. Minneapolis: MN: The University of Minnesota Press.
- Wilde, J. (1995). Treating anger, anxiety, and depression in children and adolescents. United States of America: Taylor&Francis Ltd.
- Zalewska, Anna M. (2011). Relationships between anxiety and job satisfactionthree approaches: ‘Bottom-up’, ‘top-down’ and ‘transactional’. Personality and Individual Differences, 50(7), 977-986.
- Zorba, E., Bakır, M. (2004). Serbest Zaman Kavramı. Sporda Sosyal Alanlar Seçme Konular 1 (Ed: Ramazanoğlu F.), Bıçaklar Kitapevi, Ankara, 106-108.