TÜR Düzeltme
YAYIM 30 Aralık 2025

Düzce Üniversitesi Orman Fakültesi Ormancılık Dergisi
e-ISSN: 2148-7855

Düzeltme: Ceza İnfaz Kurumları Çalışanlarının Rekreasyon Faaliyetlerinin Yaşam Kalitesine Etkileri

İsmail Mesut Özdoğan*[1] ve Haldun Müderrisoğlu[2]

[1] Düzce Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Ekoturizm Anabilim Dalı, Düzce, Türkiye.
[2] Düzce Üniversitesi, Orman Fakültesi, Peyzaj Mimarlığı Bölümü, Düzce, Türkiye.

AÇIK ERİŞİM

*SORUMLU YAZAR
İsmail Mesut ÖZDOĞAN
mstozdogan@hotmail.com

TELİF HAKKI

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu. Bu, Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 (CC BY-NC) koşulları altında dağıtılan açık erişimli bir makaledir. Bu lisans, orijinal yazar(lar)a ve kaynağa uygun şekilde atıfta bulunulması, lisansa bir bağlantı sağlanması ve yapılan değişikliklerin belirtilmesi koşuluyla, ticari olmayan amaçlarla herhangi bir ortam veya formatta kullanıma, paylaşmaya, uyarlamaya, dağıtmaya ve çoğaltmaya izin verir.

Bu çalışma Düzce T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumunda çalışan personellerin rekreasyon faaliyetlerinin yaşam kalitesine etkilerini tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Ceza İnfaz Kurumlarında çalışan personeller kamunun diğer kurumlarında çalışan personellerin çalışma koşullarından zor, yorucu ve daha kısıtlı şartlarda görev yapmaktadır. Araştırmamıza Düzce T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumunda çalışan 222 personel katılmıştır. Çalışmaya katılan personellere onam formu doldurularak demografik özelliklerini tespit etmek için kişisel bilgi formu, rekreasyon aktivitelerine katılımlarını etkileyen motivasyon/engellerini içeren 5'li Likert tipi anket, Mutluluk ve yaşam kalitesi ölçeğinde, uluslararası literatür incelenerek Oxford Mutluluk anketi ve Kim, Woo ve Uysal 2015'de geliştirdiği yaşam kalitesi ölçeği kullanılmış, Düzce T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumunda 2023'ün Eylül ve Kasım aylarında görev yapmakta olan personellere uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda, genç ve öğrenim düzeyi yüksek olan personellerin rekreasyonel faaliyetlere daha fazla katıldığı ve mutlu oldukları bunun sonucunda da yaşam kalitelerini pozitif yönde etkilediği tespitine varılmıştır

ANAHTAR KELİMELER
ceza infaz kurumu, rekreasyonel faaliyet, yaşam kalitesi

Correction: Effects of Recreational Activities on the Quality of Life of Penal Institutions Employees

This study was conducted to determine the effects of recreational activities on the quality of life of the personnel working in Düzce T Type Closed Penal Execution Institution. Personnel working in Penal Execution Institutions work under difficult, tiring and more limited conditions than the working conditions of personnel working in other public institutions. 222 personnel working in Düzce T Type Closed Penal Execution Institution participated in our research. The personnel participating in our study were asked to fill out a consent form, a personal information form to determine their demographic characteristics, a 5-point Likert-type survey including motivation/obstacles affecting their participation in recreational activities, the Oxford Happiness survey by examining the international literature on the happiness and quality of life scale, and Kim, Woo and Uysal in 2015. The quality of life scale developed by him was used and applied to the personnel working in Düzce T Type Closed Penal Execution Institution in September and November 2023. As a result of the research, it was determined that young and highly educated personnel participate in recreational activities more and are happier, which in turn positively affects their quality of life.

KEYWORDS
penal execution institution, recreational activity, life quality

1. GİRİŞ

Rekreasyon aktiviteleri insanların boş zamanlarında iyi vakit geçirmek ve yenilenmek için gönüllü olarak bireysel veya grup halinde yaptıkları olumsuz etkileri olmayan aktiviteler olarak tanımlamaktadır (Shievers ve DeLisle, 1997). Rekreasyon, kişilerin mecburi olarak yapmaları gereken eylemler dışında kalan boş vakitlerinde, gönüllü olarak katıldıkları ve herhangi bir çıkar beklentileri olmadan gerçekleştirdikleri aktivitelerdir (Hazar, 2003). Rekreasyonla ilgili olarak literatür incelendiğinde rekreasyon aktivitelerinin değerlendirilmesi (Wang vd., 2013), spor ve fiziksel rekreasyona katılım (Long ve Hylton, 2014), boş zaman ve rekreasyonda kırsal bölgeler (Edwards ve Matarrita-Cascante, 2011), rekreasyon fırsatları (Pierskalla vd., 2004) gibi konularda gerçekleştirilmiş çalışmaların olduğu görülmektedir.

Karaküçük (2005); rekreasyon faaliyetlerinin dinlenme, gelişim ve eğlenme gibi üç temel fonksiyonu bulunduğunu ifade ederken, dinlenme fonksiyonu bireylerin uzun çalışma saatleri sonucu fiziksel ve zihinsel yıpranma etkilerini azaltmak için yapıldığını, gelişim fonksiyonunu bireylerin boş zamanlarını değerlendirmelerinde ortaya çıkacak olumlu veya olumsuz sonuçlar üzerinden incelerken (boş zamanın olumlu kullanılması bireysel gelişime destek için zemin hazırlarken, olumsuz kullanımı ise sıkılma, bunalma vb. durumlar yaratabilir), eğlenme fonksiyonunu ise bireylerin boş zamanlarında katıldıkları rekreasyon aktiviteleri ile hoş vakit geçirme ve mutlu olma olarak değerlendirmiştir.

Kişilerin serbest zamanlarının niceliğini yaş, cinsiyet, iş ve sosyal konum gibi faktörler belirlemektedir. Bu faktörler kişiden kişiye farklı karakterlidir ve çoğu kez birbiriyle çekişmektedir (Altunkasa ve Uzun, 1997; Müderrisoğlu ve Uzun, 2004),

Shookner (1997), yaşam kalitesinin tanımını; “bireyin ve toplumun gelişimini etkileyen, sosyal, sağlık, ekonomik ve çevre koşullarının etkileşimi” olarak belirlemektedir. Yaşam kalitesi, bireylerin yaşadığı çevre koşulları ve kendileriyle ilgili niteliklerinden oluşmaktadır.

Çeşitli meslek alanlarında yaşam kalitesi çalışmaları; bireysel refah araştırmaları, sağlıkla ilgili yaşam kalitesi çalışmaları ve kentsel yaşam kalitesi çalışmaları olmak üzere üçe ayrılabilir. Bu çalışmaların bireysel refah araştırmaları ve sağlıkla ilgili yaşam kalitesi çalışmaları bireylerle ilgili iken, kentsel yaşam kalitesi çalışmaları kişilerin yaşadığı mekân ve çevre ile ilgilidir (Van vd., 2003).

Dünya Sağlık Örgütü yaşam kalitesini, “Bireylerin içinde yaşadıkları kültür ve değerler sistemi içinde; amaçları, beklentileri, standartları ve kaygıları açısından, yaşamdaki pozisyonları algılaması” olarak tanımlamaktadır (World Health Organization Quality of Life Group 1998). Objektif ve subjektif olmak üzere iki açıdan yaşam kalitesi incelenmektedir (Aydıner, 2007). Objektif göstergeler; kişinin mali durumu, eğitim seviyesi, mesleği, sağlık durumu vb. iken; bireyin kendi bu tür imkânlardan almış olduğu tatmin/doyum ise subjektif göstergeleridir (Torlak ve Yavuzçehre, 2008). Bireyin ihtiyaçlarını karşılayabildiği; ruhsal, zihinsel ve kültürel açıdan kendi gelişimini tamamlamasıdır. Kısaca, kişinin hayatından memnun olmasıdır (Wish, 1986).

Mutluluk kişinin hissettiği duyguların pozitif yönlerinin negatif yönlerinden fazla olması yani yaşamdan almış olduğu doyum olarak adlandırılmıştır (Diener, 1984). Çalışanların mutluluğunu etkileyen kriterlerin neler olduğu ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde; demografik değişkenler, kişilik özellikleri, ücret, çalışma ortamı ve koşulları, çalışma arkadaşları, yöneticiler, insan kaynakları yönetimi politikası, kendini gerçekleştirme imkânı olması, gelişim imkanları, takdir ve ödüllendirme ve işe ilişkin pozitif algı olarak sınıflandırılabilir (Akduman, 2021).

Son zamanlarda iş yerlerinde rekreasyon kavramı gittikçe önem kazanmaktadır. Yurtdışında ve ülkemizde rekreasyonun olumlu etkileri hakkında birçok çalışma yapılmaktadır. Bununla beraber işletme içi rekreasyon çalışmaları yurt dışında birçok işletmede uygulanmasına karşın ülkemizde henüz bu çalışmalar yeterince önem kazanmamıştır. Yapılan çalışmalarda elde edilen bilgiler ışığında işletmelerin çalışanlara spor saatleri koyma zorunluluğu bulunmasına rağmen ülkemizde

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

birçok işletme rekreasyon çalışması yapmamaktadır. Bunun en önemli nedenlerinden biri rekreasyon kavramının yeterince bilinmemesi ve yararlarının anlaşılamamasıdır. Yapılan araştırmalarda spor ve sosyal etkinliklerin kişinin performansını olumlu yönde etkilediği anlaşılmaktadır (Tezcan, 2007).

Özellikle aşırı iş yükü, çevresel faktörler ile sosyal ve ekonomik problemlerin insanları bunalttığı günümüzde bireylerin basit ama eğlenceli faaliyetler içerisinde bulunarak fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan rahatlamaya çok ihtiyaçları olduğu bir gerçektir (Uzun vd., 2005). Kapalı ceza infaz kurumlarının yapıları ve personeller için çalışma koşulları da göz önüne alındığında rekreasyon faaliyetlerinin bu kurumlarda çalışan personeller için ne kadar önemli olduğu görülmektedir.

Bu çalışma, ceza infaz kurumları çalışanlarının rekreasyon faaliyetlerinin yaşam kalitesine etkilerini tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Ceza infaz kurumları kapalı ve açık olmak üzeri ikiye ayrılmaktadır. Çalışma Düzce T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu çalışanlarına yapılmıştır. Kapalı ceza infaz kurumu çalışanlarının mesai saatleri içerisinde sürekli kapalı alanda çalışmak zorunda olmaları kurum içerisindeki işleyişin aksamaması ve çalışanlardan verimli bir şekilde yararlanılması için çalışanların moral ve motivasyonlarının yüksek olması gerekmektedir. Mesai saatleri dışında yapmış oldukları rekreasyonel aktivitelere katılım sıklıklarının kişilerin mutluluk ve yaşam kalitesine etkilerinde elde edilen veriler sonucunda eksik görülen konuların tespit edilerek personellerin yapmadıkları veya yapamadıkları bu aktivitelere yönlendirilmesi ile mutluluk ve yaşam kalitelerinin arttırılması amaçlanmıştır. Belirlenen bu amaçlar sonucunda aşağıdaki hipotezlere cevaplar aranacaktır:

H1: Katılımcıların rekreasyonel aktivitelere katılım sıklıkları demografik özelliklerine göre farklılık göstermektedir.

H2: Katılımcıların rekreasyonel aktivitelere katılım sıklıkları motivasyon/engellere göre eğitim durumlarında farklılıklar göstermektedir.

H3: Katılımcıların meslekteki kıdem yıllarına göre rekreasyonel aktivitelere katılım sıklıkları arttıkça mutluluk düzeylerinin de arttığı görülmektedir.

H4: Katılımcılar arkadaşları ve aileleriyle yapılan aktivitelere daha sık katılım sağlamaktadırlar.

H5: Katılımcıların rekreasyonel etkinliklere katılımını etkileyen demografik özelliklerden genç yaştaki çalışanlar yaşlı çalışanlara oranla olumlu yönde etkilenmektedir.

2. MATERYAL VE YÖNTEM

Çalışmanın evrenini Adalet Bakanlığı Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğüne bağlı Düzce T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumunda 01.09.2023–01.11.2023 tarihleri arasında görev yapmakta olan 262 çalışandan aydınlatılmış onam formu okunarak onayı alınan 222 çalışan oluşturmaktadır.

Yapılan anket çalışmasında konu ile ilgili yapılan literatür araştırmalarında çalışmamıza katılan bireylerin demografik özelliklerini belirlemek için yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum, aktivitelere katılım tarzları ve meslekteki çalışma kıdem durumları ile rekreasyonel aktiviteleri ne sıklıkla tercih ettiklerini belirlemek ve rekreasyona katılımlarında etkili olan motivasyon/engellerini tespit etmek amacıyla 5'li likert tipi ölçekler tasarlanmıştır. Mutluluk ve yaşam kalitesi ölçeğinde, uluslararası literatür incelenerek Oxford Mutluluk anketi (Hills ve Argyle, 2002) ve yaşam kalitesi ölçeği (Kim, Woo ve Uysal, 2015) kullanılmıştır. Çalışanlara yapılan anket çalışması sonucunda elde edilen verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmasında Düzce Üniversitesinde kullanılan SPSS 22 IBM istatistik paket programı kullanılmıştır.

Elde edilen verilerin analizinde tek yönlü varyans analizi uygulanmış, $p<0,05$' ten küçük ve anlamlı olan verilerin farklarının açıklanabilmesi için Tukey testi kullanılmıştır.

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

Demografik özellikler ile Anova testinde ilişkili olduğu bulunan verilerin açıklanması için Tukey testi kullanılmıştır.

Mesai saatleri içerisinde çalışanların boş vakitlerinde cevaplayabilecekleri sorular ve daha fazla personele ulaşılabilecek olmasından dolayı yüz yüze anket çalışması tercih edilmiştir.

3. BULGULAR VE TARTIŞMA

Düzce T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu'nda çalışanlara ait demografik değişkenlerin yüzdelik ve frekans değerleri Çizelge 1'de gösterilmiştir. Demografik özellikler incelendiğinde, çalışmaya katılan çalışanların yaş aralıklarının en yüksek %50,5 (n=112) ile 25–35 yaş aralığındaki çalışanlardan oluştuğu, en düşük %1,8 (n=4) ile 19-24 yaş aralığındaki çalışanlardan oluştuğu görülmektedir. Cinsiyetlerine bakıldığında %89,6 (n=199) ile erkeklerin, %10,4 (n=23) ile kadın çalışanlardan fazla olduğu görülmektedir. Eğitim durumları incelendiğinde %60,8 (n=135) ile en fazla lisans, %4,1 (n=9) ile en düşük yüksek lisans/doktora mezunlarından oluştuğu görülmektedir. Çalışanların medeni durumlarına bakıldığında %79,7 (n=177) sinin evli, %20,3 (n=45) ünün bekarlardan oluştuğu anlaşılmıştır. Aktivitelere katılım tarzlarının tespit edilmesinde aile ile yapılan aktivitelere %47,3 (n=105) sinin evet dediği, bireysel aktiviteler %62,6 (n=139) si, arkadaşlarla yapılan aktiviteler %64 (n=142) ü ve grup halinde yapılan aktivitelere %92,3 (n=205) ünün ise hayır cevabını verdiği anlaşılmıştır. Çalışanların mesleki çalışma kıdem durumlarına bakıldığında cevapların en fazla %50,9 (n=113) unun 6-10 yıl arasında, en az ise %10,8 (n=24) inin 16 yıl ve üzeri hizmet yıllarında çalışanların olduğu ve kurumda çalışanların çoğunluğunu yeni personellerden oluştuğu saptanmıştır.

Çizelge 1. *Katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımı (n:222)*

Demografik Değişkenler			n	%
Yaş	1	19-24	4	1,8
	2	25-35	112	50,5
	3	36-49	96	43,2
	4	50-68	10	4,5
Cinsiyet	1	Erkek	199	89,6
	2	Kadın	23	10,4
Yeni Eğitim Durumu	1	Ortaokul ve Lise	39	17,6
	2	Önlisans	39	17,6
	3	Lisans	135	60,8
	4	Yüksek	9	4,1
Medeni Durum	1	Evli	177	79,7
	2	Bekar	45	20,3
Aktivite Bireysel	1	Hayır	139	62,6
	2	Evet	83	37,4
Aktivite Ailemle	1	Hayır	105	47,3
	2	Evet	117	52,7
Aktivite Arkadaşlarla	1	Hayır	142	64,0
	2	Evet	80	36,0
Aktivite Grup Halinde	1	Hayır	205	92,3
	2	Evet	17	7,7
Meslekteki çalışma kıdem durumu	1	0-5 Yıl	45	20,3
	2	6-10 Yıl	113	50,9
	3	11-15 Yıl	40	18,0
	4	16 Yıl ve üzeri	24	10,8

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

Çalışmaya katılan personellerin aktivite katılım yoğunluğuna baktığımızda ise; yakın çevre ile yapılan aktiviteler %38.7 (n=86) i ile entelektüel aktivitelere %30.6 (n=68) sının sık sık katıldıkları, doğada gerçekleştirilen aktiviteler %33.3 (n=74) ü, seyahat aktiviteleri %32 (n=71) si, sanat ve kültürel aktiviteler %32 (n=71) ve diğer bireysel yapılan aktivitelere %34.2 (n=76) ünün kısmen katıldıkları, gönüllü yapılan aktiviteler %33.3 (n=74) ü ile grup aktivitelerine %26.1 (n=58) sının az katıldıkları saptanmış olup; çalışanların genellikle yakın çevre ile yapılan ve entelektüel aktivitelere sık sık katıldıkları, gönüllü yapılan aktiviteler ile grup aktivitelerine az katıldıkları tespit edilmiştir (Çizelge 2).

Çizelge 2. *Çalışanların rekreasyonel etkinliklere katılımlarına yönelik bulgular (n:222)*

Rekreasyon Etkinliklerine Katılım Sıklığı	Hiç Katılmıyorum %	Az Katılıyorum %	Kısmen Katılıyorum %	Sık Sık Katılıyorum %	Her Zaman Katılıyorum %
Doğada Gerçekleştirilen Aktiviteler Doğada fotoğraf çekmek, bisiklete binmek, kamp yapmak, trekking, doğa aktiviteleri, dağ tırmanışı, kaya tırmanışı, rafting, mağaracılık vb.	12.6	26.1	33.3	18.9	9.0
Gönüllü Yapılan Aktiviteler Yaşlı ve bakıma muhtaç insanlara yardım, çevre temizliği, fidan dikmek, okul boyama vb.	27.0	33.3	27.5	5.9	6.3
Yakın Çevre ile Yapılan Aktiviteler Arkadaşların ve ailenle birlikte zaman geçirmek, pikniğe gitmek, TV izlemek, gazete okumak, vb.	1.4	7.2	18.9	38.7	33.8
Seyahat Aktiviteleri Yürüyüş ve gezinmek, motorla gezinmek ve seyahat etmek, yurtiçi ve yurt dışı turistik geziler, tatiller, vb.	4.5	15.3	32.0	27.0	21.2
Entelektüel Aktiviteler Kitap okumak, müzik dinlemek, film izlemek, dergi ve güncel haber okumak, vb.	6.3	14.0	21.6	30.6	27.5
Sanatsal ve Kültürel Aktiviteler Sergi, müze vs. gezmek, sinemaya gitmek, konsere gitmek, tiyatroya gitmek, festivallere katılmak, diğer sanatsal etkinlikler, vb.	13.5	27.9	32.0	15.8	10.8
Diğer Bireysel Yapılan Aktiviteler Çeşitli etkinlikler planlamak, hayvanlarla ilgilenmek, alış veriş yapmak, hobi faaliyetleri (El işi, örgü, maket vb.), Video oyunları, Seyirci olarak spor etkinliklerine katılmak vb.	8.1	19.4	34.2	23.0	15.3
Grup Aktiviteleri Futbol, Paintball, Voleybol, Basketbol, Bowling vb.	10.8	26.1	23.4	22.1	17.6

Ankete katılanların rekreasyonel faaliyetlere katılımında en çok etkili olan motivasyonları; (M3) öz yeterliliklerimi güçlendirmektedir, (M4) kendimi geliştirmeme yardımcı olur, (M5) düşünme gücümü geliştirir, (M7) öfke kontrolümü sağlar, (M8) ailem dışındaki kişilerle ilişkilerimin gelişmesini sağlar, (M11) yeni kişilerle tanışıp sosyal çevre edinmek, (M12) işimde ve hayatın diğer alanlarındaki verimim arttı, (M13) stresle başa çıkmamı sağlar, (M14) bana keyif verir, (M16) kaliteli zaman geçirmemi sağlar, (M17) dikkatimi toplamama yardımcı olur ve (M19) kişisel başarı ve verimimin artışında pozitif etki sağlar ile etkilerin olumlu düzeyde olduğu görülmektedir. Kesin (2003) yapmış oluğu araştırma sonucunda aktivitelerin stresle başa çıkmada etkili olduğu verisine ulaşmış, yapılan çalışmalarda da çalışanları rekreasyonel faaliyetlere katılımını arttıran motivasyonlar olarak benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Yapılan bir başka çalışma kapsamında elde edilen bulgular neticesinde

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

rekreasyonel aktivelerin kişilerin sağlık açısından (fiziksel ve psikolojik) ve sosyalleşme açısından fayda sağladığı olgusuna ulaşılmıştır (Keklik, 2023). Ceza infaz kurumu personellerine yapmış olduğumuz ankette verdikleri cevaplar doğrultusunda kapalı alanda çalışmakta olsalar da yapmış oldukları rekreasyon faaliyetleri sonucunda motivasyonda fark olduğu görülmektedir (Çizelge 3).

En az etkili olanları ise; iş çalışma zamanımın yoğun olması, rekreasyon alanlarının ücretinin yüksek olması, tesislerin donanım yetersizliği, alanların kalabalık olması, eve yakın mekanların olmaması, insanların ortak kullanım alanlarına gerekli önemi vermemesi ve korumaması olarak belirlenmiştir (Çizelge 3). Serdar (2021) yapmış olduğu çalışmada serbest zaman aktivitelerine katılımın en önemli nedenlerden birinin tesis yetersizliği bulgusuna ulaşılmıştır. Literatür incelemesinde; Demirel ve Harmamcı (2009) ve Koçak (2017) çalışmalarında tesisleri yetersiz olduğu, Gürbüz ve Henderson (2014)'ın ülkemizde yapmış oldukları çalışmada yapısal engellerin (tesis/ulaşım/hizmet vb.) en önemli faktörlerden olduğu belirtilmiştir. Tüm bu çalışmaların sonuçları yaptığımız çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Çiçek (2022) sağlık alanında yaptığı çalışmasında rekreatif etkinliklere katılım engellerinde, boş zaman bulamamak olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde yaptığımız çalışmada katılımcıların çoğunluğu iş çalışma zamanımın yoğun olması ve program zamanlarının uygun olmaması sorularına verdikleri cevaplar ile yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Çalışmaya katılan kurum çalışanları rekreasyona katılmalarını etkileyen motive eden etmenlere vermiş oldukları cevaplarda; stresle başa çıkmalarını sağladığı, öfke kontrolünü sağladığını, kendilerine keyif verdiği, kişisel başarı ve verimimin artışında pozitif etki ettiği olgusuna ulaşılmıştır. Tezcan (2007), Kocaeli ili Trakya birlik fabrikasının çalışanlarına yapmış olduğu çalışmada, çalışanların vermiş olduğu cevaplara bakıldığında yapılan rekreasyonel aktivitelerin bireyleri iş stresinden uzaklaştırdığı, psikolojik açıdan rahatlattığı ve verimlerini arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çizelge 3. *Çalışanların rekreasyonel faaliyetlere katılımını etkileyen motivasyon/engeller (n:222)*

Rekreasyon yapmanızda etkili olan motivasyon (M) /engelleriniz (E) nelerdir?	Kesinlikle Katılmıyorum %	Katılmıyorum %	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum %	Katılıyorum %	Kesinlikle Katılıyorum %
M1. Rekreasyon yapmak stresle başa çıkmama yardımcı olur.	4,1	3,6	11,3	42,3	38,7
M2. Kendime güvenimi artırır.	4,5	3,2	9,9	48,6	33,8
M3. Öz yeterliliklerimi güçlendirmektedir.	2,7	5,4	10,4	50,0	31,5
M4. Kendimi geliştirmeme yardımcı olur.	2,7	2,7	10,4	51,4	32,9
M5. Düşünme gücümü geliştirir.	2,7	3,2	9,5	51,8	32,9
M6. Rahatlamama yardımcı olur.	2,3	2,3	6,8	48,2	40,5
M7. Öfke kontrolümü sağlar.	1,8	5,9	15,8	50,0	26,6
M8. Ailem dışındaki kişilerle ilişkilerimin gelişmesini sağlar.	1,4	3,2	11,7	53,6	30,2
M9. Monotonluktan sıkıntı ve stresten kurtulmak.	2,3	4,1	6,8	49,5	37,4
M10. Yalnızlık hissinden kurtulmak.	2,3	8,6	14,4	48,2	26,6
M11. Yeni kişilerle tanışıp sosyal çevre edinmek.	0,9	5,0	13,5	53,2	27,5
M12. İşimde ve hayatın diğer alanlarındaki verimim arttı.	2,3	2,7	16,7	51,4	27,0
M13. Stresle başa çıkmamı sağlar.	1,4	3,6	10,4	55,0	29,7
M14. Bana keyif verir.	1,8	3,6	8,1	50,0	36,5
M15. Başarı kazanmaktan haz almak	2,7	3,6	21,2	46,4	26,1
M16. Kaliteli zaman geçirmemi sağlar.	1,8	2,7	13,5	51,8	30,2
M17. Dikkatimi toplamama yardımcı olur.	1,8	3,2	16,7	55,4	23,0
M18. Daima aktif yaşam tarzını benimsememe yardımcı olur.	1,4	4,5	20,7	47,3	26,1
M19. Kişisel başarı ve verimimin artışında pozitif etki sağlar.	1,8	2,3	12,2	55,0	28,8
E1. İş çalışma zamanımın yoğun olması	6,3	11,7	27,5	35,6	18,9
E2. Sağlık durumumun elverişli olmaması	15,8	29,3	22,5	22,5	9,9

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

Rekreasyon yapmanızda etkili olan motivasyon (M) /engelleriniz (E) nelerdir?	Kesinlikle Katılmıyorum %	Katılmıyorum %	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum %	Katılıyorum %	Kesinlikle Katılıyorum %
E3. Bilgi eksikliği.	12,6	32,4	25,7	21,6	7,7
E4. Ulaşım sorunları	8,6	25,7	27,0	25,2	13,5
E5. Rekreasyon alanlarının ücretinin yüksek olması.	6,3	16,7	25,7	29,3	22,1
E6. Tesislerin donanım yetersizliği.	6,3	16,7	26,1	35,6	15,3
E7. Alanların kalabalık olması.	6,3	20,3	27,0	31,5	14,9
E8. Alanlarda sunulan hizmetleri beğenmemek.	7,7	18,5	36,5	27,9	9,5
E9. Eve yakın mekanların olmaması.	8,1	21,6	22,5	30,2	17,6
E10. Birlikte aktivite yapacak kimsenin olmaması.	15,8	32,9	21,6	18,9	10,8
E11. Sakatlanmaktan korkmak.	20,3	41,4	18,9	14,0	5,4
E12. Kendimi sürekli yorgun hissetmek.	14,0	31,1	23,0	23,4	8,6
E13. Sunulan hizmetleri beğenmemek.	9,0	29,3	31,1	22,1	8,6
E14. Program zamanlarının uygun olmaması.	9,0	22,5	30,2	25,7	12,6
E15. Emniyet ve güvenliğin yeterli olmaması	16,2	30,6	27,0	18,0	8,1
E16. Alanlarda yeterli sayıda aktivitenin bulunmaması	7,2	24,3	31,1	25,2	12,2
E17. İnsanların ortak kullanım alanlarına gerekli önemi vermemesi ve korumaması	6,8	14,9	18,5	37,8	22,1

Ceza infaz kurumu personelleri insan ilişkilerinde ve gündelik hayatın içerisindeki yaşamlarından mutlu olduklarını (M15) %39.6, hayatı güzel yönleriyle algıladıklarını (M9) %45.9, hayata karşı neşeli olduklarını ve bol bol güldüklerini (M11) %39.6 belirtirken, hayata anlam yükleyememe (M24) %42.8, kendilerini sağlıklı hissetmeme (M28) %41.9, kendinden hoşnut olamama (M1) %47.3 gibi mutluluk kriterlerine verdikleri cevaplar sonucu kapalı alanda uzun süreli çalışmalarının kendilerini mutsuz hissetmelerine neden olmadığı görülmektedir (Çizelge 4). Buna karşın dinlenme ihtiyaçları konusunda yeterli imkân bulamadıklarını belirtmektedirler. Bu durum işin en çok çalışma yoğunluğunun, mutluluklarına etki etmediğini göstermektedir. Katıldıkları aktiviteler sonucunda; kendilerini enerji dolu hissetmeleri (Y1) %44,6, yaşam tatminindeki artışların olması (Y2) %41,4, istedikleri şeylere ulaşabildikleri sonucu hayatları hakkında kendilerini iyi hissettiklerini belirtmişler, aktivitelerin kendileri için unutulmaz olmadığı da saptanmıştır (Y5) %45 (Çizelge 4).

Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde çalışan araştırma görevlisi ve uzman doktorların yaşam kalitesinin değerlendirilmesi için yapılan çalışmada; araştırma görevlilerinin bedensel, sosyal ve çevresel olarak kendilerine yeterli zaman ayıramadıkları, dinlenme faaliyetlerinde bulunamadıkları, iş hayatlarında yoğun tempoda çalışmaları ve kendilerine tanınan hakların yetersiz olduğu gerekçesiyle yaşam kalitelerini kötü buldukları olgusuna ulaşılmıştır (Avcı ve Pala, 2004). Araştırma görevlisi ve uzman doktorların yaşam kalitesi bulgularını ceza infaz kurumunda çalışan personeller ile kıyasladığımızda ceza infaz kurumu personelleri çalışma ortamı olarak sürekli kapalı alanlarda çalışmaları, toplum tarafından dışlanan ve iyileştirme programları ile topluma kazandırılmaya çalışılan hükümlü tutuklular ile çalışmalarından dolayı boş zamanlarında yaptıkları rekreasyon faaliyetleri sonucu kendilerini mutlu hissettikleri verisine ulaşılmıştır.

Elde edilen bulgulara göre ceza infaz kurumu personellerinin vermiş oldukları cevaplarda rekreasyonel etkinliklere katılımlarının kısa süreli de olsa yaşam kalitelerini olumlu etkilediği görülmektedir (Y2) %41,4. Uzun süreli yaşam kalitesine (Y4) %46,4 ise kısa dönemlide görülen etki miktarı kadar olmasa da bir etki görülmekte ve rekreasyonel faaliyetlerin yaşam kalitesini arttırıcı etkileri olduğu belirlenmiştir. Güven (2018), belediye çalışanları ile yapmış olduğu çalışmada rekreasyonel aktivitelere katılım sıklığının artması ile bireylerin mutluluklarının ve yaşam kalitelerinin de aynı düzeyde arttığı; katılımcıların genellikle tercih ettiği aktivite türü yakın çevreleriyle yaptıkları aktiviteler ile entelektüel aktiviteler olduğu tespit edildiği, verilen cevaplarda genel anlamda mutlu oldukları, hayatın ödüllendirici olduğunu düşündükleri, yapılan faaliyet sonucunda kendilerini

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

tamamen dinç hissettiklerini ve bunun sonucunda yaşam kalitelerinin zenginleştiği bulgusuna ulaşmıştır.

Çizelge 4. *Çalışanların mutluluk ve yaşam kalitesi durumu (n:222)*

Mutluluk (M) ve Yaşam Kalite Ölçeği (Y)	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
M1. Kendimden Hoşnut değilim	47,3	36,5	7,7	6,3	2,3
M2. Diğer insanlarla yoğun bir şekilde ilgileniyorum	6,3	22,3	35,1	26,6	9,5
M3. Hayatın çok ödüllendirici olduğunu hissediyorum	8,1	25,2	33,8	23,4	9,5
M4. Hemen hemen herkese karşı çok sıcak duygular besliyorum.	5,9	22,1	32,0	33,8	6,3
M5. Nadiren dinlenmiş hissederek uyanırım	6,3	25,2	24,3	33,3	10,8
M6. Gelecek hakkında pek iyimser değilim	15,8	37,8	21,2	17,6	7,7
M7. Çoğu şeyi eğlenceli buluyorum	5,9	14,4	37,8	33,8	8,1
M8. Her zaman bağlıyım ve ilgiliyim	5,4	9,5	31,5	45,9	7,7
M9. Hayat güzeldir	3,6	4,1	13,1	45,9	33,3
M10. Dünyanın iyi bir yer olduğunu düşünmüyorum	23,0	24,8	24,8	15,3	12,2
M11. Çok gülerim	3,6	14,4	33,3	39,6	9,0
M12. Hayatımdaki her şeyden oldukça memnunum	4,1	9,5	43,7	37,8	5,0
M13. Çekici göründüğümü düşünmüyorum	10,8	27,9	39,6	17,1	4,5
M14. Yapmak istediklerim ile yaptıklarım arasında uçurum var	6,8	27,0	32,9	17,6	15,8
M15. Çok mutluyum	3,6	6,8	38,3	39,6	11,7
M16. Bazı şeylerde güzellikler buluyorum	3,2	1,4	20,7	58,6	16,2
M17. Başkaları üzerinde her zaman neşeli bir etkim vardır.	2,7	5,4	35,6	46,4	9,9
M18. İstediğim her şeye zaman bulabilirim	7,2	18,0	41,9	26,1	6,8
M19. Özellikle hayatımın kontrolünde olmadığımı hissediyorum	9,5	34,7	35,1	14,4	6,3
M20. Her şeyi üstlenebileceğimi hissediyorum	3,2	18,0	39,6	29,7	9,5
M21. Tamamen zihinsel olarak uyanık (dinç) hissediyorum	5,4	18,0	39,6	30,2	6,8
M22. Sık sık neşe ve sevinç yaşarım	3,6	10,4	36,5	43,7	5,9
M23. Herhangi bir konuda karar vermekte zorlanırım	14,4	37,8	27,5	14,4	5,9
M24. Hayatımda belirli bir anlam ve amaç duygusu yok	32,9	42,8	15,8	4,5	4,1
M25. Çok fazla enerjim olduğunu hissediyorum	4,5	15,3	39,6	33,8	6,8
M26. Genelde olaylar üzerinde iyi bir etkim vardır	3,6	5,9	29,7	52,3	8,6
M27. Diğer insanlarla eğlenmem	22,1	43,7	20,3	9,0	5,0
M28. Kendimi pek sağlıklı hissetmiyorum	25,7	41,9	21,6	8,1	2,7
M29. Geçmişe dair özellikle mutlu anılarım yok	38,7	42,3	9,5	6,3	3,2
Y1. Genel olarak, bu etkinlik/aktiviteye katıldıktan sonra kendimi enerji dolu hissettim	2,7	6,8	35,1	44,6	10,8
Y2. Etkinlik/aktiviteye katıldıktan kısa bir süre sonra yaşam tatminimde artış oldu.	2,3	7,2	41,0	41,4	8,1
Y3. Şimdiye kadar hayatta istediğim önemli şeyleri aldım.	4,1	10,4	35,1	43,2	7,2
Y4. Her ne kadar hayatta sıkıntılarım olsa da, etkinlik/aktiviteden kısa bir süre sonra hayatım hakkında iyi hissettim.	2,7	5,0	37,8	46,4	8,1
Y5. Genel olarak bu etkinlik/aktivite deneyimim, yaşam kalitemi zenginleştirdi ve unutulmaz oldu.	2,3	6,8	45,0	40,1	5,9
Y6. Etkinlik/aktiviteden sonra anlamlı ve tatmin edici bir hayat sürdüğüm	3,6	9,9	46,4	35,1	5,0

Katılımcıların demografik özelliklerinin rekreasyonel faaliyetlere katılım motivasyon/engel ve mutluluk ile yaşam kalitesindeki etki olup olmadığını belirlemek için Anova testi yapılmış ve etkileri açıklamak için ise Tukey testi uygulanmıştır. Katılımcıların rekreasyonel faaliyetlere katılmalarında motivasyon olarak belirlenen iş ve hayatın diğer alanlarında verimliliğin artması yaş guruplarına göre farklılık göstermektedir (Çizelge 5, $p<0,05$). Birçok çalışma katılımcıların yaşlarının rekreasyonel

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

faaliyetlere katılımında etkili olduğunu göstermektedir. Ancak bu çalışmada motivasyonlarda çok fazla etki görülmemektedir. Daha genç katılımcılar rekreasyonel faaliyetlere katılım motivasyonu olarak iş ve hayat verimliliğini önemli bulmuşlardır. Bu durum yaş ilerledikçe hayattan beklentilerin azaldığı şeklinde yorumlanabilir. Mutluluk ölçeğinde etkili olan hemen hemen herkese karşı çok sıcak duygular besliyorum (M4) olgusuna katılımcılardan 36-49 yaş aralığındakilerin 25-34 yaş aralığındakilere göre pozitif yönde olduğu, her zaman bağlıyım ve ilgiliyim (M8) olgusuna katılımcılardan 36-49 yaş aralığındakilerin 25-34 yaş aralığındakilere göre pozitif yönde olduğu, hayat güzeldir (M9) olgusuna katılımcılardan 36-49 yaş aralığındakilerin 25-34 yaş aralığındakilere göre pozitif yönde olduğu, yaşam kalitesi ölçeği ile ilişikli olan her ne kadar hayatta sıkıntılarım olsa da, etkinlik/aktiviteden kısa bir süre sonra hayatım hakkında iyi hissettim (Y4) olgusuna katılımcılardan 36-49 yaş aralığındakilerin 25-34 yaş aralığındakilere göre pozitif yönde olduğu ve rekreasyon etkinliklerine katılım sıklığı sorularından entelektüel aktiviteler sorusuna ise 19-24, 25-35 ve 36-49 yaş aralığındakilerin 50-68 yaş aralığındaki personellere göre pozitif yönde yaş ile anlamlı ilişkileri olduğu saptanmıştır.

Yapılan çalışmada elde edilen bulgular neticesinde çalışmaya katılan ceza infaz kurumu personelinin yaş ilerledikçe herkese karşı daha samimi, ilgili oldukları, hayatı güzel bulduklarını ve iyi hissettikleri belirlenmiştir. Yaş ilerledikçe entelektüel aktivitelere katılım oranlarının azaldığı bulgusuna ulaşılmıştır. Güven (2018) yapmış olduğu çalışmada çalışanların yoğun bir şekilde katıldığı aktivite grubunun olmadığını, genellikle çalışanların yakın çevreyle yaptıkları aktivitelere katılımlarının olduğunu bunu da entelektüel aktivitelerin izlediğini tespit etmiştir.

Çizelge 5. *Katılımcıların yaşları ile motivasyon, mutluluk ve yaşam kalitesinin ilişkisi (n:222)*

	(I) Yaşınız	(J) Yaşınız	Aritmetik Ortalama Farkı (I-J)	*p*
(M12) İşimde ve hayatın diğer alanlarındaki verimim arttı.	36-49	50-68	,79*	,029
	50-69	36-49	-,79*	,029
(M4) Hemen hemen herkese karşı çok sıcak duygular besliyorum.	25-35	36-49	-,37*	,035
	36-49	25-35	,37*	,035
(M8) Her zaman bağlıyım ve ilgiliyim	25-35	36-49	-,37*	,024
	36-49	25-35	,37*	,024
(M9) Hayat güzeldir	25-35	36-49	-,42**	,009
	36-49	25-35	,42**	,009
(Y4) Her ne kadar hayatta sıkıntılarım olsa da, etkinlik/aktiviteden kısa bir süre sonra hayatım hakkında iyi hissettim	25-35	36-49	-,29*	,045
	36-49	25-35	,29*	,045
Entelektüel Aktiviteler	19-24	50-68	1,80*	,049
	25-35	50-68	1,51**	,001
	36-49	50-68	1,37**	,003
	50-68	19-24	-1,80*	,049
		25-35	-1,51**	,001
		36-49	-1,37**	,003

Çalışmada kullanılan değişkenler arasında anlamlı farklar bulunmaktadır ($p<0,05$). Eğitim durumuna bakıldığında; rekreasyon yapmanızda etkili olan motivasyon/engellerinden sağlık durumumun elverişli olmaması (E2) olgusuna lisans mezunu çalışanların yüksek lisans/doktora mezunlarına göre engel olarak gördükleri, alanların kalabalık olması (E7) ortaokul ve lise mezunu çalışanların lisans mezunlarına göre engel olarak gördükleri, mutluluk ve yaşam kalitesi ölçeğinde etkili olan hayatımdaki her şeyden oldukça memnunum (M12) olgusuna önlisans mezunu çalışanların ortaokul ve lise mezunlarına göre memnun oldukları, çekici göründüğümü düşünmüyorum (M13) olgusuna lisans mezunları kendilerinin çekici göründüklerini, ortaokul ve lise mezunları ise kendilerini çekici

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

bulmadıklarını düşünmektedirler. Yapmak istediklerim ile yaptıklarım arasında uçurum var (M14) olgusuna ise ortaokul ve lise mezunu çalışanların yüksek lisans/doktora mezunlarına göre yapmak istediklerini gerçekleştiremedikleri saptanmıştır (Çizelge 6, p<0,05).

Alkoç (2019) yaptığı çalışmada demografik özelliklerden eğitim durumu ile rekreasyonel faaliyetler arasında anlamlı benzer sonuçlara ulaşmıştır. Çalışmada eğitim durumlarının artması ile faaliyetlere katılımın artması doğru orantıda arttığı bulgusuna varılmıştır (p<0,05).

Çizelge 6. *Katılımcıların eğitim durumları ile motivasyon/engeller, mutluluk ve yaşam kalitesinin ilişkisi (n:222)*

	Eğitim Durumu	Eğitim Durumu	Aritmetik Ortalama Farkı (I-J)	*p*
(E2) Sağlık durumumun elverişli olmaması	3,00	4,00	1,18	,025
	4,00	3,00	-1,18	,025
(E7) Alanların kalabalık olması.	1,00	4,00	1,23	,016
	3,00	4,00	1,11	,021
	4,00	1,00	-1,23	,016
		3,00	-1,11	,021
(M12) Hayatımdaki her şeyden oldukça memnunum	1,00	4,00	-,94	,015
	4,00	1,00	,94	,015
(M13) Çekici göründüğümü düşünmüyorum	1,00	3,00	-,55	,011
	3,00	1,00	,55	,011
(M14) Yapmak istediklerim ile yaptıklarım arasında uçurum var	1,00	4,00	1,10	,048
	4,00	1,00	-1,10	,048

**(1:Ortaokul ve Lise, 2: Ön lisans, 3: Lisans, 4:Yüksek lisans/Doktora (p<0,05))*

Çizelge 7. *Katılımcıların meslek kıdem yılının mutluluk ve yaşam kalitesi ile ilişkisi (n:222)*

	(I) Meslekteki çalışma kıdem durumu	(J) Meslekteki çalışma kıdem durumu	Aritmetik Ortalama Farkı (I-J)	*p*
(M4) Hemen hemen herkese karşı çok sıcak duygular besliyorum	0-5 Yıl	11-15 Yıl	-,61*	,024
		16 Yıl ve üzeri	-,91*	,002
	11-15 Yıl	0-5 Yıl	,61*	,024
	16 Yıl ve üzeri	0-5 Yıl	,91*	,002
(M7) Çoğu şeyi eğlenceli buluyorum	0-5 Yıl	6-10 Yıl	-,46*	,040
	6-10 Yıl	0-5 Yıl	,46*	,040
(M8) Her zaman bağlıyım ve ilgiliyim	0-5 Yıl	6-10 Yıl	-,43*	,042
		11-15 Yıl	-,67**	,006
	6-10 Yıl	0-5 Yıl	,43*	,042
	11-15 Yıl	0-5 Yıl	,67**	,006
(M9) Hayat güzeldir	0-5 Yıl	16 Yıl ve üzeri	-,68*	,027
	16 Yıl ve üzeri	0-5 Yıl	,68*	,027

Çizelge 7'de meslek kıdem yılının; mutluluk ve yaşam kalitesi ölçeğinde hemen hemen herkese karşı çok sıcak duygular besliyorum (M4) olgusuna 11-15 yıl ile 16 yıl ve üzeri arasında çalışan

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

personellerin 0-5 yıl arasında çalışanlara göre herkese karşı daha olumlu duygular besledikleri, çoğu şeyi eğlenceli buluyorum (M7) olgusuna 6-10 yıl arasında çalışanların 0-5 yıl arasında çalışan personellere oranla daha eğlenceli buldukları, her zaman bağlıyım ve ilgiliyim (M8) olgusuna 6-10 yıl ile 11-15 yıl arasında çalışan personellerin 0-5 yıl arasında çalışanlara göre daha ilgili oldukları, hayat güzeldir (M9) olgusuna ise 11-15 yıl arasında çalışanlar ile 0-5 yıl arasında çalışan personellere oranla daha güzel buldukları ilişkisi tespit edilmiştir ($p<0,05$). Melekteki kıdem yılı ilerledikçe çalışan personellerin rekreasyon aktivitelerine katılımları sonucunda mutluluk düzeyleri de yükselmekte ve yaşam kaliteleri artmaktadır. Güven (2018) in yapmış olduğu çalışmada, çalışanların kıdem yılları ile rekreasyonel aktivitelere katılımları arasında anlamlı farklılıklar bulmuştur ($p<0,05$).

4. SONUÇLAR

Çalışma sonucunda Düzce T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumunda görev yapan çalışanların rekreasyon faaliyetlerinin yaşam kalitesine etkileri ile ilgili bulunan sonuçların değerlendirmesi neticesinde hipotezlerin cevaplarına ve önerilere yer verilmiştir.

H1: Katılımcıların rekreasyonel aktivitelere katılım sıklıkları demografik özelliklerine göre farklılık göstermektedir. Hipotez doğrulanmıştır. Katılımcıların yaş, eğitim ve meslek kıdem yılı özelliklerine göre rekreasyonel faaliyetlerin etkisinin farklı olduğu bulunmuştur.

H2: Katılımcıların rekreasyonel aktivitelere katılım sıklıkları motivasyon/engellere göre eğitim durumlarında farklılıklar göstermektedir. Hipotez doğrulanmıştır. Çalışanların yapmış olukları rekreasyon faaliyetlerini eğitim durumlarına göre değerlendirdiğimizde üniversite mezunlarının orta okul/lise mezunlarına oranla rekreasyonel faaliyetlerde engellerinin daha az olduğu görülmektedir.

H3: Katılımcıların meslekteki kıdem yıllarına göre rekreasyonel aktivitelere katılım sıklıkları arttıkça mutluluk düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Hipotez doğrulanmıştır. Meslekte yıllanmış memurların yeni başlayan memurlara oranla hayata karşı çoğu şeyi eğlenceli buldukları, herkese karşı sıcak duygular besledikleri ve mutlu oldukları anlaşılmaktadır.

H4: Katılımcılar arkadaşları ve aileleriyle yapılan aktivitelere daha sık katılım sağlamaktadırlar. Hipotez doğrulanmıştır. Yakın çevre ile yapılan aktivitelere sık sık katıldıkları sonucuna ulaşılmıştır.

H5: Katılımcıların rekreasyonel etkinliklere katılımını etkileyen demografik özelliklerden genç yaştaki çalışanlar yaşlı çalışanlara oranla olumlu yönde etkilenmektedir. Hipotez doğrulanmıştır. Çalışanla yapılan rekreasyon faaliyetlerinin genç yaştakilerin orta yaş ve üzerindekilere nazaran daha olumlu yönde etkilediği anlaşılmaktadır.

Ayrıca çalışma çalışmamızda aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır;

Çalışmaya katılan ceza infaz kurumu personeli rekreasyonel etkinliklerde en fazla yakın çevre (arkadaşları ve aileleri ile zaman geçirmek, pikniğe gitmek vb.) ile yapılan rekreasyonel faaliyetleri yapmaktadır.

Ceza infaz kurumu personellerinin rekreasyonel faaliyetlere katılmak için motivasyonlarının güçlü ve çok olduğu, rekreasyonel faaliyetlere katılım engellerine baktığımızda ise, işten dolayı zaman ayıramadıkları, rekreasyon alanlarının fiziksel özelliklerini ve ekonomik yönden pahalı olmasını engel olarak gördükleri sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmada elde edilen en önemli sonuçlardan biri de ceza infaz kurumu personellerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımı ile yaşam kalitelerini arttırdığı ve faaliyetlerden mutlu bir şekilde ayrıldıkları sonucudur.

Yaşın ilişkili olduğu ölçeklerde çalışan memurların yapılan rekreasyon faaliyetlerinin genç yaştakileri orta yaş ve üzerindekilere nazaran daha olumlu yönde etkilediği anlaşılmaktadır. Eğitim durumları

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

göz ününe alındığındaysa eğitim seviyesinin artması rekreasyonel faaliyetlere katılım engellerin azalmasına neden olmaktadır. Ceza infaz kurumunda daha uzun çalışan katılımcılar hayata karşı daha pozitif bir bakış açısına sahiptirler.

Çalışmamız sonucunda kurumda çalışan personelin birbirleri ile uyumlu bir şekilde çalışabilmeleri ve kurum işleyişinin bir uyum içerisinde olabilmesi için etkinliklere katılımda grup aktivitelerin düzenlenmesine ağırlık verilmelidir.

Kurumun içerisinde ve yakınındaki rekreasyon alanlarının herkes için uygun, ulaşılabilir hale getirilmesi ve iş çalışma zamanlarında düzenlemelerin yapılarak personellerin rekreasyon faaliyetlerine yönlendirilmesi sağlanmalıdır.

Yaşam kalitelerinin arttırılması için mesai dışındaki boş zamanlarını aileleri ve arkadaşları ile yapacağı faaliyetler (yakın çevre ile yapılan aktiviteler, grup aktiviteleri ve doğada gerçekleştirilen aktiviteler) ile etkin ve verimli bir şekilde kullanarak kişiler üzerinde unutulmaz zevk alabilecekleri ve kişiyi tatmin edici şekillerde katılımları sağlanmalıdır.

Çalışanların mutluluk ve yaşam kalitesi için rekreasyonel faaliyetlerin ne kadar önemli olduğu yapılan çalışma ile anlaşılmıştır. Bu nedenle çalışma ortamlarının rekreasyonel faaliyetlere olanak sağlayacak şekilde tasarlanması oldukça önemlidir.

Yazar Beyanları ve CRediT Rolleri

Çıkar çatışması yoktur. Çalışma için maddi destek alınmamıştır. Üretken yapay zekâ araçları kullanılmamıştır. Veriler makale içinde sunulmuştur.

Bu makale, İsmail Mesut ÖZDOĞAN'ın Düzce Üniversite'sinde 2025 yılında tamamladığı 'Ceza infaz kurumları çalışanlarının rekreasyon faaliyetlerinin yaşam kalitesine etkileri' başlıklı Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.

Etik kurul onayı gerekmektedir ve alınmıştır. Onayı veren kurum: Düzce Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu. Onay tarihi: 20.07.2023. Onay numarası: 2023/218.

Kavramsallaştırma: İMÖ, HM; Veri düzenleme: İMÖ, HM; Biçimsel çözümleme: İMÖ, HM; Araştırma: İMÖ; Denetim: HM; Yazım-özgün taslak: İMÖ; Yazım-gözden geçirme ve düzenleme: İMÖ, HM.

Teşekkür

Çalışmaya katılım ve yardımları için Düzce T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu çalışanlarına teşekkür ederiz.

Kaynaklar

Akduman, G. (2021). Çalışan mutluluğu ölçeği (ÇMÖ): Türk kültüründe çalışanları mutlu eden kriterleri analiz eden bir ölçek geliştirme çalışması. *International Academic Social Resources Journal*, *6*(30), 1505–1516. http://dx.doi.org/10.31569/ASRJOURNAL.328

Alkoç, F. (2019*). Sosyo-Demografik değişkenlerin rekreasyon katılımına etkisi: İstanbul (Kadıköy ve Maltepe) örneği* (Tez No. 508023) [Yüksek lisans tezi, Trakya Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Altunkasa, F. ve Uzun, G. (1997). *Rekreasyonel planlamada arz ve talep*. Çukurova Üniversitesi Ziraat Fakültesi Yayınları (Yayın No: 6).

Avcı K. ve Pala K. (2004). Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde çalışan araştırma görevlisi ve uzman doktorların yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi 30*(2), 81–85.

Aydıner Boylu, A. (2007). *Ailelerin yaşam kalitelerini etkileyen bazı objektif ve sübjektif göstergelerin incelenmesi* (Tez No. 228995) [Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Çiçek M. (2022). *Sağlık çalışanlarının rekreasyon alışkanlıklarının değerlendirilmesi üzerine nitel bir çalışma* (Tez No. 755532) [Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.

Demirel, M. ve Harmandar, D. (2009). Üniversite öğlencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi. *International Journal of Human Sciences*, *6(*1), 838–846.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin 95*, 542–575. https://doi.org/10.1037//0033-2909.95.3.542

Edwards, M. B. ve Matarrita-Cascante, D. (2011). Rurality in leisure research: A review of four major journals. *Journal of Leisure Research*, *43*(4), 447–474. https://doi.org/10.1080/00222216.2011.11950245

Gürbüz, B. ve Henderson, H. A. (2014). Leisure activity preferences and constraints: Perspectives from Turkey, *World Leisure Journal*. *56*(4), 300–316. https://doi.org/10.1080/16078055.2014.958195

Güven Y. (2018). *Çalışanların rekreasyon etkinliklerine katılım sıklıklarının mutluluk ve yaşam kalitesi üzerine olan etkisi* (Tez No. 514799) [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Hazar, A. (2003). *Rekreasyon ve animasyon*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Hills P. ve Argyle M. (2002). *Oxford happiness questionnaire*. Oxford University.

Keklik, P. (2023). *Spor merkezi üyelerinin serbest zaman doyumlarının egzersiz davranış değişim basamakları ve rekreasyon fayda düzeylerine göre incelenmesi* (Tez No. 783645) [Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Kesin, Ü. (2003). *Türkiye'deki işyerlerinde rekreasyon uygulaması* (Tez No. 138107) [Doktora tezi, Marmara Üniversitesi]. Marmara Üniversitesi E-tezler Koleksiyonu.

Kim, H., Woo, E. ve Uysal, M. (2015). Tourism experience and quality of life among elderly tourists, *Tourism Management*, *46*, 465–476. https://doi.org/10.1016/j.tourman.2014.08.002

Koçak, F. (2017). Leisure constrains and facilitators: Perspectives from Turkey. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, *3*(10), 32–47.

Long, J. ve Hylton, K. (2014). Reviewing research evidence and the case of participation in sport and physical recreation by black and minority ethnic communities. *Leisure Studies*, *33*(4), 379–399. https://doi.org/10.1080/02614367.2012.727460

Müderrisoğlu, H. ve Uzun, S. (2009). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Orman Fakültesi öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri. *Turkish Journal of Forestry*, *5*(2), 108–121.

Pierskalla, C. D., Lee, M. E., Stein, T. V., Anderson, D. H. ve Nickerson, R. (2004). Understanding relationships among recreation opportunities: A meta-analysis of nine studies. *Leisure Sciences*, *26*(2), 163–180. https://doi.org/10.1080/01490400490432082

Serdar, E. (2021). Serbest zaman engelleri ile ilgilerin arasındaki ilişki: Fitness merkezi katılımcıları üzerine bir araştırma. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, *6*(1), 49–61. https://doi.org/10.25307/jssr.889333

Shievers, J. S. ve DeLisle, L. J. (1997). *The story of leisure; Context, concepts and current controversy*. Human Kinetics Publishers.

Shookner, M. (1997). *Quality of life in Ontario*. Ontario Social Development Council & Social Planning Network of Ontario.

Tezcan N. (2007). *Rekreasyon etkinliklerin çalışanların performansları üzerine etkilerinin incelenmesi: Kocaeli Trakya Birlik*. (Tez No. 210328) [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Torlak, S. E. ve Yavuzçehre, P. S. (2008). Denizli kent yoksullarının yaşam kalitesi üzerine bir inceleme. *Çağdaş Yerel Yönetimler*, *17*(2), 23–44.

Uzun, S. ve Müderrisoğlu, H. (2010). User satisfaction in rural recreation areas: The example of Bolu Gölcük Forest-Recreation Area. *Turkish Journal of Forestry*, *11*(1), 67–82.

Uzun, S., Müderrisoğlu, H. ve Akıncı Kesim, G. (2005). Kentsel alanlardaki parklarda kullanıcı memnuniyeti: Düzce İnönü Parkı örneği. *Düzce Üniversitesi Orman Fakültesi Ormancılık Dergisi*, *1*(2), 111–124.

van Kamp, I., Leidelmeijer, K., Marsman, G. ve Hollander, A. De. (2003). Urban environmental quality and human well-being: Towards a conceptual framework and demarcation of concepts; a literature study. *Landscape and Urban Planning*, *65*(1), 5–18. https://doi.org/10.1016/s0169-2046(02)00232-3

Wang, E., Zhao, L., Zhou, Y. ve Little, B. B. (2013). Valuing outdoor recreation activities using a meta-analysis model in China: *An empirical study. Tourism Economics*, *19*(2), 415–432. https://doi.org/10.5367/te.2013.0207

Wish, N. B. (1986). Are we really measuring the qua1ity of life? Well-being has subjective dimensions as well as objective ones. *American Journal of Economics and Sociology*, *45*(1), 94–102. https://doi.org/10.1111/j.1536-7150.1986.tb01906.x

World Health Organization Quality of Life Group. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL- BREF quality of life assessment. *Psychological Medicine*. *28*(3), 551–558. https://doi.org/10.1017/S0033291798006667

© 2025 Özdoğan ve Müderrisoğlu.