



## Journal of Recreation and Tourism Research

Journal home page: [www.jrtr.org](http://www.jrtr.org)

ISSN:2148-5321

### ÇALIŞANLARIN REKREASYONEL AKTİVİTELERE KATILIM DÜZEYLERİNİN, MUTLULUK VE YAŞAM KALİTESİ ÜZERİNE OLAN ETKİSİ

Yiğit GÜVEN<sup>a</sup> 

Ercan YAVUZ<sup>b</sup> 

<sup>a</sup> Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye (ygtguven@gmail.com)

<sup>b</sup> Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Dr., Öğr. Üy., Ankara, Türkiye (eyavuz@gazi.edu.tr)

#### ARTICLE HISTORY

##### **Received:**

11.05.2018

##### **Accepted:**

26.06.2018

##### **Anahtar Kelimeler:**

Rekreasyon  
Mutluluk  
Yaşam kalitesi

##### **Keywords:**

Recreation  
Happiness  
Quality of life

#### ÖZ

Bu araştırmanın amacı, Eskişehir ilindeki merkez ilçe belediyelerinde çalışan bireylerin rekreasyonel aktivitelere olan katılım düzeylerinin, bireylerin mutluluklarına ve yaşam kalitelerine olan etkisini incelemek ve bunun yanında aktivitelere katılım sıklığının demografik değişkenlere göre farklılığının incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda merkez ilçe belediyelerinde çalışan toplamda 412 kişiye araştırmanın ölçeği uygulanmış ve bulgular analiz edildiğinde araştırmaya katılan bireylerin demografik özelliklerinin, rekreasyonel aktivitelere katılım düzeylerine pozitif yönde etki ettiği görülmüştür. Buna ek olarak, bireylerin rekreasyonel aktivitelere katılım düzeylerinin de bireylerin mutluluk seviyeleriyle yine pozitif yönde bir ilişkisi olduğu tespit edilmiş, mutluluk seviyesi arttıkça bireyin yaşam kalitesinin de doğru oranda yükseldiği tespit edilmiştir.

#### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the effect of the participation frequency of recreational activities on the happiness of individuals and their quality of life in the central district municipalities of Eskişehir province and to examine the difference of participation frequency to activities according to demographic variables. For this purpose, a scale of 412 researchers working in the central district municipalities was applied and when the findings were analyzed, it was seen that the demographic characteristics of the individuals participating in the research had a positive effect on participation levels in recreational activities. In addition, it has been determined that individuals' participation levels in recreational activities are also positive in relation to happiness levels of individuals, and that as the level of happiness increases, the quality of life of the individual also increases.

\*Sorumlu Yazar: Yiğit GÜVEN

E posta: [ygtguven@gmail.com](mailto:ygtguven@gmail.com)