T.C.
SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN ENGELLERİ İLE TATMİN DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ceylan DENİZ

Enstitü Anabilim Dalı	**:**	**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ**
Tez Danışmanı	**:**	**Prof. Dr. Gülten HERGÜNER**

Ekim 2020

T.C.
SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN ENGELLERİ İLE TATMİN DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ceylan DENİZ

Enstitü Anabilim Dalı : BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ

Bu tez 01/10/2020 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oybirliği ile kabul edilmiştir.

JÜRİ	BAŞARI DURUMU
Jüri Başkanı: Prof. Dr. Fikret RAMAZANOĞLU	Başarılı
Üye: Prof. Dr. Gülten HERGÜNER	Başarılı
Üye: Doç. Dr. Osman PEPE	Başarılı

BEYAN

Tez içindeki tüm verilerin akademik kurallar çerçevesinde tarafımdan elde edildiğini, görsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçların akademik ve etik kurallara uygun şekilde sunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, tezde yer alan verilerin bu üniversite veya başka bir üniversitede herhangi bir tez çalışmasında kullanılmadığını beyan ederim.

Ceylan DENİZ
01/10/2020

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimimim boyunca bilgi ve deneyimlerinden yararlandığım, çalışmamın planlanmasından yazılmasına kadar olan tüm süreçte yardımlarını benden esirgemeyen, teşvik eden, aynı titizlikte beni yönlendiren değerli danışman hocam Prof. Dr. Gülten HERGÜNER'e, lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca her konuda bilgi ve desteğini almaktan çekinmediğim, tezimin yazım aşamasında desteği ve değerli düşünceleri ile hep yanımda olan Doç. Dr. Osman PEPE'ye ve yüksek lisans tezim boyunca her türlü desteğini yardımlarını esirgemeyen değerli hocam Arş. Gör. Dr. Mehmet Behzat TURAN'a ve bu süreçte bana her zaman destek olan beni yalnız bırakmayan Ahmet DÖNMEZ'e çok teşekkür ederim.

Eğitim hayatım boyunca aldığım tüm kararlarda her zaman beni destekleyerek yanımda olduğunu varlığıyla gösteren ve hissettiren aileme çok teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR ..... **i**

İÇİNDEKİLER ..... **ii**

TABLOLAR LİSTESİ ..... **iv**

ÖZET ..... **v**

SUMMARY ..... **vi**

BÖLÜM 1.
GİRİŞ **1**
1.1. Problem Cümlesi 2
1.2. Alt Problemler 2
1.3. Araştırmanın Önemi 3
1.4. Varsayımlar 3
1.5. Sınırlılıklar 4
1.6. Tanımlar 4

BÖLÜM 2.
ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR **5**
2.1. Zaman Kavramı 5
2.1.1. Zamanın kullanım bölümleri 7
2.2. Boş Zaman Kavramı 7
2.2.1. Boş zamanın temel fonksiyonları 8
2.2.1.1. Dinlenme fonksiyonu 8
2.2.1.2. Eğlence fonksiyonu 8
2.2.1.3. Gelişim fonksiyonu 8
2.2.2. Boş zamanı değerlendirmenin yararları 9
2.2.2.1. Fiziksel yararları 9
2.2.2.2. Psikolojik yararları 10
2.2.2.3. Toplumsal yararları 10
2.2.3. Boş zaman değerlendirmenin özellikleri 11
2.3. Rekreasyon Kavramı 11
2.3.1. Rekreasyonun özellikleri 12
2.3.2. Rekreasyonun sınıflandırılması 14
2.3.2.1. Amaçlarına ve işlevlerine göre rekreasyon 14
2.3.2.2. Çeşitli kriterlere göre rekreasyonun sınıflandırılması 15
2.3.2.3. Rekreasyonun program türleri açısından sınıflandırılması 15
2.4. Rekreasyon İhtiyacı ve Nedenleri 17

2.5. Serbest Zaman Tatmini 18
2.6. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımı Etkileyen Faktörler 20
2.7. İlgili Bazı Araştırmalar 20
2.7.1. Serbest zaman engelleri ile ilgili yapılan araştırmalar 20
2.7.2. Serbest zaman tatmini ile ilgili yapılan araştırmalar 23

BÖLÜM 3.
MATERYAL VE YÖNTEM 26
3.1. Araştırmanın Modeli 26
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi 26
3.3. Veri Toplama Araçları 27
3.3.1. Kişisel bilgi formu 28
3.3.2. Boş zaman engelleri ölçeği 28
3.2.3. Serbest zaman doyum ölçeği 29
3.4. Verilerin Toplanması 30
3.5. Verilerin Analizi 30

BÖLÜM 4.
ARAŞTIRMA BULGULARI 32

BÖLÜM 5.
TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER 44
5.1. Tartışma 44
5.2. Sonuç 53
5.3. Öneriler 56
5.3.1. Çalışma sonuçlarına yönelik öneriler 56
5.3.2. Sonraki yapılacak bilimsel çalışmalara yönelik öneriler 56

KAYNAKLAR 58
EKLER 66
ÖZGEÇMİŞ 69

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3.1 . Çarpıklık-Basıklık değerleri sonuçları. 31
Tablo 4.1: Katılımcıların serbest zaman engelleri puanlarının betimsel istatistik sonuçları. 32
Tablo 4.2: Katılımcıların cinsiyet gruplarına göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırılması. 32
Tablo 4.3: Katılımcıların yaş gruplarına göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırılması. 33
Tablo 4.4: Katılımcıların öğrenim görülen bölümlere göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları. 33
Tablo 4.5: Katılımcıların yaşanılan yere göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları. 34
Tablo 4.6: Katılımcıların boş zaman sürelerine göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları. 35
Tablo 4.7: Katılımcıların tesis yeterlilik görüşlerine göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları. 36
Tablo 4.8: Katılımcıların öğrenim görülen üniversitelere göre serbest zaman ; engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları. 36
Tablo 4.9: Katılımcıların serbest zaman tatmini ölçeği betimsel istatistik sonuçları. 37
Tablo 4.10: Katılımcıların cinsiyet gruplarına göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması. 37
Tablo 4.11: Katılımcıların yaşa göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması. 38
Tablo 4.12: Katılımcıların öğrenim görülen bölüme göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması. 38
Tablo 4.13: Katılımcıların yaşanılan yere göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması. 39
Tablo 4.14: Katılımcıların boş zaman sürelerine göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması. 40
Tablo 4.15: Katılımcıların tesis yeterlilik durumuna göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması. 41
Tablo 4.16: Katılımcıların öğrenim görülen üniversiteye göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması. 41
Tablo 4.17: Katılımcıların serbest zaman engelleri puanları ile serbest zaman tatmini puanları arasındaki ilişki sonuçları. 42

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN ENGELLERİ İLE TATMİN DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, Spor bilimleri öğrencilerinin rekreatif aktivitelere katılımına engel olan unsurları ve serbest zaman tatminlerini belirlemek, karşılaştırmak ve bu engeller ve tatminler arasında ilişki araştırmaktır.

Araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Anadolu, Selçuk ve Erciyes Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Antrenörlük eğitimi, Spor Yöneticiliği ve Rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören spor bilimleri öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi ise bu evren içerisinden olasılığa dayalı olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 900 gönüllü spor bilimleri öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama araçları olarak Boş Zaman Engelleri Ölçeği ve Serbest Zaman Doyum Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Toplanan veriler normal dağılıma uygun olduğu için; ikili karşılaştırmalarda bağımsız gruplar t-testi uygulanırken üç ya da daha fazla değişkenin karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Ayrıca ölçeklerden elde edilen puanların arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin serbest zaman engellerinde cinsiyete göre bilgi eksikliği, tesisler/hizmet ve zaman; yaşa göre arkadaş eksikliği, yaşadıkları yerlere ve boş zaman sürelerine göre zaman; tesis yeterlilik durumuna göre birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<.05$). Serbest zaman tatmini incelendiğinde cinsiyetlere göre psikolojik ve fiziksel; yaşa göre rahatlama, boş zaman sürelerine göre psikolojik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<.05$). Ayrıca serbest zaman engelleri puanları ile serbest zaman tatmini puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<.05$).

Sonuç olarak; üniversite öğrencileri hayatlarının en önemli aşamasına geçmeden önceki üniversite eğitimi süresinde harcadıkları mesleki gelişim zamanlarından geriye kalan zamanlarında, sosyalleşmek, kültür ve bilgi birikimlerini paylaşmak, bedenen ruhen ve zihnen sağlıklı olabilmek amacıyla rekreasyondan faydalanmalıdırlar. Bu sayede öğrenciler, hem sosyo-kültürel hayatlarında hem de profesyonel yaşamlarında başarıya ulaşmaları kolaylaşacağı düşünülmektedir. Bu nedenle üniversitelerin sahip oldukları kültürel-sanatsal-sportif vb. rekreasyonel alanları öğrencilerin ihtiyaçları doğrultusunda düzenlemeleri, rekreatif etkinlikleri çeşitlendirmelerinin gerekli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri, Öğrenci, Rekreasyon, Serbest zaman engelleri, Serbest zaman tatmini

THE RELATIONSHIP BETWEEN LEISURE TIME BARRIERS AND SATISFACTION LEVELS OF SPORTS SCIENCES STUDENTS

SUMMARY

The aim of this research is to determine and compare the factors that prevent sports sciences students from participating in recreational activities and their leisure time satisfaction, and to investigate the relationship between these obstacles and satisfaction.

The universe of the research consisted of the sports sciences students studying at Anadolu, Selçuk, and Erciyes Universities, Physical Education and Sports Teaching, Coaching Education, Sports Management and Recreation departments in the 2018-2019 academic year. The sample of the research, on the other hand, consisted of 900 volunteer sports sciences students selected by convenience sampling method, one of the non-probabilistic sampling methods from this universe. Leisure Obstacles Scale, Leisure Time Satisfaction Scale and Personal Information Form were used as data collection tools in the research. Since the collected data are suitable for normal distribution: while the independent groups' t-test was applied in paired comparisons, one-way analysis of variance was used to compare three or more variables. Besides, Pearson correlation analysis was applied to reveal the relationship between the scores obtained from the scales.

Lack of information, facilities/services and time by gender in the leisure time barriers of the students participating in the research; lack of friends by age, time by place of residence and leisure time; Significant differences were determined in the sub-dimensions of individual psychology, lack of knowledge, facilities/service, time and lack of interest according to the facility competence status ($p<.05$). When leisure time satisfaction is examined, there was a significant difference in psychological sub-dimensions of relaxation by age and leisure time, psychological and physical by gender ($p<.05$). Besides, positive significant relationships were found between leisure time obstacles scores and leisure time satisfaction scores ($p <.05$).

As a result, in the remaining time from their professional development time spent during their university education before moving to the most important stage of their lives, university students should benefit from recreation to socialize, share their culture and knowledge, and to be physically, mentally and in spirit healthy. By this means, it is thought that it will be easier for students to achieve success both in their socio-cultural and Professional lives. As a consequence, it is thought that it is necessary to arrange the recreational areas in line with the needs of the students and to diversify the recreational activities that universities have the cultural-artistic-sports, etc.

Keywords: Sports sciences, Student, Recreation, Leisure time obstacles, Leisure time satisfaction.

BÖLÜM 1. GİRİŞ

Bir süreç olarak bireysellikten toplumsallığa geçişte öğrencilik dönemi önemlidir. Mantıklı ve bilinçli tercihlerin oluştuğu bu dönem, gelişim dönemi olarak da düşünüldüğünde, üniversite eğitiminin olduğu dönemdir. Üniversite eğitimi, aile ortamından uzaklaşan bireyin yeni arkadaş ve bazı alışkanlıklarıyla öğrencilerin yaşamlarını pozitif veya negatif olarak etkileyebilecektir. Zaman içerişinde, sosyal çevreden de etkilenen öğrenciler serbest zamanlarını efektif ve etkili bir biçimde kullanamayınca kötü alışkanlıklar ve sorumsuz davranışlar sergileyebilirler (Kaya, 2011, s.1).

Üniversitelerde kampüslerinin geliştirilmesi ve yönetimlerin bu konudaki çabaları sayesinde, üniversite gençliğinin rekreasyonel etkinliklere katılımları son yıllarda arttığı görülmesine rağmen, üniversitelerimizin birçoğunda yeterli düzeyde olmadığı görülmektedir. Bunun sebeplerinin başında son yıllarda üniversite sayılarındaki artışın büyük bir etkisi vardır. Ancak eğitimli bireylerin sayısında da önemli gelişmeler yaşanmaktadır. Bu bağlamda; rekreasyon felsefesinin daha anlaşılır hale gelmesiyle, bireylerin hem sosyal hem de iş yaşantılarında kendilerini daha aktif halde ortaya koyabilecekleri bir durum çıkması kaçınılmazdır (Çoruh, 2013, s.3).

Bunun için gerekli çalışma planlamaları ve programlamaları yapılmalıdır. Bu çalışmalar; üniversitede öğrenim gören öğrencilerin serbest zamanlarını değerlendirme durumlarını anlamak; rekreatif erkinliklerine katılım seviyelerini belirlemek; üniversitelerdeki rekreatif erkinliklerinin güncellenmesine katkıda bulunmak ve öğrencilerin ayırdıkları ve katıldıkları organizasyonları belirlemektir (Zorba, Kesim ve Cerit, 2006, ss. 42-44). Yaşamın en önemli parçalarından birini oluşturan üniversite yılları, üzerinde özenle durmayı ve araştırmayı gerektirmektedir. Bu bağlamda bu çalışmada amaç; Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri ve serbest zaman tatminlerini belirlemek, karşılaştırmak ve bu engeller ile tatminler arasındaki ilişkiyi araştırmaktır.

1.1. Problem Cümlesi

Yapılan bu araştırmanın problem cümlesi, Spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin serbest zaman engelleri ile tatmin düzeyleri arasında ilişki var mıdır? şeklinde oluşturulmuştur.

1.2. Alt Problemler

Araştırmanın problem cümlesi kapsamında aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır;

1. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
2. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri yaş gruplarına göre farklılık göstermekte midir?
3. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri öğrenim görülen bölümlere göre farklılık göstermekte midir?
4. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri yaşanılan yere göre farklılık göstermekte midir?
5. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri boş zaman sürelerine göre farklılık göstermekte midir?
6. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri tesis yeterlilik durumuna göre farklılık göstermekte midir?
7. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri öğrenim görülen üniversitelere göre farklılık göstermekte midir?
8. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
9. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeyleri yaş gruplarına göre farklılık göstermekte midir?
10. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeyleri öğrenim görülen bölümlere göre farklılık göstermekte midir?
11. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeyleri yaşanılan yere göre farklılık göstermekte midir?
12. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeyleri boş zaman sürelerine göre farklılık göstermekte midir?

13. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeyleri tesis yeterlilik durumuna göre farklılık göstermekte midir?
14. Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeyleri öğrenim görülen üniversitelere göre farklılık göstermekte midir?

1.3. Araştırmanın Önemi

Üniversitelerde kampüslerinin geliştirilmesi ve yönetimlerin bu konudaki çabaları sayesinde, üniversite gençliğinin rekreasyonel etkinliklere katılımları son yıllarda arttığı görülmesine rağmen, üniversitelerimizin birçoğunda yeterli düzeyde olmadığı görülmektedir. Bunun sebeplerinin başında son yıllarda üniversite sayılarındaki artışın büyük bir etkisi vardır. Üniversiteler başarılı öğrencilerin kendilerini tercih etmesi ve öğrenci potansiyellerini güçlendirmek için eğitim-öğretim programları, öğretim elemanları, laboratuvar ve derslikler gibi bilimsel çalışma alanlarının yanında, öğrencilerin ders dışındaki dinlenme ve eğlenme aktivitelerini uygulayabilecekleri alanlarında en güncel haliyle tesis etmelidirler. Bu anlamda, mesleki hayata geçişin son aşamasındaki öğrenciler için, üniversitelerin onlara sunduğu eğitim ve öğretim teknolojilerinin yanında derslerde ve bilimsel çalışmalarla oluşabilecek fiziksel fizyolojik ve psikolojik kaygı ve streslerden kurtulmaları, sağlıklı bir yaşam sürmeleri adına serbest zaman etkinliklerinin önündeki engellerin belirlenmesi ve ortadan kaldırılması ayrıca öğrencilerin serbest zaman tatminleri arttırılarak, boş zamanlarının en verimli şekilde değerlendirilmesi açısından önemlidir. Ayrıca sunulan bu çalışmada, Üniversitelerin spor bilimleri alanlarında öğrenim gören öğrencilerin katılımlarına engel olan unsurları belirlemek, serbest zamanlarını değerlendirme durumlarını anlamak; rekreatif erkinliklerine katılım seviyelerini belirlemek; geleceğin spor bilimcileri açısından ayrıca önemlidir.

1.4. Varsayımlar

- Araştırmada seçilen araştırma grubunun evreni temsil gücüne sahip olduğu,
- Araştırmada toplanan verilerin, öğrenciler tarafından samimi ve içtenlikle cevaplandırıldığı varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

- Araştırma İç Anadolu bölgesinde yer alan Anadolu, Erciyes ve Selçuk üniversiteleri bünyesinde olan spor bilimleri fakülteleri ile,
- Araştırma kullanılan istatistiksel analizler ile sınırlandırılmıştır.

1.6. Tanımlar

Beden Eğitimi: Beden eğitimi, "insan bütününü oluşturan fiziki, ruhi ve zihni niteliklerin bulunduğu yaşın ve genetik kapasitenin gerektirdiği verim gücüne ulaşması için rekabet olmaksızın yapılan faaliyetlerin tümüne denir" (DPT, 1983).

Spor: Çeşitli amaçlarla, farklı alanlar kullanılarak, ferdi veya takım halinde, araçlı veya araçsız yapılan, planlı çalışmayı ve kurallara uymayı gerektiren, ağırlık, metre, zaman ölçü birimleri ve sayı ile değerlendirilen, mental ve fiziki rekabete dayalı, performans arttırıcı, sosyalleştirici ve eğitici psiko-motor faaliyetlerdir (Hergüner, Bar ve Yaman, 2016, ss.155-168).

Boş Zaman: Zorlama duygusunun en az olduğu, kişinin kendi yargı ve seçimine göre kullandığı, isteğe bağlı bir zaman parçası olarak da tanımlanabilir (Karaküçük, 2005).

Engel: Herhangi bir şeyin gerçekleşmesini önleyen sebep olarak ifade edilir (TDK, 2020).

Motivasyon: Kişinin bir hareketle bulunmaya veya birçok hareket alternatifinden birini tercih etmeye iten nispeten de süreklilik gösteren faktörlere motiv denir (İnal, 1998, s.11). Motivasyon ise; bireyin bir ihtiyacına ulaşması veya bir işi yapması için onu harekete geçiren ve destekleyen düzenlemelerdir (Robbins, 1994; Wahyuni, Christiananta ve Eliyana, 2014).

Rekreasyon: İnsanların boş zaman değerlendirmek için gönüllü olarak katıldıkları, doyum sağlayıcı faaliyetlerdir (Karaküçük, 2005).

Tatmin: İstenen bir şeyin gerçekleşmesini sağlamak olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2020).

Zaman: Bir iş veya oluşun içinde geçtiği ya da geçmekte olduğu süre olarak tanımlanmıştır (TDK, 2020).

BÖLÜM 2. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Zaman Kavramı

Zamanın var olup olmadığı bilimin önemli ve çözülemeyen konularından biridir. Birçok araştırma ve deney olmasına rağmen zaman hala bilinmezliğini korumaktadır. Bilim zamanın ne olduğunu, neden oluştuğunu hala söyleyememektedir. Yine de zaman akışının nasıl yaşantılandığı açıklanmıştır.

İnsanlara başlangıçta sıcağın, soğuğun, yağmurun, karın yağma zamanını bilmek yetiyor, mevsimler hasat zamanını, göç zamanını belirliyordu. İnsanlar, güneşin, iklimin ve dinin sunduğu ritme göre yaşıyorlardı. Yaşamın karmaşıklaşmaya başlamasıyla insanlar daha küçük zaman birimlerine ihtiyaç duymuşlardır. Zamanın yıllara ve aylara bölünmesini, saatler ve dakikalar izlemiştir.

Bugün içinde bulunduğumuz bilgi toplumu için, hayat her geçen gün hızlanmaktadır. İnsanlar kişisel yaşamlarında olduğu gibi çalışma yaşamlarında pek çok işi başarılı bir şekilde gerçekleştirmek için zaman ile yarış halindeler (Karadağ, 2013, ss.99-103).

Zamanın sübjektif olarak, emin olunan tek niteliği, içinde bulunan ana göre belli bir yön ilerlemekte olduğudur. İçinde bulunulan şu an geçmişi, şu anda yapılanlar da geleceği belirler. Geçmiş değiştirilemez ama gelecek insanların elindedir. Eğer zaman doğru kullanılırsa geçmişte yaşanılan tecrübeler gelecek için insanlara tecrübe olur. Zaman; içinde bulunan ana göre geçmişten geleceğe doğru akar. Zaman kavramı bir eylemin geçtiği süre olarak adlandırılır (Vergiliel-Tüz ve Sabuncuoğlu, 2008).

Zamanın bir diğer özelliği ise, insan yaşamını gün, hafta, ay ya da yıl olarak çeşitli bölümlere ayırarak “insan yaşamındaki zaman çeşitliliğini gösterir”. Bir bireyin yirmi dört saati ele alındığında, ortalama sekiz saati "çalışma zamanı" olurken, bunun dışında kalan süreç de "dinlenme, eğlenme, uyuma, yeme-içme zamanı" olarak geçmektedir. Belirtilen bu ihtiyaçlar dışında kalan bölümünde ise “eğitim ve tatil zamanları” vardır. “Zamanlar" kavramı irdelendiğinde bireylerin faaliyetlere katılırken “zorunlu ve gönüllü”

olarak “istek ve zevkleri” doğrultusunda katılım sağladıkları görülmektedir (Küçüktopuzlu, Gözek ve Uğurlu, 2003, ss. 33-34).

Zamanın yanlış kullanılmasından ortaya çıkan rahatsızlıklar kişiyi veya toplumu olumsuz yönde etkileyebilir (Köktaş, 2004, s.15).

Her olayın sonuçlanabilmesi için belli bir zaman dilimi gerekmektedir. Yaşanılan tüm olaylar zaman içinde veya zaman kullanılarak yerine getirilir. Bu yüzden insanlar zamanının önemini kabul etmektedir. “İnsan, zamanı yönlendirme konusunda güçsüz bir varlıktır. İnsanınlar için bir “biyolojik saati” vardır. Birçok psikolojik çalışmalarında göstermiş olduğu gibi, insanlar güvenli bir zaman hissine sahip değildirler. Dışarıdaki karanlığı göremeyecek şekilde bir kapalı mekana kapatılan birey çabuk bir biçimde zamana ilişkin duyarlılığım yitirirler. Bu zaman zarfında süreyi olduğundan daha fazla olarak veya oldukça kısa bir süre olarak da düşünebilirler” (Drucker, 1993, s.38).

Zaman; cinsiyet, ırk, inanç, yaş farkı gözetilmeksizin herkese sunulan ancak herkesin farklı sonuçlar aldığı tek kaynaktır (Harmancı, 2006, s.28). Zamanı daha iyi kullanabilmek için önce onun nasıl harcandığının saptanması gerekmektedir. İş, eğitim, aile, sosyal yaşam, hobiler, kişisel ihtiyaçlar, dini yükümlülükler bireyin zamanını nasıl, nerede ve kimlerle geçirdiğini belirler. Bunlardan birine daha fazla zaman ayırmak diğerlerinde eksikliğe ve yetersizliğe yol açabilmektedir. Bu da bireyin başarısını olumsuz yönde etkileyebilir. Örneğin çalışma hayatına ayrılan fazla zaman finansal alanda zenginlik sağlarken sosyal yaşamda sorunlar yaratabilir. Bu yüzden zamanı verimli kullanabilmek bütünsel yaşam için son derece önemlidir.

İnsanın zamanı yönetmesi mümkün de değildir. Çünkü güneşin doğuşu ve batışı kişinin iradesi dışında olan olaylardır. Zaman, kendi mecrasında akmaktadır. Önemli olan kişinin zaman içinde kendisini yönetmesidir.

Zaman yönetimi her şeyden önce karar vermekle ilgilidir. Neler yapılacak, neler yapılmayacak, hangileri önce yapılacak, hangileri ertelenecek. Zamanın değerlendirilmesine ilişkin doğru kararı vermek, herhangi bir işi verimli yapmaktan önemlidir. Çünkü doğru işlerin doğru zamanda yapılması gerekmektedir. Diğer yandan yapılan işlere veya etkinliklere entellektüel boyutu katmak, etkinlikleri az çaba ile sabırla ve zevkle yapmak da önemlidir (Latif, Fidan ve Uçkun, 2005, s.41-51).

2.1.1. Zamanın kullanım bölümleri

Zamanını iyi kullanımı günümüzde insan için vazgeçilmez bir gereklilik oluşturmuştur.

Zamanın etkin kullanımı ile alakalı bilinçlenmiş ülkelerin gelişmiş ülkeler olarak ifade etmek olasıdır. Bu durum, ülkeler arasındaki gelişmişlik veya gelişmemişlik olarak adlandırılmasında en önemli faktörlerden birisi olarak ortaya çıkmaktadır (Kılbaş, 1994, s.18).

Zamanı herkes farklı şekilde kullanır ve değerlendirir. Özellikle iş hayatında zaman kavramını etkin kullanan çalışan ile kullanamayan çalışan arasında gözle görülür etkinlik ve verimlilik farkı gözlenebilmektedir (Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002, s.3).

Gökmen ve diğerleri zamanı şöyle gruplandırmışlardır:

- Temel ihtiyaçların giderilmesine,
- Çalışma hayatına bağlı etkinlik ve görevler,
- Boş zaman etkinlikleri,
- Diğer etkinlikler için ayrılan zaman (Gökmen, Açıkalın, Koyuncu ve Saydar 1985, s.27).

Hazar, insan davranışlarının analizini kısmen zorunlu zaman, boş zaman davranışı ve mutlak zorunlu zaman olarak üç bölüme ayırmıştır. Örnek olarak eğitim davranışında okulda verilen ödevleri yapmayı kısmen zorunlu davranış, gitar kursuna gitmeyi boş zaman davranışı ve okula gitmeyi zorunlu davranış olarak belirtmiştir (Hazar, 1999, s.15)

2.2. Boş Zaman Kavramı

Boş zaman konusunda çeşitli kaynaklardan tanımlara baktığımızda; zorunluluk, iş dışı bir faaliyet, gönüllü, bağımsız ve özgürlük gibi ortak birkaç nokta önem kazanmaktadır. Bunlar ise bir insanın insan olması gereği olarak ele alınabilen vasıflardır. İnsani vasıfların yerine getirilmesi, serbest zaman aktivitelerinin yapılabilirlik düzeyi, ülkenin sosyo-ekonomik gelişim düzeyi ile alakalıdır (Erkal, 1992, s.74).

Boş zaman terimi; bireyin kendisi için hayati zorunluluklardan uzaklaştığı ve kendi isteğiyle rahatlamak ve kaygılarından uzaklaşmak için bir faaliyet ile uğraştığı zamandır. Bireyin kendi istediği ile kullanabildiği zamandır (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2009).

Rekreatif faaliyetlerinde adı geçen serbest zaman büyük ölçüde toplumsal dönüşümlerin bir sonucu olarak ortaya çıkmıştır. Önce toplumlarda özel mülkiyetin ve buna bağlı olarak egemenliğin, bunun sonucu olarak da sosyal sınıfların doğuşu ve daha sonraları çalışma koşullarındaki değişiklikler ve teknolojik yenilikler, eğlence endüstrisinin ortaya çıkısı serbest zamanın insanlık tarihi içindeki evrimine yön vermiştir (Atalay, 2004, s.13).

Kısaca boş zaman kişinin yaratıcı ve manevi algı ve değerlerin bir kaynağıdır (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2009).

2.2.1. Boş zamanın temel fonksiyonları

Boş zaman, üç temel fonksiyona sahiptir, bunlar; dinlenme, kendini gerçekleştirme veya gelişim ve eğlenme, fonksiyonlarıdır (Ulubey, 2010)

2.2.1.1. Dinlenme fonksiyonu

İş sonrası kişilerde oluşan stres ve yorgunluk ile fiziki ya da zihinsel olarak gerilimlerini ortadan kaldırmaya yardımcı olan bir fonksiyonudur. Sanayi devriminin ilk dönemlerinde 12-15 saat işçiler dinlenmeyi sadece fiziki gücü yenilenmesi için kullanılmıştır. Çalışan için dinlenme kavramı fiziki gücü yenilenmesidir (Güngörmüş, 2007).

2.2.1.2. Eğlence fonksiyonu

Çalışma hayatının vermiş olduğu monotonluğun dışında yaşam tatmini veya kalitesini arttırmak ve bulundukları yaşam atmosferini değiştirmek isteği özellikle daha genç insanlarda görülür. İnsanın yaşamında stres acı gibi negatif duyguları atmak için eğlenceye ihtiyaç duyar. Eğlenmek zamanı kişinin istekleri doğrultusunda hoş ve zevkli geçirmek için yapmak anlamını da taşımaktadır (Tolukan, 2008).

2.2.1.3. Gelişim fonksiyonu

İnsan sosyal aktiviteye katılımı sağlayan bireyin kişiliğini geliştirmesini sağlayan çıkarcı olmayan faaliyetleri kapsar (Karaküçük, 2005). Kişini sosyal aktiviteleri, müzik, resim, spor gibi alanlarla ilgilenmesi ve özel yeteneklerinin olması onun gelişmesine olanak sağlayacaktır (Tolukan, 2008).

2.2.2. Boş zamanı değerlendirmenin yararları

Teknolojik açıdan gelişmelerin sağladığı faydalar sonrasında, çalışma dışı zamanların artış göstermesi ile bu çalışma dışı zamanların verimli bir şekilde değerlendirilmesi konusu gündeme gelmiştir. Çünkü çalışma dışı zamanlar toplum yaşamının en dinamik ve en önemli zamanlarındandır. Çalışma dışı zamanların etkin ve verimli bir biçimde değerlendirilmesi, toplumun yoğun ve sıkıcı iş hayatından uzaklaşıp, öz güveni kazanma ve toplumsallığı realize etmesinde önemli olmaktadır.

Toplum ve birey açısından boş zamanları değerlendirmenin faydaları şu şekilde özetlenebilir: üretkenliği arttırır, arkadaşlık ilişkilerinin kurulmasını ve sosyalleşmeyi sağlar, yaratıcılığı arttırır, mutlu huzurlu ve sağlıklı bireyler yetişmesini sağlar, tecrübe kazandırır ve bireyin kendini ifade etmesine imkân verir. Kişinin içinde yaşadığı veya geçmişte bulunduğu çevre ihtiyaçlarını ve boş zaman etkinliklerinin seçiminde etkendir. Her çevre bireylere değişik imkânlar sunar. Çevrenin önemli özellikleri, iklim, coğrafya, nüfusun yoğunluğu ve dağılımı, çevrenin zenginliği, tarihi gelişimi idari yapısı ve kültürel birikimleri, o yöredeki boş zaman etkinliklerinin türlerini belirler (Kılbaş, 1994, s. 219).

Rekreasyon sembolik ya da gerçek durumları algılamamıza yardımcı olur ve dünyayı tanımamıza aracılık yapar. Kişiler ve nesnelerle olan ilişkimizi düzenler, işaretler verir, anlaşmamızı sağlar. Diğer yandan dünyada olup biteni idrak etmesine yarar, kişi bu idrak yoluyla, bilgiye ulaşır ve tecrübe kazanır. Öte yandan rekreasyon bireyin çevresindeki sayısız uyarıma cevap vererek kişilik kazandırır. Bireyin zihinsel ve duygusal tecrübelerini kontrol altına alarak kişiye mizaç kazandırır (Açıkada ve Ergen, 1990, ss. 164-166).

2.2.2.1. Fiziksel yararları

İnsan doğumundan sonra büyümeye başlar. Vücut sistemleri gelişir. Yaşamını devam ettirebilmesi için harekete ihtiyacı vardır; yemek, gezmek, vb. Büyüme ve çevresel faktörlerle etkilenir. Kalıtım iskelet kasını ve vücut görünümünü belirler. Uygun fiziksel aktivite; gelişme, sağlıklı büyüme ve yaşamı idame ettirme için önemli bir etkendir. Sadece akciğer ve kalp gibi organları değil aynı zamanda kasar ve kemikleri de geliştirir. Günümüzde hareketli yaşam tarzını tekrar kazanmak birçok ülkede politika olmuştur. Çünkü egzersiz ve hareketli yaşam sağlığı muhafaza etmek için bilimsel bir gerçekliktir (Açıkada ve Ergen, 1990, s.164-166).

Fiziksel aktivite, vücudu hastalıklara karşı koruma, şişmanlığın önlenmesi, solunum dolaşım ve koroner damar hastalıkları, sinir sistemi, kasa bağlı postür bozukluklarının önlenmesinde efektif olmaktadır (Arabacı ve Çankaya, 2007, s.1-15).

2.2.2.2. Psikolojik yararları

Gedik, boş zamanları değerlendirilmesini psikolojik yararlarını şöyle sıralamıştır; fiziksel, zihinsel ve toplumsal faktörlerin bütünleşmesi ile kişilik kazanır. Bireylerin dürüst, adil, hoşgörülü, kibar ve anlayışlı olmalarını sağlar. Saldırganlık düzeylerinin azalması boş zamanların değerlendirilmesi aracılığıyla sağlanabilir. Boş zaman faaliyetleriyle kişi bir takıma veya organizasyon ile yalnızlığını giderebilir (Gedik, 1985, s.33-38).

2.2.2.3. Toplumsal yararları

İnsanlar ilişkileriyle yakınlık ve kabullenme gibi sosyal ihtiyaçlarının yanında temel fizyolojik ihtiyaçlarını da karşılarlar. Sosyalleşme zaman alan bir süreçtir. Sosyalleşme için en önemli hizmet süreçlerinden biri serbest zaman etkinlikleridir. Özellikle serbest zaman faaliyetleriyle kazanılan tutum ve eylemler bireyin yaşamına doğrudan veya dolaylı olarak etkide bulunur. Birey, toplumun kendinden beklediği değerleri ve rolleri sosyalleşme ile öğrenir (Kılbaş, 1994, s.41).

Rekreasyonel faaliyetler, bireyin aynı ortamda olmaktan hoşlanabileceği ve hobilerinin aynı olduğu insanlar ile iletişim kurup tanışmasına ve birlikte zaman geçirebilmelerine yardımcı olur. Bunu örneklendirmek gerekirse bir kulüpte golf, tenis veya diğer sportif aktivitelerle uğraşmak daha iyi iş ilişkilerinin kurulmasını ve sosyal statünün gelimesini

sağlar. Bu boyuttan bakıldığında rekreasyonel faaliyetlerin sosyalleşme sürecinde önemli etkilere sahip olduğunu düşünebiliriz (Anhalt, 1994, ss.26-38).

Rekreasyonel etkinlikler, kişiye kendini ifade etme imkânı sağlar, yaşadığı topluma aidiyet duygusu gelişir, toplumsal normlara uymaya çalışarak sosyalleşme sürecinin gerçekleşmesini sağlar. Rekreasyonel etkinlikler, bireye duygusal, sosyal ve fiziksel olarak katkıda bulunur (Demir, 2003, s.1-24).

Sosyal ilişkilerde serbest zaman aktivitelerinin etkisi modern toplumlarda gün geçtikçe artmaktadır. İş saatleri dışında geçirilen zaman artışı, günlük olarak yaptığımız diğer aktivitelerimiz ile alakalı yöntemlerimizin değişmesi gerektiğini gösterir (Okuyucu ve Ramazanoğlu, 2006, ss.74-75).

2.2.3. Boş zaman değerlendirmenin özellikleri

Balcı ve İlhan (2006, ss. 11-18) boş zaman değerlendirme özelliklerini şu şekilde belirtmiştir.

- Bireyler aktivitelere kendi arzuları ile katılırlar, bu durumda gönüllülük esastır.
- Aktivitelere katılan bireylere katılım sağladıkları faaliyetler doyum sağlar.
- Serbest zaman aktiviteleri bireysel veya grupla, örgütlü veya örgütsüz olabilir. Kişiden kişiye değişir esnektir.
- Evrensel olarak uygulanır.
- Bireye göre bir anlamı, değeri vardır ve amaçlıdır.
- Bir boş zamanı değerlendirmek için en az bir çeşit faaliyeti gerektirir.
- Boş zaman değerlendirme ikincil ürünlere sahiptir

2.3. Rekreasyon Kavramı

Boş zaman değerlendirme; yüzme, futbol gibi sportif, seyahat, sinema gibi sosyal faaliyetlerle gerçekleştirilir. Bu faaliyetler “rekreasyon” olarak adlandırılır. Rekreasyon; insanların boş zaman değerlendirmek için gönüllü olarak katıldıkları, doyum sağlayıcı faaliyetlerdir. Daha sade bir deyişle rekreasyon; boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Sportif, turistik, sosyal ve yaratıcı faaliyetler vb. boş zaman değerlendirmede kullanılan etkinliklerin tümünü kapsamaktadır (Hazar, 2003, ss. 5-17).

Günümüzde rekreasyon genel olarak yeniden tazelenme anlamında kullanılmaktadır. Bununla birlikte herhangi bir etkinlik ya da yaşantı, kişiye dinlenme zevk ve eğlence yönünden bir şeyler vermiyorsa rekreasyon sayılmaz. Rekreasyon serbest zaman içinde gerçekleştirilen, bireyi canlandırmayı amaçlayan, toplumun sosyo-ekonomik yapısı ile fiziksel ve düşünsel etkinlikler tamamıdır. Rekreasyon, serbest zamanla çok sıkı bir ilişki içerisindedir. Zira rekreasyon etkinlikleri, genelde serbest zamanlar içerisinde yapılır. Serbest zaman ise; iş ortamı dışında, uyku ve diğer temel ihtiyaçların haricindeki mevcut elde edilebilir zaman olarak tanımlanabilir (Salihoğlu, 1997, s.10).

Rekreasyon, doğrudan tatmin elde etmek veya rekreasyon aracılığıyla kişisel veya sosyal bazı değerleri gerçekleştirebilme amacıyla genellikle katılımcı tarafından gönüllü olarak seçilen, genellikle eğlenceli ve keyif veren; işte terfi etmek için eğitim alma gibi başka bir iş anlamı taşımayan, serbest zaman dilimi içerisinde gerçekleştirilen etkinlikleri veya deneyimleri kapsar (Kraus, 1966, s.7).

İnsanlar serbest zamanlarında gezme görme, uzaklaşma, dinlenme, hava değişimi, heyecan duyma, açık yada kapalı alanlarda, etkinliklere katılım gerçekleştirirler. İnsanların iş zamanları dışında katılım gerçekleştirdikleri bu etkinlikler rekreasyon olarak ifade edilir (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2009).

Dünyanın en önemli faaliyet alanlarından biri haline alan rekreasyon, insanların temel yaşam motivasyonlarını sağlamaktadır (Özgüç, 1998, s.5).

Rekreasyon kavramı daha geniş ifade ile aşağıdaki şekilde tanımlanabilir:

- Rekreasyon iş değildir. Kar amacı gütmez.
- Rekreasyon, kişilerin tamamen gönüllü olarak kendi arzusu ile katıldığı etkinliklerdir.
- Rekreasyon aktiviteleri bireylere zevk veren, mutlu eden bir tarzda olur.
- Rekreasyon faaliyeti kişisel toplumsallaştırır.
- Toplumsal değerlere aykırı değildir (Bucher, 1972, s.4).

2.3.1. Rekreasyonun özellikleri

Hacıoğlu ve diğerleri rekreasyonun özelliklerini şu şekilde sıralamıştır;

- Rekreasyon, etkinlikler sonucu ortaya çıkan bir deneyimlerdir.
- Rekreasyona katılım birey tarafından önceden belirlenmelidir.
- Rekreasyonda oyun çeşitleri, gösteriler gibi bir takım çekicilikleri vardır.
- Kişiler rekreasyon etkinliklerinde gönüllülük esastır.
- Rekreasyon, kişilerin iş zamanları dışında hiçbir sorumluluğu olmadıkları zamanlarda olmalıdır.
- Rekreasyon birçok etkinliği içine alır.
- Rekreasyon her türlü alanlarda ile her iklim koşullarında uygulanabilmektedir.
- Rekreasyon ciddi ve belirli amaçları olan etkinlik(ler)dir.
- Rekreasyon, hiçbir açıdan sınırlamalaya tabi değildir.
- Rekreasyon etkinlikleri, katılımcıya kişisel ve toplumsal yönden faydalar kazandırır.
- Rekreasyon etkinliklerine devam etme ve/veya katılma zorunluluğu bulunmamalıdır.
- Bireye haz ve neşe sağlayan bir etkinliktir.
- Rekreasyon, bütün insanlar için uygulanmaktadır.
- Rekreasyon; geleneklere göreneklere, ahlaki ve manevi değerlere bağlı olmalıdır.
- Rekreasyon, bireyin kendini ifade edebilme ve yaratıcılık düzeyine imkân vermelidir.
- Rekreasyonda, kişilerin bir etkinliği yaparken, daha farklı etkinlikleri gerçekleştirmesini sağlamalıdır.
- Rekreasyon; her türlü insan tarafından her yerde yapılabilme olanağı vardır.
- Rekreasyon; “rekreasyonistler” olarak adlandırılan kişiler tarafından yürütülür, bir başkası için yerine getirilemez (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2009).

2.3.2. Rekreasyonun sınıflandırılması

Rekreatif etkinlikler için, etkinliklerin yukarıda da belirtilen birçok farklı yönü ele alınarak çok farklı sınıflandırma sistemleri oluşturulabilir. Mekâna, zamana, eylem yapılışına göre; tedavi edici, bedensel, zihinsel, bireysel, olarak sınıflandırılabilir. Her rekreasyonel faaliyetler kişinin bu faaliyete katılım biçimine göre değişkenlik gösterebilir. Bu etkinlikler amaçlarına ve işlevlerine bağlı olarak dinlenme, kültürel, sportif, turizm ve sanatsal sınıflandırılabilir (Mull, Bayless ve Jamieson, 2005, ss. 4-5).

2.3.2.1. Amaçlarına ve işlevlerine göre rekreasyon

- Dinlenme

Rekreasyon etkinliklerinin amacı dinlenmeye yöneliktir ve serbest zamanın bütünüyle dinlenmek, yani beden ve ruh sağlığının sürekliliği için veya korunması için yapılan faaliyetlerle yapılmasıdır.

- Kültürel

Rekreasyon etkinliğinin amacı kültürel faaliyetlerdir. Serbest zamanın, müzik, tiyatro, eski sanat ve tarihi eserler, müze gezileri ve bazı kültür etkinlikleri olarak değerlendirmesidir.

- Toplumsal

Toplumsal amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleridir. Toplumsal ilişkileri kurmak ve geliştirmek amacına yönelik serbest zaman değerlendirme etkinlikleridir.

- Sportif

Sportif amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleridir. Aktif spor yaparak veya pasif şekliyle seyirci, taraftar, yönetici veya başka bir şekilde serbest zamanın sportif etkinliklerle değerlendirilmesidir

- Turizm

Turizm amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleridir. Öncelikle tatil dönemlerinde bulunduğu mekandan, başka mekanlara gezmek, görmek amacıyla gitmek suretiyle serbest zamanı değerlendirmektedir.

- Sanatsal

Sanatsal amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleridir. Sanatın bir çok dalından biri veya bir kaçı ile uğraşmak serbest zamanların değerlendirilmesidir (Karaküçük, 1995)

2.3.2.2. Çeşitli kriterlere göre rekreasyonun sınıflandırılması

Yaş faktörüne göre; Her yaş grubunun farklı etkinlikleri kendi özelliklerine göre tercih ettiği etkinliklerdir.

Faaliyete katılanların sayısına göre; Bireysel, grupla, kitlesel veya aile olarak katılınan rekreaktif etkinliklerdir (Akesen, 1983)

Kullanılan mekana göre; Açık veya kapalı alanlardaki uygulanan faaliyetleri içermektedir. Geniş bir açıdan ele alındığında açık havada uygulanan bütün rekreatif kullanımları kapsayan bir rekreasyon türü olarak tanımlanabilen açık hava rekreasyonunun öncelikle asıl fonksiyonlarını su bölgeleri, ormanlar ve dağlardan meydana gelmektedir (Akesen, 1983).

Sosyolojik içeriğe göre: Belirli bir halk kesiminin geleneksel veya o yörenin kültürüyle alakalı katılımının desteklenmesinin sağlandığı rekreasyon faaliyetleridir (Karaküçük, 1995).

2.3.2.3. Rekreasyonun program türleri açısından sınıflandırılması

Kamu Rekreasyon Programları: Toplumdaki bireylerin serbest zamanlarını değerlendirirken sağlıklı ve verimli olması hedef alınır. Kar amacı gütmez. Hem bireyin hem de toplumun sağlığı amaçlanmıştır. Geniş yelpazede olanakları ve programları yapabilme şansına sahiptirler.

Ticari Rekreasyon Programları: Kurum ve kuruluşlar aracılığıyla bazen belirli bir bedelle bazen ise masrafsız bir şekilde bireylerin rekreatif faaliyet ihtiyacını karışılar. Rekreasyonist açısından bu tarz hizmetler kolaylaştırıcıdır (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Asıl hedef olarak serbest zamanını değerlendirmek isteyen bireylere göre programlar uygulanır. Gelişmeyi değişmeyi ve ilerlemeyi amaç edinen ticari amaçlı rekreasyon kuruluşları, devamlarını sağlayabilmek için bireylere uygun rekreatif etkinlikler sunma mecburiyeti vardır. Bunun yanında, bu kuruluşlar kendini sürekli yenileme ve değişim

içinde tutması gerekmektedir. Oyun salonları, raket spor kulüpler, kamplar, dans ve fitness merkezleri, sualtı ve benzeri etkinlikleri seçebilirler (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Özel ve gönüllü Rekreasyon Programları: Yaşlılar, kimsesiz çocuklar, engelliler, vakıflar gibi bir çok sosyal, kültürel ve sağlık hedefli rekreasyon programları oluşturan, kar amacı gütmeyen ve aynı hedefli kurum ve kuruluşlardan oluşur. Öncelik verilen hedefler ise davranışını geliştirme, rehabilitasyon, eğlence tarzı hizmetler önceliklidir (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Terapi Rekreasyon Programları: Fiziksel, zihinsel, ruhsal ve sosyal problemleri olan şahısları yaşama tekrar kazandırmak amaçlı yapılan eylemlerdir.

İlgilendiği kitle genelde engelliler hastalar ve yaşı ilerlemiş bireylerden oluşur. Bu etkinlikler çoğunlukla engellilerde uygulanır. Engelli bireylerin belirli bir seviyeye getirilerek kendilerinin katılımı sağlanması amaçlanır. Bireyin kendi yaş gruplarıyla yaptığı terapatik rekreasyonla birlikte, hayattan ve yaptıklarından haz duyması, fiziki kuvvetlenmeyi sağlayarak bazı şeyleri kendi yapabilme ve iş birliği, paylaşma duygusu, kişilerarası iletişim gibi yeteneklerini geliştirmesi hedef alınır.

Bu uygulamalar ‘serbest zaman değerlendirilmesi’ hedefinin ötesinde bir görev üstlenir. Rekreasyonu sınıflandırmada önemli bir etkendir (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Okul Rekreasyon Programları: ‘Kampüs’ rekreasyon programları öncelikle ve başta üniversiteler olmak üzere hedef kitlenin öğrenci üniversite personelinin rekreasyonel etkinlik ihtiyaçlarını gidermek için uygulanan programlardır. Öğrencinin var olan serbet zamanını en iyi şekilde değerlendirmek, liderlik yapmasını sağlama, grup içi davranışlarını düzenleme, özgüven aşılama gibi meziyetlerini geliştirmek, kötü alışkanlıklardan uzaklaştırmak, üniversitenin tanıtımına yardımcı olmak ve öğretim üyeleri, personel ve ailelerin rekreatif gereksinimlerini karşılanması hedeflerden bazılarıdır (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Silahlı Güçlerin Rekreasyon Programları: Askeri güç personelleri, polisler veya özel eğitim gerektiren kişiler için takım duygusunu geliştirmek, birlikte hareket etme gibi olguları kazandırmak amaçlı yapılan rekreasyonel faaliyet programlarıdır (Karaküçük ve Akgül, 2016).

İşyeri Rekreasyon Programları: İşyeri çalışanlarına yönelik yapılan ve bedensel, ruhsal ve zihinsel olmasını sağlamak, iş verimliliğini yükseltmek, iş motivasyonunu yüksek tutmak, personellerin sağlıklı olmasını sağlamak hedefidir.

Sosyal Rekreasyon Programları: Bir takım insanların bir araya gelerek yaptıkları rekreatif etkinlik programlarıdır. Bu tarz etkinlikler gelir seviyesiyle yakından alakalıdır. Gelir seviyesi artışına paralel olarak yapılan sosyal rekreasyon programları da artar. Örgütlenmiş sivil toplum kuruluşları veya toplulukları gönüllü çalışmaları sayesinde engelliler, yoksullar yada çevre sorunlarıyla ilgili bir çok sosyal rekreasyon programları düzenlenir (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Estetik Rekreasyon: Üst düzey eğitim ve kültüre sahip insanların yaptığı pasif eylemli özellik taşıyan programlardır. Sanat olaylarının takibi, ünlü insanların müziklerini dinleme, sanatsal başyapıtlara ilgi duymak gibi etkinlikler çerçevesindedir.

Fiziksel Rekreasyon Programları: Yapılan alan fark etmeksizin bütün spor çeşitlerini içine alır. Masraflı bir programdır. Tesisleşme ile bu masraflı işler bir çok etkinlikle uğraşan insanlar için faydalı bir biçimde ayarlanması bu masrafı en aza indirmektedir (Karaküçük ve Akgül, 2016).

Özel Ekorekreasyon Programları: Orman, nehir, göl, dağ gibi ekolojik çevreyle bir arada olmak arazi ve su ve diğer benzeri doğal alanlarda uygulanan rekreasyonel faaliyetlerdir. Doğada yapılan birçok aktiviteyi kapsar. Bireylerin temiz hava, şehrin boğucu yaşamından uzaklaşmak için tercih ettikleri etkinliklerdir (Karaküçük ve Akgül, 2016).

2.4. Rekreasyon İhtiyacı ve Nedenleri

Çalışan kesim için serbest zaman, yoğun çalışma koşullarının olumsuz etkilerinden kurtulmak, toplumsal olarak bütünleşmek için doğal bir ihtiyaç haline gelmiştir. Bu ifade doğrultusunda, bireyin toplumla uyum sağlaması, kendini yeniden gerçekleştirmesini saplayan özgür bir alandır (Lewis, 2003, ss.343-355).

Bu bağlamda, insanlar için serbest zamanların değerlendirilmesi önemli bir ihtiyaçtır. Birey, boş zamanlarını değerlendirerek, kendini tanıma ve ifade etmenin yanında, olumsuzluklardan kurtulma ve bu şekilde tatmin olmaya çalışırken aynı zamanda kişiliğini de geliştirme imkânı bulur (Kır, 2007, ss.307-328).

İçinde rekreasyon ihtiyacı bulunan insan ihtiyaçlarının giderilmemesi durumunda her şeyden önce mutsuz olur. İnsanların amacı, en şiddetlisinden başlayarak ihtiyaçlarını gidermektedir. Bu amaçlara ulaşamadığı taktirde insanlarda bir takım sosyal ve psikolojik problemler doğabilir. Ancak hiç kimse hiçbir zaman hedefine tam olarak ulaşamaz. Çünkü her zaman yeni arzular ortaya çıkar (Berne, 1988, s.78).

Her ne kadar insanların serbest zaman aktivitelerine katılım amaçlarının, bireysel faktörlere göre farklılaşsa da, bireylerin serbest zaman etkinliklere iştirakinde ön plana çıkan önemli güdüsel faktörlerin ne olduğunu belirlemek amacı ile yapılan çalışmalar genel anlamda benzer sonuçlar ortaya koyduğu anlaşılmıştır (Gürbüz ve Karaküçük, 2007, s.3-10).

Rekreatif ihtiyaçlar, insanların tutum ve eylemlerinin temel olabilecek tek bir faktöre veya nedene bağlı kalmaksızın birden fazla nedenden dolayı analize gereksinim duymaktadır.

a) Rekreasyona duyulan ihtiyacın kişisel nedenleri

- Fiziksel gelişim,
- Ruh sağlığı,
- Sosyalleşme,
- Beceri ve yetenek gelişimi,
- Yaratıcılık,
- İş verimi,
- Hareket,
- Mutluluğu arttırır.

b) Toplumsal yönden rekreasyona duyulan gereksinimin sebepleri

- Toplumun dayanışma ve bütünleşmesini sağlar
- Demokratik toplum imkân sağlar (Karaküçük, 1997, s. 30).

2.5. Serbest Zaman Tatmini

Toplum ve kişi refahı boş zaman sürecinin düzeni arttırmayı amaç edinen biçimde kullanılması boş zaman amacıdır. Boş zaman daha güzel ve rahat bir yaşama hazırlık ve kişilik gelişimi yönünde kullanılması için iyi bir fırsattır. Serbest zamanlarını insanların en güzel ve en yararlı bir biçimde değerlendirecek etkinlikleri seçmesi kendilerini tanımalarıyla ilgilidir. Serbest zamanın kuşkusuz farklı bir etkinlikle değerlendirilmesi kişinin yaş, ilgi, öğrenim, cinsiyet, toplum ve kültür durumuna bağlıdır. Bu özelliklerini kişinin dikkate alarak nasıl değerlendirilmesi gerektiğini serbest zaman felsefesi açıklar (Ağaoğlu, 2006, s.7-8).

Teknolojinin gelişmesiyle kişiler üzerindeki etkisi farklı bir yaşam değişikliğini de beraberinde getirmektedir. Hareketsiz bir yaşam alışkanlıkları, bireylerin arasındaki iletişimin sanal ortamlara geçtiği, sosyallikten uzaklaşan yaşayış stili, özelliklede genç nesil tarafından benimsenmektedir. Teknolojiyle gelen olumsuzluklardan kurtulmanın en güzel yolu serbest zaman kavramını etkin bir şekilde değerlendirilmelidir (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2013, s.35).

Serbest zaman kavramının günümüz şartlarında toplumda etkili bir şekilde değerlendirilmesi, kişiler üzerinde olumlu faydaları vardır. Gelişmiş ülkelerde genç bireylere manevi, milli, kültürel, sanatsal, toplumsal, değerleri kazandırmak için en iyi gidilecek yolun serbest zamanları en verimli bir şeklide değerlendirmekten geçtiği ve en önemlisi serbest zaman faaliyetlerinin eğitimin artık bir parçası olduğu kabul edilmektedir (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2013, s.35).

Kişiler serbest zamanlarını değerlendirerek, yaptıkları faaliyet ve etkinliklerden haz almak ve böylece tatmin olmak isterler. Tatmin, bireyin beklentilerinin karşılanması halinde hissedilmekte olan değerlerin bir toplamı olarak tanımlanabilir. Tatmin sürekli olabileceği gibi, durumlukta olması mümkündür (Ardahan ve Yerlisu-Lapa, 2010, ss.131-136). Serbest zamanlarını gereği gibi değerlendirmeyen veya değerlendiremeyen gençlerin temelde var olan psikolojik, ekonomik ve toplumsal, sıkıntılarının daha yoğun bir şekilde ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Gençlerin fiziksel, psikolojik ve sosyal olarak gelişmesi yönünden de ilgilerini doyuracak etkinliklere katılmasında zorunluluk hatta fayda vardır (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2013, s.35).

2.6. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımı Etkileyen Faktörler

Genç üniversitelilerin serbest zamanlarını değerlendirmeleri ve rekreatif etkinliklere katılımları, üniversitedeki eğitimleri esnasında okulların kendilerine verdiği imkânlar kapsamında yarı örgütsel şekilde gerçekleşmekte; bu bağlamdaki üniversite okuyan öğrencilerin resmî olan eğitimleri dışında arta kalan zamanlarını güzel bir şekilde değerlendirmeleri için de yönlendirici bir rol üstlenebilmektedirler. Üniversitelerin gerçekleştirdiği ve hazırladıkları rekreasyonel programları ve bununla beraber altyapı olanakları, üniversite gençlerinin aralarındaki sosyal iletişimi artırırken diğer katılım nedenlerini de tatmin etmektedir. Türkiye'deki üniversitelerde öğrenim gören gençlerin serbest zaman faaliyetlerine katılmaları son yıllarda kampüslerinin gelişmesi ve yönetimlerin bu konudaki çabalarıyla günden güne hızla arttığı görülmekte birlikte birçok üniversitemizde yetersiz olduğu görülmektedir (Balcı, 2003, s.161-173).

Hall ve Page, rekreasyonel faaliyetlere katılmayı engellemekte olan konuları 4 temel başlık altında ele almıştır;

- Sezondaki engeller,
- Rekreasyon aktivitelerinin ulaşılabilirliği ve finansal kaynaklar
- Cinsiyet
- Moda ve kaynaklar (Hall ve Page, 2014, s.34)

2.7. İlgili Bazı Araştırmalar

Araştırmacı tarafından yapılan literatür taramasıyla, boş zaman engelleri ve serbest zaman tatminlerini inceleyen çalışmalardan bahsedilmeye çalışılmıştır.

2.7.1. Serbest zaman engelleri ile ilgili yapılan araştırmalar

Yerlisu-Lapa ve Köse (2018, ss. 356-375) serbest zaman engelleri ile engellerle baş etme stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi konulu çalışmalarında Akdeniz üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerden oluşmuştur Sonuç olarak, serbest zaman engelleri kümesinin varyansının %9.70'i serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri tarafından açıklanırken, serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri kümesinin

%10.41'inin serbest zaman engelleri kanonik değişkeni tarafından açıklandığı görülmektedir.

Lee, Liu, Zeng ve Huang (2015, s.81-90) boş zaman engelleri, boş zaman ilgisi ve katılım üzerine bir çalışmada, boş zaman engellerinin, bireyin öznel eğlence veya boş zaman faaliyetlerine katılmaya devam edememe algısını etkileyen faktörler olarak tanımlanmıştır. Boş zaman engelleri ölçeği, 'kişilerarası kısıtlamalar' (yani, psikolojik faktörlerin neden olduğu boş zaman katılımı üzerindeki kısıtlamalar), 'kişilerarası kısıtlamalar' (yani, kişilerarası etkileşim ilişkileri ile ilgili kısıtlamalar) ve 'yapısal kısıtlamalar' (örn; kişisel istek ve ihtiyaçlarla ilgili kısıtlamalar) olarak rapor etmişlerdir

Uzun, Pepe ve Turan (2017, s.298-303) üniversite öğrencilerinin rekreatif aktivitelere katılımına engel olan unsurları ve serbest zaman motivasyonları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Erciyes üniversitesinin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Güzel Sanatlar Fakültesi, Tıp Fakültesi, Eğitim Fakültesi, Hukuk Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesinde öğrenim gören, toplamda 800 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Sonuç olarak öğrencilerin cinsiyet, yaş haftalık serbest zaman, tesis yeterliliği ve yaşadıkları yer değişkenlerine göre boş zamanları değerlendirmede bir farklılığın gözükmediği, öğrenim gördükleri bölüm, genel akademik not ortalama değişkenlerine göre farklılık görülmüştür. Serbest zaman aktivitelerine katılımdaki engeller göz önünde bulundurulduğunda ise, öğrencilerin cinsiyet, yaş değişkenlerinde bir farklılığın gözükmediği, öğrenim gördükleri bölüm, genel akademik not ortalama, haftalık serbest zaman, tesis yeterliliği ve yaşadıkları yer değişkenlerinde farklılık görülmüştür. Üniversite öğrencilerin serbest zaman motivasyonları ve engelleri alt boyutları arasındaki ilişki tespit edilmiştir.

Huang, Chao ve Zhao (2013, ss.172-185) softbol oyuncularında boş zaman motivasyonu ve boş zaman engelleri üzerine bir araştırmaya göre, boş zaman kısıtlamaları boş zaman etkinlikleri sırasında boş zaman faaliyetlerine katılımı engelleyen veya sınırlayan faktörleri ifade eden çalışmalarında, boş zaman kısıtlaması ölçeğini kişilerarası kısıtlamalar, kişilerarası kısıtlamalar ve yapısal kısıtlar olmak üzere üç yapıdan oluştuğunu rapor etmişlerdir.

Kaas (2016, ss.10-19) üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılımlarıyla ve serbest zaman engelleriyle baş etmeleriyle bağlantılı olarak yaşam tatminleri ve vücut

algılarının incelenmesi amacıyla yapmış olduğu çalışmaya, Akdeniz Üniversitesinde Seçmeli Beden Eğitimi dersi alan 500 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonucunda, yaşam tatminiyle serbest zaman engelleriyle baş etme arasında pozitif anlamlı korelasyonlar elde edildiği ve vücut algısı ve yaşam tatmini arasında anlamlı ilişki bulunduğu rapor edilmiştir.

Adam, Hiamey ve Afenyo (2015, ss.145-158) Ghana Üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman engellerinin belirlenmesine yönelik 1160 üniversite öğrencisine yapılan bir araştırmada, kadın öğrencilerin, erkek öğrencilere göre daha fazla serbest zaman engeli ile karşılaştığı görülmüş, aynı zamanda gelir durumu düşük olan öğrencilerin, yüksek olan öğrencilere göre daha fazla serbest zaman engeli ile karşılaştığı tespit edilmiştir.

Öktem ve diğerleri (2016, ss. 11-19) Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören lisans öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılımlarının önündeki engelleri belirlemek amacıyla yapmış oldukları çalışmaya, rastgele örneklem yöntemi ile seçilmiş 131 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonucunda, cinsiyet değişkeni ile boş zaman engelleri ölçeğinin alt boyutlarından "Arkadaş Eksiği" boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma rapor etmişlerdir.

Masmanidis, Gargalianos ve Kosta (2009, ss.150-166) tarafından 7 üniversiteden toplam 3041 üniversite öğrencisine yapılan ve sportif rekreasyonel aktivitelere karşı algılanan engellerin incelendiği bir araştırmada, öğrencilerin bilgi eksikliği ve aktivitelere erişim engelleri yaşadığı tespit edilmiştir. Araştırma aynı zamanda öğrencilerden sadece %30'luk bir kısmının tesisleri sportif amaçlarla kullandığını vurgulamıştır. Araştırma sonuçları bilgi eksikliği alt boyutunda araştırmamız ile farklılık göstermektedir. Araştırma aynı zamanda, tesisler yeterli olduğu halde bu tesisler ile ilgili yeterli bilgi verilmediğinden dolayı, kullanımının düştüğünü ifade etmektedir.

Özşaker (2012, ss.126-131) Adnan Menderes Üniversitesinde okuyan öğrencilerin serbest zaman aktivitelerine katılamama nedenlerini tespit etmek amacıyla yapmış olduğu çalışmaya Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Sağlık Yüksek Okulu, Eğitim Fakültesi Resim ve Müzik Eğitimi Bölümleri ve Nazilli Meslek Yüksek Okullarından toplam 328 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin cinsiyet ile alt boyutlar arasında anlamlı farklılık bulunurken, refah düzeyinin aktivitelere katılmada önemli bir etken olduğunu rapor etmiştir.

Drakou, Tzetzis ve Mamantzi (2008, ss.1-8) Yunanistan'daki üniversite öğrencilerinin serbest zaman engellerine dair yaptıkları bir araştırmada, özellikle küçük şehirlerdeki öğrencilerin, büyük şehirlerdeki öğrencilere oranlara tesis eksikliğine dayalı engeller yaşadıklarını tespit etmiştir.

Sabancı (2016) Selçuk Üniversitesi'nde görev yapan öğretim elemanlarının rekreasyonel faaliyetlere katılımlarını engelleyen faktörleri belirleyerek, bu nedenleri bazı değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla yapmış olduğu çalışmaya 17 Fakülte, 1 Yüksekokul, 2 Meslek Yüksekokulu ve 1 Devlet Konservatuarında görev yapan 614 akademisyen gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmanın sonucunda, "zaman ve ilgi eksikliği" alt boyutunda yoğunlaştığı, bu farklılaşmanın ortaya çıkmasında ise; cinsiyet, medeni durum gibi değişkenlerin etkili olduğunu rapor etmiştir.

2.7.2. Serbest zaman tatmini ile ilgili yapılan araştırmalar

Doğaner ve Balcı, (2017, ss.119-128) Ankara Üniversitesi öğrencilerinin serbest zamanlarında egzersize katılma sıklıkları ve nedenlerini incelediği çalışmasında, örneklem grubunu 2012-2013 eğitim-öğretim döneminde aktif olarak öğrenimlerini sürdüren Ankara Üniversitesi Fakülteleri ve Yüksekokulları öğrencileri oluşturmaktadır. Bu amaçla, toplam 780 öğrenciye geliştirilen ölçek aracı uygulanmıştır. Sonuç olarak, katılımcıların serbest zamanlarını çoğunlukla müzik dinleyerek/yaparak ve internette ya da bilgisayar başında geçirdikleri belirlenmiştir.

Bonke, Dedding ve Lausten (2007, ss.113-131) Danimarka'da aynı evde yaşayan 1,494 kişinin gelir seviyeleri ve serbest zaman tatminleri arasındaki ilişkiyi incelemişler ve arasında pozitif bir ilişki tespit etmişlerdir Gelir arttıkça katılımcıların serbest zaman tatminleri arttığını rapor etmişlerdir.

Çakır (2017, ss.17-27) üniversitede öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetim biçimleri arasındaki ilişkiyi farklı değişkenlere göre incelemek amacıyla yapmış olduğu çalışmaya, toplam 250 üniversite öğrencisi çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Sonuç olarak; katılımcıların serbest zaman doyum düzeylerinin cinsiyet ve haftalık serbest zaman sürelerine göre değiştiği, 26 yaş ve üstü katılımcıların

serbest zaman yönetim biçimlerinde diğer bireylere oranla daha başarılı olduklarını rapor etmiştir.

Lu ve Hu (2005, ss. 325-342) tarafından Çinli üniversite öğrencilerin kişilik, boş zaman katılımı, boş zaman memnuniyeti ve mutluluk düzeyleri üzerine yapmış oldukları çalışmaya 423 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonucunda da kadın ve erkek katılımcıların serbest zaman tatmin düzeyinin cinsiyete göre fark göstermediğini tespit etmişlerdir.

Yerlisu-Lapa ve Ardahan (2009, ss. 132-144) Akdeniz Üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve değerlendirme biçimleri konulu çalışmalarında, 2009-2010 Eğitim-Öğretim yılında, 10 fakültede, üç yüksekokulda, üç meslek yüksekokulunda ve konservatuarda öğrenim gören toplam 25.355 öğrenci, örneklemini ise toplam 1138 öğrenci oluşturmuştur. Çalışmanın sonucunda, Akdeniz Üniversitesi öğrencilerinin serbest zamanlarını daha çok yerleşke dışında geçirdikleri, yerleşke içinde ise; ağırlıklı olarak yeme, içme, alışveriş gibi ihtiyaçların karşılandığı çarşı ve bölüm kantinleri gibi mekânlarda geçirdikleri tespit edilmiştir.

Misra ve McKean'ın (2000, ss. 41-51) Mid-Western Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin Akademik Stres ve Anksiyete, Zaman Yönetimi ve Serbest Zaman Tatmini arasındaki ilişki konulu çalışmalarına 249 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonucunda, kadın ve erkek katılımcıların serbest zaman tatmin düzeylerinde cinsiyete göre bir fark olmadığını ortaya koymuşlardır.

Afyon ve Karapınar (2014, ss.147-163) Muğla ilinde okuyan lise son sınıf öğrencilerinin serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmaya, Muğla il merkezi ve dokuz ilçesindeki liselerin son sınıfında okuyan tesadüfî örneklem metoduyla belirlenen 30'ar öğrenci toplam 300 öğrenci araştırma kapsamına alınmış ve anket uygulanmıştır. Sonuç olarak; lise son sınıf öğrencilerinin serbest zamanlarını yeterince değerlendiremedikleri, pasif olarak evlerinde geçirdikleri anlaşılmıştır.

Russell (1987, ss.273-283)'ın emeklilerin serbest zaman tatminlerini demografik özelliklere göre incelenmesi amacıyla yaptıkları çalışmaya 60-94 yaş arası 210 kişi katılmıştır. Çalışmanın sonucunda demografik özelliklerden biri olan gelir düzeyi arttıkça serbest zaman tatmin düzeyleri de arttığını rapor etmiştir.

Yiğit (2018, ss. 28) İnönü Üniversitesindeki topluluklarda rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenerek keşfedilmesi amacıyla yapmış olduğu çalışmaya rekrasyonel faaliyetlere katılan 485 kişi katılmıştır. Sonuçta yaş arttıkça serbest zaman tatmin düzeyinin arttığı, halk oyunları topluluğunun diğer topluluklara göre serbest zaman tatmin düzeylerinin daha yüksek olduğunu rapor etmiştir.

Ngai (2005, ss.195-207) yapmış olduğu çalışmada, Çin'in Macao ilinde yaşayan insanların yaşam kaliteleri ve serbest zaman tatminlerini incelemek amacıyla yapmış olduğu çalışmaya 993 kişi katılmıştır çalışmanın sonucunda, serbest zaman tatmin düzeylerinin cinsiyetlere göre farklılık gösterdiğini rapor etmişlerdir.

Can (2010, ss.861-870)'ın, Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümü 4. Sınıfında öğrenim gören öğrenci ailelerinin boş zamanlarını değerlendirme biçimlerini belirlemek amacıyla yaptığı çalışmaya tesadüfi örneklem metoduyla belirlenen 610 kişi katılmıştır. Araştırmada, boş zamanları değerlendirme ölçeğinden oluşan bir anket kullanılmıştır. Araştırma sonucunda; ailelerin yeterince isabetli bir şekilde boş zamanlarını değerlendiremedikleri, katılım biçimlerinin bilinçli olmadığı ve pasif olduğu, gelir düzeylerinin düşük olması nedeniyle diğer faaliyetlere yeterince katılamadıkları tespit edilmiştir.

BÖLÜM 3. MATERYAL VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırma kapsamında izlenen yöntem ele alınmıştır. Bu bağlamda araştırmanın modeli, katılımcıları, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin çözümlenmesinde kullanılan istatistiksel analizler hakkında bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma "tarama modeli" ve "ilişkisel tarama" modelleri olarak kurgulanmıştır. Tarama modeli, "geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır". İlişkisel tarama modeli ise, "iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleri" şeklinde tanımlanabilir (Karasar, 2018, s.109, 114).

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, 2018-2019 eğitim-öğretim yılında, İç Anadolu Bölgesinde yer alan ve kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenmiş olan Anadolu (720 öğrenci), Erciyes (1400 öğrenci) ve Selçuk (1160 öğrenci) Üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören toplamda 3280 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada örneklemi ise, bu evren içerisinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen ve araştırmaya gönüllü katılmayı kabul eden 900 spor bilimleri öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma grubuna ait betimsel istatistik sonuçları tablo 3.1' de sunulmuştur.

Tablo 3.1. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistik sonuçları.

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Erkek	511	56.8
	Kadın	389	43.2
Yaş	18-20	410	45.6
	21-23	317	35.2
	24 ve üzeri	173	19.2
Üniversite	Anadolu	300	33.3
	Erciyes	300	33.3
	Selçuk	300	33.3
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	225	25
	Antrenörlük Eğitimi	225	25
	Spor Yöneticiliği	225	25
	Rekreasyon Bölümü	225	25
Yaşanılan Yer	Öğrenci Yurdu	213	23.7
	Aile	415	48
	Ev Arkadaşları	255	28.3
Serbest Zaman	1-5	208	23.1
	6-10	287	31.9
	11-15	170	18.9
	16 ve üzeri	235	26.1
Tesis Yeterlilik Durumu	Evet	226	25.1
	Hayır	674	74.9
	Toplam	900	100

Tablo 3.1'de katılımcıların, cinsiyet gruplarına göre % 56.8'inin erkek, 43.2'inin kadın olduğu, yaş gruplarına göre % 45.6'sının 18-20, % 35.2'inin 21-12, %19.2'sinin 24 ve üzeri olduğu, öğrenim gördükleri üniversitelere göre, %33.3'ünün Anadolu, 33.3'ünün Erciyes, 33.3'ünün Selçuk üniversitesinden olduğu, öğrenim görülen bölümlere göre %25'inin beden eğitimi ve spor öğretmenliği, %25'inin antrenörlük eğitimi %25'inin spor yöneticiliği ve %25'inin rekreasyon bölümü olduğu, yaşanılan yerlere göre, %23.7'sinin öğrenci yurdu, %48'inin aile yanında ve %28.3'ünün ev arkadaşlarıyla yaşadığı, serbest zamanlarına sürelerine göre %23.1'inin 1-5, %31.9'unun 6-10, %18.9'unun 11-15 ve %26.1'inin 16 saat ve üzeri olduğu, tesis yeterlilik görüşlerine göre %25.1'inin evet ve %74.9'unun hayır görüşünde olduğu tespit edilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, veri toplama araçları olarak kişisel bilgi formu, boş zaman engelleri ve serbest zaman tatminleri ölçeği kullanılmıştır. Ölçme araçlarına ait detaylı bilgiler aşağıda verilmiştir.

3.3.1. Kişisel bilgi formu

Araştırmanın kişisel bilgi formu oluşturulurken, literatürdeki serbest zaman engelleri ve serbest zaman tatminleri üzerine yapılmış çalışmaların kişisel bilgi formları incelenmiş ve öğrencilerde incelenmek istenen özelliklerden oluşan bir havuz oluşturulmuştur. Daha sonra istatistik uzmanlarından yardım alınarak, gerekli form oluşturulmuştur. Oluşturulan bu formda, katılımcıların yaşları, cinsiyetleri, öğrenim gördüğü bölümleri, yaşadıkları yer, serbest zaman süresi, tesis yeterlilik durumu ve üniversite bilgilerini elde etmek amacıyla 7 soru içermektedir

3.3.2. Boş zaman engelleri ölçeği

Araştırmada Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen Gürbüz ve Karaküçük (2007) tarafından Türkçe' ye uyarlanan; Gürbüz, Öncü ve Emir (2012) tarafından rezive edilen "Boş Zaman Engelleri Ölçeği-18" kullanılmıştır. Ölçek, bireylerin boş zaman aktivitelerine katılımlarında engel/kısıtlayıcı olan nedenleri belirlemeyi amaçlayan (a) tesis/hizmet & ulaşım (8 madde), (b) sosyal ortam & bilgi eksikliği (5 madde), (c) birey psikolojisi (4 madde), (d) arkadaş eksikliği (3 madde), (e) zaman (4 madde) ve (f) ilgi eksikliği (3 madde) gibi 6 alt boyuttan ve 27 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler "kesinlikle önemsiz (1)" ve "önemsiz (2)", "önemli (3)", ve "çok önemli (4)" şeklinde 4'lü likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmektedir.

Boş Zaman Engelleri Ölçeği alt boyutlarına ait dağılımları incelendiğinde ise birinci alt boyut (birey psikolojisi) 1., 2., 3. ve 4. Maddelerden; ikinci alt boyut (bilgi eksikliği) 5., 6., 7., 8. ve 9. Maddelerden; üçüncü alt boyut (tesisler/hizmet) 10., 11., 12., 13., 14., 15., 16. ve 17. Maddelerden; dördüncü alt boyut (arkadaş eksikliği) 18., 19. ve 20. Maddelerden; beşinci alt boyut (zaman) 21., 22., 23. ve 24. maddelerden ve altıncı alt boyut (ilgi eksikliği) 25., 26. ve 27. maddelerden oluşmaktadır (Gürbüz, Öncü ve Emir, 2012). Araştırmacı tarafından yapılan literatür taramasında gerek ölçeği geliştiren gerekse uygulayan araştırmacıların yaptıkları çalışmalarda Boş Zaman Engelleri Ölçeği'ne ait herhangi bir toplam puan kavramına rastlanılmamıştır. Dolayısıyla sunulan bu çalışmada da ölçeğe ait alt boyutlar değerlendirilmeye alınmıştır.

"Boş Zaman Engelleri Ölçeği"nin alt boyutları için hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları 6 alt boyut için ,65 (zaman) ile ,86 (bilgi eksikliği) arasında değiştiği

görülmüştür (Gürbüz, Öncü ve Emir, 2012). Yapılan bu çalışmada, Ölçeğin güvenirliğini test etmek için hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısının 6 alt boyutta; birey psikolojisi için ,67; bilgi eksikliği için ,75; tesisler/hizmet için .69; arkadaş eksikliği için ,78; zaman için ,64 ve ilgi eksikliği için ,72 olduğu görülmüştür.

3.2.3. Serbest zaman doyum ölçeği

Araştırmada kullanılan ölçeğin uzun formu, Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilmiş şimdiki formu olan kısa form, uzun formun yerine 2002 yılında Idyll Arbor ve Inc tarafından düzenlenmiştir (Gökçe ve Orhan, 2011, s.139-145). Ölçek, bireylerin serbest zaman doyum düzeylerini belirlemeyi amaçlayan (a) psikolojik (4 madde), (b) eğitimsel (4 madde), (c) sosyal (4 madde), (d) rahatlama (4 madde), (e) fiziksel (4 madde) ve (f) estetik (4 madde) gibi 6 alt boyuttan ve 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler için puanlama, "Neredeyse hiç doğru değil", "Nadiren doğru", "Bazen doğru", "Çoğu kez doğru", "Neredeyse her zaman doğru" ifadelerine göre 1 ile 5 arasında puanlandırılmıştır.

Serbest zaman doyumu ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde; 1., 2., 3. ve 4. sorular psikolojik; 5., 6., 7. ve 8. sorular eğitimsel; 9., 10., 11. ve 12. sorular sosyal; 13., 14., 15. ve 16. sorular rahatlama; 17., 18., 19. ve 20. sorular fiziksel ve 21., 22., 23. ve 24. sorular estetik alt boyutunu kapsayan sorulardır (Gökçe ve Orhan, 2011, s.139-145). Ölçeğin geçerlilik güvenirliği Beard ve Ragheb tarafından ölçeğin uzun formu için yapılmış ve güvenirlik analizinde her bir boyut için alınan Cronbach Alpha katsayısı .85 ve .96 arası değişmekle birlikte skorun oldukça yeterli olduğu varsayılmaktadır. Ölçeğin kısa formunda ise bu katsayı ortalaması 0.93'tür (Gökçe ve Orhan 2011, s.139-144).

Serbest Zaman Doyum Ölçeği, Gökçe ve Orhan (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Cronbach Alpha değerleri araştırmacılar tarafından hesaplanmıştır. Ölçeğin genel toplamdaki değeri; .90, Psikolojik alt boyut için; .77, eğitimsel alt boyut için; .77, sosyal alt boyut için; .76, rahatlama alt boyutu için; .80, fizyolojik alt boyut için; .79, estetik alt boyutu için; .79' dur (Gökçe ve Orhan, 2011, s.139-144).

Araştırmacı tarafından yapılan literatür taramasında gerek ölçeği geliştiren gerekse uygulayan araştırmacıların yaptıkları çalışmalarda Serbest Zaman Doyumu Ölçeği'ne ait herhangi bir toplam puan kavramına rastlanılmamıştır. Dolayısıyla sunulan bu çalışmada

da ölçeğe ait alt boyutlar değerlendirilmeye alınmıştır. Yapılan bu çalışmada, ölçeğin güvenirliğini test etmek için hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısının Psikolojik için ,79; eğitimsel için ,72; sosyal için ,79; rahatlama için ,61; fizyolojik için ,69 ve estetik için ,64 olduğu görülmüştür.

Alpar (2001) yaptığı çalışmasında, Cronbach Alpha skorunun 0.60-0.80 değerleri arasında yer almasını oldukça güvenilir olarak ifade etmesinden dolayı "Boş zaman Engelleri" ve "Serbest Zaman Doyumu" ölçeklerinin iç tutarlık katsayılarının yeterli olduğu söylenebilir.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri 2018-2019 eğitim-öğretim yılında, İç Anadolu bölgesinde bulunan Anadolu, Selçuk ve Erciyes Üniversitesindeki Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinden toplanmıştır. Araştırmada uygulanan anketler için üniversitelere ait fakültelerden gerekli izinler alınmıştır. Ölçeklerin ve formun uygulanması esnasında araştırmacı tarafından, üniversitede görev yapan öğretim elemanın da izni alınmıştır. Öğretim elemanlarını ile birlikte sınıf ortamına girilmiştir. Öğretim elemanı kontrolü altında araştırmacı hem çalışma hem de ölçekler hakkında gerekli sözlü ve yazılı bilgilendirmeleri yapmıştır. Gerekli bilgilendirmeler yapıldıktan sonra, ölçeklerin uygulanması öğretim elemanları ile birlikte sınıf ortamında yapılmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Kişisel bilgi formu, serbest zaman engelleri ve boş zaman tatminleri ölçeğinden elde edilen veriler bilgisayar ortamında analiz yapılmıştır. Verilerin analizine karar vermeden önce verilerin normallik dağılımına uygunluğu çarpıklık-basıklık değerlerine bakılarak kontrol edilmiştir. Yapılan analizin ardından verilerin -1>…<+1 aralığında olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu değerlerin normal dağılıma uygun olduğu kabul edilebilir (George ve Mallery, 2016, s. 112). Araştırmada, katılımcılara ilişkin kişisel bilgiler ve veriler frekans (f) ve yüzde (%) değerleri olarak tespit edilerek verilmiştir. Verilerin analizinde ikili karşılaştırmalarda bağımsız gruplar t-testi uygulanırken üç ya da daha fazla değişkenin karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (one way-ANOVA) kullanılmıştır. Çoklu karşılaştırma testlerinde ise Post Hoc

(TUKEY) testi uygulanmıştır. Ayrıca ölçeklerden elde edilen puanların arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Tablo 3.1' de verilerin normallik sonuçları yer almaktadır.

Tablo 3.1. Çarpıklık-Basıklık değerleri sonuçları.

		n	Çarpıklık	Basıklık
Boş Zaman Engelleri	Birey Psikolojisi	900	-.253	-.321
	Bilgi Eksikliği	900	-.493	-.051
	Tesisler/hizmet	900	-.407	.267
	Arkadaş Eksikliği	900	-.184	-.341
	Zaman	900	-.401	.336
	İlgi Eksikliği	900	-.152	-.292
Serbest Zaman Tatmini	Psikolojik	900	.373	.238
	Eğitimsel	900	-.449	.387
	Sosyal	900	.044	-.261
	Rahatlama	900	-.068	-.204
	Fiziksel	900	.230	.036
	Estetik	900	-.456	-.104

Tablo 3.1' e göre boş zaman engelleri ve serbest zaman tatmini ölçeklerinin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1>…<+1 aralığında olduğu tespit edilmiştir.

BÖLÜM 4. ARAŞTIRMA BULGULARI

Araştırmanın bu bölümünde araştırma kapsamında yapılan istatistiksel analizlerin bulgularına ve yorumlarına yer verilmiştir.

Tablo 4.1: Katılımcıların serbest zaman engelleri puanlarının betimsel istatistik sonuçları.

Serbest Zaman Engelleri	n	Min	Max	X±Sd
Birey Psikolojisi	900	4.00	16.00	10.14±2.81
Bilgi Eksikliği	900	5.00	20.00	13.80±3.51
Tesisler/hizmet	900	8.00	32.00	23.31±4.60
Arkadaş Eksikliği	900	3.00	12.00	7.65±2.27
Zaman	900	4.00	16.00	10.99±2.42
İlgi Eksikliği	900	3.00	12.00	7.43±2.24

Tablo 4.1 incelendiğinde, üniversitede öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman engelleri ölçeğinin alt boyutlarından birey psikolojisi boyutu 10.14±2.81, bilgi eksikliği boyutunun 13.80±3.51, tesisler/hizmet boyutunun 23.31±4.60, arkadaş eksikliği boyutunun 7.65±2.27, zaman boyutunun 10.99±2.42 ve ilgi eksikliği boyutunun ise 7.43±2.24 olduğu görülmektedir.

Tablo 4.2: Katılımcıların cinsiyet gruplarına göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Engelleri	Cinsiyet	n	X±Ss	t	p
Birey Psikolojisi	Erkek	511	10.29±2.78	1.795	.073
	Kadın	389	9.95±2.83		
Bilgi Eksikliği	Erkek	511	14.10±3.36	2.937	.003*
	Kadın	389	13.40±3.68		
Tesisler/hizmet	Erkek	511	23.62±4.71	2.320	.021*
	Kadın	389	22.91±4.43		
Arkadaş Eksikliği	Erkek	511	7.76±2.29	1.604	.109
	Kadın	389	7.51±2.25		
Zaman	Erkek	511	11.16±2.37	2.508	.012*
	Kadın	389	10.76±2.46		
İlgi Eksikliği	Erkek	511	7.36±2.22	-1.037	.300
	Kadın	389	7.51±2.26		

Tablo 4.2 incelendiğinde, katılımcıların cinsiyet gruplarına göre serbest zaman engellerinden; bilgi eksikliği, tesisler/hizmet ve zaman alt boyutlarında erkekler yönünde

anlamlı farklılık ($p<0.05$) tespit edilirken, birey psikolojisi, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.3: Katılımcıların yaş gruplarına göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Engelleri	Yaş	n	X± Ss	F	p	Tukey
Birey Psikolojisi	18-20[a]	410	10.26±2.91	1.327	.266	-
	21-23[b]	317	9.94±2.66			
	24 üzeri[c]	173	10.25±2.81			
Bilgi Eksikliği	18-20[a]	410	13.93±3.54	1.081	.340	-
	21-23[b]	317	13.57±3.40			
	24 üzeri[c]	173	13.91±3.65			
Tesisler	18-20[a]	410	23.20±4.82	.286	.751	-
	21-23[b]	317	23.46±4.47			
	24 üzeri[c]	173	23.28±4.34			
Arkadaş Eksikliği	18-20[a]	410	7.78±2.29	3.767	.023*	a>c
	21-23[b]	317	7.72±2.26			
	24 üzeri[c]	173	7.23±2.21			
Zaman	18-20[a]	410	10.84±2.54	2.166	.115	-
	21-23[b]	317	11.01±2.38			
	24 üzeri[c]	173	11.29±2.15			
İlgi Eksikliği	18-20[a]	410	7.32±2.35	1.601	.202	-
	21-23[b]	317	7.42±2.13			
	24 üzeri[c]	173	7.68±2.14			

Tablo 4.3 incelendiğinde, katılımcıların yaş gruplarına göre serbest zaman engellerinden; arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Farklılığın kaynağı için yapılan Post Hoc (TUKEY) çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre arkadaş eksikliği alt boyutunda 18-20 yaş grubunun puan ortalamasının 24 ve üzeri yaş grubunun puan ortalamasından anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 4.4: Katılımcıların öğrenim görülen bölümlere göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları.

Serbest Zaman Engelleri	Öğrenim Görülen Bölüm	n	X± Ss	F	p	Tukey
Birey Psikolojisi	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	10.03±2.80	.912	.435	-
	Antrenörlük eğitimi[b]	225	10.21±2.80			
	Spor Yöneticiliği[c]	225	10.36±3.05			
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	9.97±2.55			

Bilgi Eksikliği	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	13.94±3.51	.336	.800	-
	Antrenörlük eğitimi[b]	225	13.90±3.49			
	Spor Yöneticiliği[c]	225	13.68±3.54			
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	13.69±3.53			

Tablo 4.4: (Devam) Katılımcıların öğrenim görülen bölümlere göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları.

Serbest Zaman Engelleri	Öğrenim Görülen Bölüm	n	X± Ss	F	p	Tukey
Tesisler	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	23.58±4.65	1.221	.301	-
	Antrenörlük eğitimi[b]	225	23.09±4.69			
	Spor Yöneticiliği[c]	225	23.62±4.23			
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	22.95±4.82			
Arkadaş Eksikliği	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	7.76±2.37	.244	.866	-
	Antrenörlük eğitimi[b]	225	7.61±2.26			
	Spor Yöneticiliği[c]	225	7.65±2.15			
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	7.59±2.32			
Zaman	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	11.08±2.43	.784	.503	-
	Antrenörlük eğitimi[b]	225	10.83±2.35			
	Spor Yöneticiliği[c]	225	10.91±2.47			
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	11.13±2.42			
İlgi Eksikliği	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	7.47±2.28	1.233	.297	-
	Antrenörlük eğitimi[b]	225	7.23±2.20			
	Spor Yöneticiliği[c]	225	7.62±2.16			
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	7.38±2.30			

Tablo 4.4 incelendiğinde, katılımcıların öğrenim görülen bölümlere göre serbest zaman engellerinden; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.5: Katılımcıların yaşanılan yere göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları.

Serbest Zaman Engelleri	Yaşanılan Yer	n	X± Ss	F	p	Tukey
Birey Psikolojisi	Yurt[a]	213	9.98±3.02	.523	.593	-
	Aile[b]	432	10.22±2.75			
	Ev Arkadaşı[c]	255	10.16±2.71			
Bilgi Eksikliği	Yurt[a]	213	13.90±3.45	.138	.871	-
	Aile[b]	432	13.80±3.55			
	Ev Arkadaşı[c]	255	13.73±3.52			

Tesisler	Yurt[a]	213	22.88±4.83	1.256	.285	-
	Aile[b]	432	23.47±4.69			
	Ev Arkadaşı[c]	255	23.40±4.25			
Arkadaş Eksikliği	Yurt[a]	213	7.69±2.30	2.247	.106	-
	Aile[b]	432	7.78±2.26			
	Ev Arkadaşı[c]	255	7.40±2.26			
Zaman	Yurt[a]	213	10.57±2.50	4.875	.008*	b>a
	Aile[b]	432	11.20±2.47			
	Ev Arkadaşı[c]	255	10.97±2.21			
İlgi Eksikliği	Yurt[a]	213	7.36±2.34	.307	.736	-
	Aile[b]	432	7.49±2.19			
	Ev Arkadaşı[c]	255	7.38±2.24			

Tablo 4.5 incelendiğinde, katılımcıların yaşanılan yerlere göre serbest zaman engellerinden; zaman alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Farklılığın kaynağı için yapılan Post Hoc (TUKEY) çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre zaman alt boyutunda ailenin yanında kalanların puan ortalamasının yurtta kalanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 4.6: Katılımcıların boş zaman sürelerine göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları.

Serbest Zaman Engelleri	Boş Zaman	n	X± Ss	F	p	Tukey
Birey Psikolojisi	1-5[a]	208	10.20±2.78	1.692	.167	-
	6-10[b]	287	10.25±2.83			
	11-15[c]	170	10.36±2.53			
	16+[d]	235	9.80±2.97			
Bilgi Eksikliği	1-5[a]	208	14.18±3.56	1.452	.226	-
	6-10[b]	287	13.75±3.43			
	11-15[c]	170	13.86±3.10			
	16+[d]	235	13.49±3.84			
Tesisler	1-5[a]	208	23.66±4.47	1.207	.306	-
	6-10[b]	287	23.50±4.57			
	11-15[c]	170	23.00±4.13			
	16+[d]	235	22.99±5.06			
Arkadaş Eksikliği	1-5[a]	208	7.92±2.23	1.563	.197	-
	6-10[b]	287	7.48±2.24			
	11-15[c]	170	7.57±2.19			
	16+[d]	235	7.69±2.41			
Zaman	1-5[a]	208	11.44±2.19	3.757	.011*	a>d
	6-10[b]	287	10.97±2.38			
	11-15[c]	170	10.89±2.33			
	16+[d]	235	10.69±2.66			
İlgi Eksikliği	1-5[a]	208	7.65±2.14	1.514	.209	-
	6-10[b]	287	7.47±2.27			
	11-15[c]	170	7.36±2.14			
	16+[d]	235	7.21±2.34			

Tablo 4.6 incelendiğinde, katılımcıların serbest zaman sürelerine göre boş zaman engellerinden; zaman alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Farklılığın kaynağı için yapılan Post Hoc (TUKEY) çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre zaman alt boyutunda 1-5 saat serbest zaman süresi olanların puan ortalamasının 16 ve üzeri serbest zaman süresi olanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 4.7: Katılımcıların tesis yeterlilik görüşlerine göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları.

Serbest Zaman Engelleri	Tesis Yeterliliği	n	X±Ss	t	p
Birey Psikolojisi	Evet	226	10.67±2.71	3.295	.001*
	Hayır	674	9.97±2.82		
Bilgi Eksikliği	Evet	226	14.25±3.43	2.213	.027*
	Hayır	674	13.65±3.53		
Tesisler/hizmet	Evet	226	22.73±4.55	-2.214	.027*
	Hayır	674	23.51±4.61		
Arkadaş Eksikliği	Evet	226	7.62±2.33	-.292	.770
	Hayır	674	7.67±2.26		
Zaman	Evet	226	11.30±2.20	2.256	.024*
	Hayır	674	10.88±2.48		
İlgi Eksikliği	Evet	226	7.82±2.15	3.067	.002*
	Hayır	674	7.29±2.25		

Tablo 4.7 incelendiğinde katılımcıların tesis yeterlilik görüşlerine göre serbest zaman engellerinden; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.8: Katılımcıların öğrenim görülen üniversitelere göre serbest zaman engelleri puanlarının karşılaştırma sonuçları.

Serbest Zaman Engelleri	Üniversite	n	X± Sd	F	p	Tukey
Birey Psikolojisi	Anadolu[a]	300	9.89±2.81	2.003	.135	-
	Erciyes[b]	300	10.33±2.88			
	Selçuk[c]	300	10.22±2.71			
Bilgi Eksikliği	Anadolu[a]	300	13.79±3.29	.039	.961	-
	Erciyes[b]	300	13.85±3.63			
	Selçuk[c]	300	13.77±3.63			
Tesisler	Anadolu[a]	300	22.94±4.69	1.648	.193	-
	Erciyes[b]	300	23.62±4.24			

	Selçuk[c]	300	23.37±4.85			
Arkadaş Eksikliği	Anadolu[a]	300	7.52±2.34	.882	.414	-
	Erciyes[b]	300	7.68±2.23			
	Selçuk[c]	300	7.76±2.25			
Zaman	Anadolu[a]	300	10.98±2.30	.664	.515	-
	Erciyes[b]	300	10.88±2.54			
	Selçuk[c]	300	11.11±2.41			
İlgi Eksikliği	Anadolu[a]	300	7.45±2.19	.039	.962	-
	Erciyes[b]	300	7.42±2.28			
	Selçuk[c]	300	7.40±2.25			

Tablo 4.8 incelendiğinde, katılımcıların öğrenim gördükleri üniversitelere göre serbest zaman engellerinden; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir (p>0.05).

Tablo 4.9: Katılımcıların serbest zaman tatmini ölçeği betimsel istatistik sonuçları.

Serbest Zaman Tatmini	n	Min	Max	X±Sd
Psikolojik	900	4.00	20.00	10.12±2.86
Eğitimsel	900	4.00	20.00	13.58±2.64
Sosyal	900	5.00	20.00	13.45±3.05
Rahatlama	900	4.00	20.00	12.73±3.02
Fiziksel	900	4.00	20.00	12.46±3.07
Estetik	900	4.00	20.00	14.84±3.25

Tablo 4.9 incelendiğinde, katılımcıların serbest zaman tatmini ölçeğinin alt boyutlarından psikolojik boyutu 10.12±2.86, eğitimsel boyutunun 13.58±2.64, sosyal boyutunun 13.45±3.05, rahatlama boyutunun 12.73±3.02, fiziksel boyutunun 12.46±3.07 ve estetik boyutunun ise 14.84±3.25 olduğu görülmektedir.

Tablo 4.10: Katılımcıların cinsiyet gruplarına göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Tatmini	Cinsiyet	n	X±Ss	t	p
Psikolojik	Erkek	511	9.91±2.75	-2.498	.013*
	Kadın	389	10.39±2.97		
Eğitimsel	Erkek	511	13.63±2.52	.676	.499
	Kadın	389	13.51±2.79		
Sosyal	Erkek	511	13.38±3.04	-.862	.389
	Kadın	389	13.55±3.06		
Rahatlama	Erkek	511	12.79±2.98	.642	.521
	Kadın	389	12.66±3.08		
Fiziksel	Erkek	511	12.64±3.00	2.097	.036*
	Kadın	389	12.21±3.16		
Estetik	Erkek	511	14.99±3.15	1.608	.108
	Kadın	389	14.64±3.37		

Tablo 4.10 incelendiğinde, katılımcıların cinsiyet gruplarına göre serbest zaman tatmini; psikolojik alt boyutunda kadınlar ve fiziksel alt boyutunda ise erkekler yönünde anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), eğitimsel, sosyal, rahatlama ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.11: Katılımcıların yaşa göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Tatmini	Yaş	n	X± Ss	F	p	Tukey
Psikolojik	18-20[a]	410	10.03±2.83	1.639	.195	-
	21-23[b]	317	10.34±2.85			
	24 üzeri[c]	173	9.91±2.91			
Eğitimsel	18-20[a]	410	13.55±2.63	1.598	.203	-
	21-23[b]	317	13.45±2.62			
	24 üzeri[c]	173	13.89±2.67			
Sosyal	18-20[a]	410	13.49±3.05	1.203	.301	-
	21-23[b]	317	13.27±3.10			
	24 üzeri[c]	173	13.70±2.95			

Tablo 4.11: (Devam) Katılımcıların yaşa göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Tatmini	Yaş	n	X± Ss	F	p	Tukey
Rahatlama	18-20[a]	410	12.81±3.09	.275	.759	a>c
	21-23[b]	317	12.65±2.87			
	24 üzeri[c]	173	12.69±3.13			
Fiziksel	18-20[a]	410	12.44±3.05	.282	.755	-
	21-23[b]	317	12.39±2.96			
	24 üzeri[c]	173	12.61±3.34			
Estetik	18-20[a]	410	14.76±3.34	2.991	.055	-
	21-23[b]	317	14.66±3.12			
	24 üzeri[c]	173	15.38±3.24			

Tablo 4.11 incelendiğinde katılımcıların yaşlarına göre serbest zaman tatmini; rahatlama alt boyutunda anlamlı farklılık 18-20 yaş yönünde tespit edilirken ($p<0.05$), psikolojik, eğitimsel, sosyal, fiziksel ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Farklılığın kaynağı için yapılan Post Hoc (TUKEY) çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre rahatlama alt boyutunda 18-20 yaş grubunda olanların puan ortalamasının 24 ve üzeri yaş grubunda olanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 4.12: Katılımcıların öğrenim görülen bölüme göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Tatmini	Üniversite	n	X± Ss	F	P
Psikolojik	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	10.04±3.03	.355	.786

	Antrenörlük Eğitimi[b]	225	10.03±2.80		
	Spor Yöneticiliği[c]	225	10.13±2.75		
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	10.28±2.84		
Eğitimsel	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	13.80±2.63	.877	.453
	Antrenörlük Eğitimi[b]	225	13.56±2.64		
	Spor Yöneticiliği[c]	225	13.57±2.55		
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	13.40±2.73		
Sosyal	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	13.70±3.18	1.000	.392
	Antrenörlük Eğitimi[b]	225	13.45±3.00		
	Spor Yöneticiliği[c]	225	13.20±2.99		
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	13.46±3.02		
Rahatlama	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	12.59±3.25	.257	.856
	Antrenörlük Eğitimi[b]	225	12.76±2.87		
	Spor Yöneticiliği[c]	225	12.75±2.86		
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	12.84±3.09		
Fiziksel	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	12.55±3.26	.771	.510
	Antrenörlük Eğitimi[b]	225	12.55±2.87		
	Spor Yöneticiliği[c]	225	12.54±3.06		
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	12.19±3.10		
Estetik	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği[a]	225	15.13±3.35	.994	.395
	Antrenörlük Eğitimi[b]	225	14.81±3.24		
	Spor Yöneticiliği[c]	225	14.82±3.26		
	Rekreasyon Eğitimi Bölümü[d]	225	14.60±3.15		

Tablo 4.12 incelendiğinde katılımcıların öğrenim görülen bölüme göre serbest zaman tatmini; psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama, fiziksel ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.13: Katılımcıların yaşanılan yere göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Tatmini	Yaşanılan Yer	N	X± Ss	F	p	Tukey

Psikolojik	Yurt[a]	213	9.91±3.03	1.408	.245	-
	Aile[b]	432	10.28±2.67			
	Ev Arkadaşı[c]	255	10.02±3.01			
Eğitimsel	Yurt[a]	213	13.88±2.67	1.815	.163	-
	Aile[b]	432	13.49±2.57			
	Ev Arkadaşı[c]	255	13.49±2.71			
Sosyal	Yurt[a]	213	13.81±3.17	2.174	.114	-
	Aile[b]	432	13.40±3.06			
	Ev Arkadaşı[c]	255	13.24±2.92			
Rahatlama	Yurt[a]	213	13.03±2.94	1.956	.142	-
	Aile[b]	432	12.74±3.03			
	Ev Arkadaşı[c]	255	12.47±3.06			
Fiziksel	Yurt[a]	213	12.57±3.11	.212	.809	-
	Aile[b]	432	12.44±2.98			
	Ev Arkadaşı[c]	255	12.40±3.21			
Estetik	Yurt[a]	213	15.11±3.36	1.013	.364	-
	Aile[b]	432	14.73±3.28			
	Ev Arkadaşı[c]	255	14.81±3.11			

Tablo 4.13 incelendiğinde katılımcıların yaşanılan yere göre serbest zaman tatmini; psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama, fiziksel ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.14: Katılımcıların boş zaman sürelerine göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Tatmini	Boş Zaman	n	X± Ss	F	p	Tukey
Psikolojik	1-5[a]	208	9.62±2.92	2.898	.034	c>a
	6-10[b]	287	10.21±2.95			
	11-15[c]	170	10.33±2.54			
	16+[d]	235	10.30±2.87			
Eğitimsel	1-5[a]	208	13.79±2.86	1.700	.165	-
	6-10[b]	287	13.34±2.57			
	11-15[c]	170	13.82±2.34			
	16+[d]	235	13.52±2.70			
Sosyal	1-5[a]	208	13.63±3.32	1.277	.281	-
	6-10[b]	287	13.25±2.87			
	11-15[c]	170	13.74±2.89			
	16+[d]	235	13.33±3.12			
Rahatlama	1-5[a]	208	13.07±3.07	1.708	.164	-
	6-10[b]	287	12.55±2.99			
	11-15[c]	170	12.90±2.74			
	16+[d]	235	12.54±3.19			

Tablo 4.14: (Devam) Katılımcıların boş zaman sürelerine göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Tatmini	Boş Zaman	n	X± Ss	F	p	Tukey
Fiziksel	1-5[a]	208	12.73±3.21	1.545	.201	-
	6-10[b]	287	12.48±2.96			
	11-15[c]	170	12.56±2.98			
	16+[d]	235	12.12±3.15			
Estetik	1-5[a]	208	14.83±3.45	.337	.799	-

6-10[b]	287	14.72±3.09
11-15[c]	170	15.04±3.08
16+[d]	235	14.86±3.38

Tablo 4.14 incelendiğinde katılımcıların serbest zaman sürelerine göre serbest zaman tatmini; psikolojik alt boyutunda anlamlı farklılık 16 saat ve üzeri yönünde tespit edilirken ($p<0.05$), eğitimsel, sosyal, rahatlama fiziksel ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Farklılığın kaynağı için yapılan Post Hoc (TUKEY) çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre psikolojik alt boyutunda 11-15 saat boş zaman süresi olanların puan ortalamasının 1-5 saat boş zaman süresi olanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 4.15: Katılımcıların tesis yeterlilik durumuna göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Tatmini	Tesis Yeterliliği	n	X±Ss	t	p
Psikolojik	Evet	226	10.15±2.95	.219	.827
	Hayır	674	10.11±2.83		
Eğitimsel	Evet	226	13.69±2.71	.712	.477
	Hayır	674	13.55±2.61		
Sosyal	Evet	226	13.67±3.08	1.256	.210
	Hayır	674	13.38±3.04		
Rahatlama	Evet	226	12.82±2.97	.522	.602
	Hayır	674	12.70±3.04		
Fiziksel	Evet	226	12.47±3.02	.095	.925
	Hayır	674	12.45±3.09		
Estetik	Evet	226	14.79±3.14	-.292	.771
	Hayır	674	14.86±3.29		

Tablo 4.15 incelendiğinde katılımcıların tesis yeterlilik durumuna göre serbest zaman tatmini; psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama, fiziksel ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.16: Katılımcıların öğrenim görülen üniversiteye göre serbest zaman tatmini puanlarının karşılaştırılması.

Serbest Zaman Tatmini	Üniversite	n	X± Ss	F	P	Tukey
Psikolojik	Anadolu[a]	300	10.16±2.75	.121	.886	-
	Erciyes[b]	300	10.14±3.07			
	Selçuk[c]	300	10.05±2.75			
Eğitimsel	Anadolu[a]	300	13.47±2.71	1.113	.329	-

	Erciyes[b]	300	13.51±2.68			
	Selçuk[c]	300	13.77±2.51			
Sosyal	Anadolu[a]	300	13.34±3.09	.307	.736	-
	Erciyes[b]	300	13.52±3.01			
	Selçuk[c]	300	13.50±3.06			
Rahatlama	Anadolu[a]	300	12.56±2.97	2.206	.111	-
	Erciyes[b]	300	13.03±2.94			
	Selçuk[c]	300	12.60±3.14			
Fiziksel	Anadolu[a]	300	12.25±3.11	1.719	.180	-
	Erciyes[b]	300	12.71±3.11			
	Selçuk[c]	300	12.42±2.99			
Estetik	Anadolu[a]	300	14.55±3.35	2.452	.087	-
	Erciyes[b]	300	14.85±3.22			
	Selçuk[c]	300	15.13±3.17			

Tablo 4.16 incelendiğinde katılımcıların öğrenim görülen üniversiteye göre serbest zaman tatmini; psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama, fiziksel ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir (p>0.05).

Tablo 4.17: Katılımcıların serbest zaman engelleri puanları ile serbest zaman tatmini puanları arasındaki ilişki sonuçları.

		Birey Psikolojisi	Bilgi Eksikliği	Tesisler	Arkadaş Eksikliği	Zaman	İlgi Eksikliği
Psikolojik	r	.204**	.165**	.175**	.183**	.171**	.196**
	p	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Eğitimsel	r	.069*	.059	.198**	.040	.114**	.117**
	p	.040	.078	.000	.235	.001	.000
Sosyal	r	.144**	.172**	.221**	.041	.127**	.060
	p	.000	.000	.000	.215	.000	.074
Rahatlama	r	.064	.151**	.239**	.065	.124**	.088**
	p	.056	.000	.000	.053	.000	.008
Fiziksel	r	.122**	.174**	.189**	.129**	.161**	.093**
	p	.000	.000	.000	.000	.000	.005
Estetik	r	.116**	.100**	.227**	.005	.118**	.019
	p	.000	.003	.000	.886	.000	.572

*p<0.05, **p<0.001 n=900

Tablo 4.17 incelendiğinde birey psikolojisi alt boyutu ile psikolojik (r=.204, p=.000), eğitimsel (r=.069, p=.040), fiziksel (r=.122, p=.000), estetik (r=.166, p=.000) ve sosyal (r=.144, p=.000) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilirken; rahatlama alt boyutu ile (r=.064, p=.056) arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir.

Bilgi eksikliği alt boyutu ile psikolojik (r=.165, p=.000), sosyal (r=.172, p=.000), rahatlama (r=.151, p=.000), fiziksek (r=.174, p=.000) ve estetik (r=.100, p=.003) alt

boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilirken; eğitimsel alt boyutu ile (r=.059, p=.078) arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir.

Tesisler alt boyutu ile psikolojik (r=.175, p=.000), eğitimsel (r=.198, p=.000), sosyal (r=.221, p=.000), rahatlama (r=.239, p=.000), fiziksek (r=.189, p=.000) ve estetik (r=.227, p=.000) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Arkadaş eksikliği alt boyutu ile psikolojik (r=.183, p=.000), fiziksek (r=.129, p=.000), alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilirken, eğitimsel (r=.040, p=.235), sosyal özelliği (r=.041, p=.215), rahatlama (r=.065, p=.053) ve estetik (r=.005, p=.886) alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir.

Zaman alt boyutu ile psikolojik (r=.171, p=.000), eğitimsel (r=.114, p=.001), sosyal (r=.127, p=.000), rahatlama (r=.124, p=.000), fiziksek (r=.161, p=.000) ve estetik (r=.161, p=.000) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

İlgi eksikliği alt boyutu ile psikolojik (r=.196, p=.000), eğitimsel (r=.117, p=.000), rahatlama (r=.088, p=.008) ve fiziksel (r=.093, p=.005) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilirken; Sosyal (r=.060, p=.074) ve Estetik (r=.019, p=.572) alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir.

BÖLÜM 5. TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde, bulguların istatistiksel analiz sonuçları literatür ışığında tartışılmış ve bu bulgulara ait yorum, sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

5.1. Tartışma

Katılımcıların serbest zaman engelleri ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde, rekreasyonel etkinliklere katılımlarında tesisler/hizmet, bilgi eksikliği ve zaman boyutlarının sırasıyla en önemli engeller olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde birçok çalışmada tesis/hizmet eksikliği, bilgi eksikliği ve zaman faktörlerini benzer şekilde ortaya konulmuştur. Uzun, Pepe ve Turan'ın (2017) değişik fakültelerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin, serbest zaman engelleri ölçeği alt boyutlarından en yüksek boyutun tesisler/hizmet boyutunun olduğunu rapor etmiştir. Yine bir başka çalışmada, Güler (2017) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin boş zaman engellerini konu alan çalışmasında, tesisler/hizmet boyutunun en önemli engel olduğunu rapor etmiştir. Ayrıca literatürde, çeşitli örneklem grupları üzerinde konu ile ilgili yapılan çalışmalardan elde edilen bulgularla büyük ölçüde benzerlik göstermektedir. Bu çalışmalar (Demirel ve Harmandar, 2009; Kandaz-Gelen ve Hergüner, 2007; Amin ve diğ., 2011; Özdilek, Demirel ve Harmandar, 2007; Cerin ve diğ., 2010; Masmanidis, Gargalianos ve Kosta, 2009) incelendiğinde, rekreatif etkinliklere katılımın önündeki engellerin genellikle tesis ve zaman yetersizliği ile ilgili olduğu gözlenmektedir. Elde edilen bu bilgiler ışığında, öğrencilerin serbest zaman aktivitelerinden haberdar olmadığı yeterli zamanlarının olmadığı veya tesislerin kullanım için yeterli özelliklere sahip olmadığı bilgisine varılmıştır. Bu durum gerek üniversitelerin öğrencileri bilgilendirecek yeterli iletişim ağına sahip olamamalarından, gerek öğrencilerin lisans dersleri yoğunluğundan ya da okul dışı zamanlarında çalışmak zorunda olmalarından gerekse öğrencilerin okul ve iş dışı zamanlarında serbest etkinliklere katılmaya karar

verdiklerinde tesislerin yoğunluğundan veya atıl konumda olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların cinsiyet gruplarına göre serbest zaman engellerinden; bilgi eksikliği, tesisler/hizmet ve zaman alt boyutlarında anlamlı farklılık ($p<0.05$) tespit edilirken, birey psikolojisi, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Anlamlı farklılık tespit edilen, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet ve zaman alt boyutlarında anlamlı farklılığın erkek öğrenciler yönünde olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde; Tolukan ve Yılmaz (2014), özel yetenekle ilgili bölümlerde okuyan öğrencilerin, serbest zaman engellerini incelediği çalışmasında kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre bilgi eksikliği noktasında daha anlamlı sonuç verdiği rapor edilmiştir. Yine bir başka çalışmada Gürbüz ve Karaküçük (2007) öğretim elemanlarına yönelik yapmış oldukları araştırmada boş zaman engelleri ölçeğinin, zaman, bilgi eksikliği ve para alt boyutunda cinsiyete göre farklılık tespit edilmiştir. Literatürde, cinsiyetin sosyal etkinin önemli bir parçası olduğu, boş zaman faaliyetlerini tercih etmede ve katılımda etkisi olduğunu ortaya koymuşlardır (Culp, 1998; Moccia, 2000; Alexandris ve Carroll, 1997; Amin ve diğ., 2011; Masmanidis, Gargalianos ve Kosta, 2009). Bu durumun toplumsal yapı ve bu yapının oluşturduğu baskı dolayısıyla kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre rekreasyonel faaliyetlere aktif katılımlı etkinliklere daha az yönelmelerinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Katılımcıların yaş gruplarına göre serbest zaman engellerinden; arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı farklılığın 18-20 ve 24 ve üzeri yaş grupları arasında, 18-20 yaş aralığındaki öğrenciler yönünde olduğu görülmektedir. Literatürde, boş zamanlarda fiziksel aktivitelere katılımın önündeki algılanan engeller ile yaş faktörü arasındaki ilişki incelenmiş ve araştırma sonuçlarına göre 18-25 yaş arasındaki katılımcıların tesis yetersizliği, zaman alt boyutlarındaki puanlarının yüksek olduğu görülmüştür (Amin ve diğ., 2011). Alexandris ve Caroll (1997) tarafından yapılan bir diğer araştırmada ise üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktvitelere katılımlarını engelleyen etkenler ile yaş faktörü arasında "birey psikolojisi" ve "bilgi eksikliği" alt boyutlarında anlamlı farklılıklar görülmüştür. Pala ve Dinç (2013) yapmış olduğu çalışmada ise ileri yaş grubundaki bireylerin zaman alt boyutu arasında

ilişkinin anlamlı olduğu ifade edilmiştir. Ancak başka bir çalışmada ise Demirel ve diğerleri (2013) yükseköğrenim öğrencilerinin boş zaman engelleri ile katılımcı yaşları arasındaki farkın istatiksel olarak anlamlı olmadığını bildirmişlerdir. Sunulan bu çalışmada arkadaş eksikliğinin 18-20 yaş aralığındaki öğrenciler yönünde olmasının sebebi olarak bu yaş gurubundaki öğrencilerin lisans eğitime yeni başlamalarından ve eğitim aldıkları il ve üniversitenin kampüs içi veya dışı rekreatif etkinlik noktalarını bilmemelerinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Katılımcıların öğrenim gördükleri bölümlere göre serbest zaman engellerinden; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Güler (2017) ve Ceylan (2019) beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrenciler üzerine yapmış olduğu çalışmada bölümler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını rapor etmişlerdir. Yine bir başka çalışmada Özşaker (2012)' in gençlerin boş zaman faaliyetlerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme konulu araştırmasında üniversite öğrencilerinin bölüm değişkenine göre ölçek alt boyutlarına ilişkin bölümler arasında anlamlı farklılığa rastlanılmadığını sunmuştur. Ancak bir başka çalışmada, Solakumur ve diğerleri (2019) üniversite öğrencilerinin boş zaman engellerinin incelenmesi konulu çalışmasında öğrenim görülen bölüm değişkenine göre tesis/hizmet ve zaman alt boyutlarında rekreasyon bölümü öğrencileri lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu rapor etmişlerdir. Bu bilgilere göre, sunulan bu çalışmada, öğrenim görülen bölümlere göre boş zaman engelleri alt boyutlarında anlamlı farklılık ortaya çıkmamasına rağmen engellerin birey psikolojisi, tesis/hizmet, arkadaş eksikliği, ilgi eksikliği alt boyutlarında Rekreasyon Eğitimi Bölümü, bilgi eksikliği ve zaman alt boyutlarında spor yöneticiliği bölümleri yönünde olduğu görülmektedir. Bu durumun Rekreasyon Eğitimi Bölümü öğrencilerinin öğrenim gördükleri bölümü itibariyle daha yüksek düzey beklentiler içerisinde olmalarından, daha profesyonel aktiviteler içinde yer almak istemelerinden, yöneticilik bölümünde öğrenim gören öğrencilerin ise, muhasebe, hukuk gibi derslerin ilgili müfredatlarının yoğunluğundan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşadıkları yerlere göre serbest zaman engellerinden; zaman alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), birey psikolojisi, bilgi eksikliği,

tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Zaman alt boyutunda anlamlı farklılığın aile ve yurtta ikamet eden öğrenciler arasında, aile yanında yaşayan öğrenciler yönünde olduğu görülmektedir. Yaşartürk ve diğerleri (2016) sedanter kadınların rekreatif etkinliklere katılım engellerinin incelenmesi konulu çalışmalarında ilgi eksikliği alt başlığında anlamlı farklılık olduğunu rapor etmiştir. Bulut ve Koçak (2016) kadın öğrenciler üzerinde yaptıkları araştırmada yaşadıkları yerleşim birimi ile rekreatif etkinliklere katılımlarını engelleyen faktörler arasında anlamlı bir fark tespit etmemişlerdir. Yine bir başka çalışmada, Uzun (2016) üniversite öğrencilerinin serbest zaman engelleri, yaşanan yere göre incelendiğinde; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler, ilgi eksikliği parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmazken, arkadaş eksikliği ve zaman parametrelerinde istatistiksel olarak farklılığı rapor etmiştir. Sunulan bu, çalışmada zaman alt başlığında farklılığın aile yanında kalan öğrencilerden yana olmasının sebebi yurtta kalan öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılmak için serbest zamanlarını daha rahat organize edebilirlerken, aileleri yanında yaşayan öğrencilerin ailelerince rekreatif etkinliklere katılım yerine daha çok akademik çalışmaları ve daha başarılı olma baskılarından kaynaklandığı söylenebilir.

Katılımcıların boş zaman sürelerine göre serbest zaman engellerinden; zaman alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Zaman alt boyutunda anlamlı farklılığın boş zaman süreleri 1-5 saat ve 16 ve üzeri saat arasında, 1-5 saat yönünde olduğu görülmektedir. Yaşartürk ve diğerleri (2016) sedanter kadınların rekreatif etkinliklere katılım engellerinin incelenmesi konulu çalışmalarında, boş zaman sürelerine göre boş zaman engellerinden birey psikolojisi, bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği ve zaman alt başlığında anlamlı farklılık olduğunu rapor etmiştir. Uzun (2016) üniversite öğrencilerinin serbest zaman engelleri, haftalık serbest zaman sürelerine göre incelendiğinde; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler, arkadaş eksikliği, ilgi eksikliği parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulamazken, zaman parametresinde anlamlı farklılık olduğunu rapor etmiştir. Bu çalışma sunulan bu çalışmayı destekler düzeydedir. Buna karşılık literatürde, beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrenciler üzerine yapmış olduğu çalışmada, haftalık boş saat miktarına göre anlamlı farklılık göstermediğini rapor eden

çalışmaların varlığı da mevcuttur (Güler, 2017; Ceylan, 2019). Sunulan bu çalışmada, zaman parametresinde istatistiksel olarak farklılık bulunmasının sebebi olarak, bazı öğrencilerin üniversite eğitimlerine devam edebilmek, maddi ihtiyaçlarını karşılayabilmek için spor salonlarında değişik branşlarda sportif eğitmenlik veya kafelerde garsonluk, giyim ve spor malzemeleri satan firmalarda tezgâhtarlık gibi ekstra işlerde çalışmak zorunda kalmalarından kaynaklandığı düşünülebilir.

Katılımcıların tesis yeterlilik durumuna göre serbest zaman engellerinden; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Literatür incelendiğinde Solakumur ve diğerleri (2019) üniversite öğrencilerinin boş zaman engellerinin incelenmesi konulu çalışmasında üniversitenin rekreasyon alanlarının yeterliliği değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı rapor etmiştir. Uzun (2016) üniversite öğrencilerinin serbest zaman engelleri, tesis yeterliliği görüşüne göre incelendiğinde; bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği, parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmazken, birey psikolojisi tesisler, zaman, ilgi eksikliği parametrelerinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ekinci ve diğerleri (2014) üniversite öğrencilerinin sportif ve sportif olmayan rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olabilecek unsurların incelenmesi konulu çalışmalarında, üniversitenin sahip olduğu rekreatif imkanların yeterliliği konusunda öğrencilerin "yetersiz" görüşünde olduklarını rapor etmişlerdir. Literatürdeki bu çalışma, sunulan bu çalışmayı destekler düzeydedir. Bu farklılıklar öğrencilerin üniversitelerin tesis olarak rekreatif etkinlikler için yeterli olmadığı yönündedir. Bu durumun üniversite bünyesinde, aynı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin, gerek teorik ve uygulama dersler, gerekse üniversitelerin sunduğu kısıtlı tesis ve imkânlardan yeterince faydalanmalarından kaynaklandığı düşünülebilir.

Katılımcıların öğrenim gördükleri üniversiteye göre serbest zaman engellerinden; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Emir (2012) Kocaeli ve Karadeniz Teknik üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılımlarını engelleyen faktörleri incelediğinde zaman alt boyutunda, Kocaeli Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler yönünde anlamlı farklılık olduğunu rapor etmiştir. Demirel ve Harmandar (2009) ise, Dumlupınar, Sakarya ve Gazi Üniversitesinde

öğrenim gören öğrencilerin rekreasyonel aktivitelere katılımı engelleyen alt faktörlerin üniversite değişkenine göre incelendiğinde "tesis/hizmet ve ulaşım", "sosyal ortam ve bilgi eksikliği" ve "birey psikolojisi" alt boyutlarında farklılığı ve bu farklılıkların Sakarya Üniversitesi yönünde olumlu olduğunu rapor etmiştir. Literatürdeki bu çalışmalarda ele alınan üniversitelerin Türkiye Cumhuriyeti içindeki farklı coğrafi ve iklim özelliklerine ait farklı bölgelerde olmasından kaynaklandığı söylenebilir. Sunulan bu çalışmada üniversitelere göre boş zaman engelleri alt boyutlarında anlamlı farklılığın ortaya çıkmamasının sebebi olarak, çalışmaya kapsamında görüşleri alınan üniversite öğrencilerinin İç Anadolu bölgesindeki Büyükşehir olarak adlandırılan iller içerisinde olmalarından ve gerek kampüs içi gerekse kampüs dışı rekreatif etkinlik alternatiflerinin benzer özellikten kaynaklandığı söylenebilir.

Katılımcıların Serbest Zaman Tatmini ölçeğinin alt boyutlarından en yüksek skorun estetik en düşük skorun ise psikolojik boyutu olduğu görülmektedir. Sarı ve Kaya (2016) üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatminleri üzerine yapmış oldukları çalışmada ortalama değerleri incelendiğinde en yüksek ortalamaya sahip serbest zaman tatmini alt boyutunun rahatlama olduğu en düşük puanın ise estetik alt boyutunda olduğu görülmektedir. Yine bir başka çalışmada Yiğit (2018) katılımcıların en yüksek aritmetik ortalama değerinin rahatlama alt boyutunda, en düşük aritmetik ortalamanın ise fizyolojik alt boyutta olduğunu rapor etmiştir. Literatür incelendiğinde farklı çalışmalarda farklı sonuçların sunulduğu görülmektedir. Literatürdeki çalışmalar ve sunulan bu çalışmada elde edilen farklı sonuçların üniversite öğrencilerinin yaşadıkları farklı yerlere ait kültürel farklılıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların cinsiyet gruplarına göre serbest zaman tatmini; psikolojik alt boyutunda kadınlar, fiziksel alt boyutunda ise erkekler yönünde anlamlı farklılık tespit edilirken, eğitimsel, sosyal, rahatlama ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Araştırmacı tarafından yapılan literatür taramasında cinsiyet açısından serbest zaman tatmin düzeyi üzerine anlamlı fark oluşturmadığını (Yiğit, 2018, Ardahan ve Yerlisu-Lapa, 2010) bildiren çalışmaların yanında Ngai (2005), Misra ve Mckeen (2000), Hribernik ve Mussap (2010) ve Kabanoff (1982) yaptıkları çalışmalarda cinsiyetler durumunun serbest zaman tatmin düzeyi üzerinde önemli etkilerinin olduğunu ortaya koymuştur. Sunulan bu çalışmada, kız öğrencilerin psikolojik alt boyutunda yüksek skora sahip olmalarını kadın bireylerin üzerlerinde oluşan toplumsal baskıları

kırmak, özgürlük hissi, eğlence, entelektüel gelişim, başarı gibi kavramları içermesinden, erkek öğrencilerin fiziksel alt başlığında daha yüksek skorlara sahip olmasının ise bireylerin katıldıkları etkinlikler sonucunda zinde kalma, sağlıklı olma ve bedensel imaj kaynaklı tatmin duygularından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşlarına göre serbest zaman tatmini; rahatlama alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilirken, psikolojik, eğitimsel, sosyal, fiziksel ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Ayyıldız (2015) rekreatif etkinlik olarak dans faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin ve yaş değişkenine göre serbest zaman tatmin ölçeği tüm alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunduğunu sunmuştur. Serdar ve Mungan Ay (2016) yapmış oldukları çalışmada üniversite öğrencilerinin yaş grupları ile serbest zaman tatmin düzeyleri arasında "psikolojik" ve "rahatlama" alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğunu rapor etmişlerdir. Buna karşılık Özel (2019)'in üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu çalışmada, yaş parametresi ile serbest zaman tatmini arasında herhangi bir ilişki olmadığını rapor etmiştir. Sunulan bu çalışmada rahatlama alt boyutunda 18-20 yaş arasındaki katılımcıların 24 yaş ve üzerindekilere göre daha yüksek skorlara sahip olduğu görülmektedir. Bu durumun 24 yaş ve üzeri olan katılımcıların önlerinde mesleki hayata geçişi ile alakalı önemli bir sınavın olmasından dolayı ortaya çıktığı düşünülmektedir.

Katılımcıların öğrenim görülen bölüme göre serbest zaman tatmini; alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Literatür incelendiğinde Özel (2019)'in üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu çalışmada, öğrenim görülen bölüm ile serbest zaman tatmini arasında herhangi bir ilişki olmadığını rapor etmiştir. Buna karşılık Uzun (2016)'un üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada, Erciyes Üniversitesinin değişik bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman motivasyonlarının farklılık gösterdiğini rapor etmiştir. Sunulan bu çalışmada katılımcıların serbest zaman tatmini alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık tespit edilmemesine rağmen; psikolojik ve rahatlama alt boyutunda rekreasyon, eğitimsel, sosyal fiziksel ve estetik alt boyutlarında Beden eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin yüksek skorlara sahip olduğu görülmektedir. Bu durum İç Anadolu bölgesinde bulunan bu üniversitelerin benzer müfredat programları ve benzer özellikteki kampüs özelliklerine sahip olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşanılan yere göre serbest zaman tatmini; alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Literatür incelendiğinde bu değişken açısından serbest zaman tatmini konusunu inceleyen çalışmaların azlığı görülmüştür. Sönmezoğlu, Polat ve Aycan (2014) farklı yerlerde yaşayan ve gençlik merkezlerine giden gençlerin serbest zaman tatminlerini inceleyen çalışmalarında Psikolojik, Eğitim, Sosyal, Rahatlama alt boyutlarının tümü için anlamlı fark olduğunu rapor etmiştir. Sunulan bu çalışmada katılımcıların serbest zaman tatmini alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık tespit edilmemesine rağmen; psikolojik alt boyutunda aile yanında, eğitimsel, rahatlama, sosyal, fiziksel ve estetik alt başlığında yurtta yaşayanların yüksek skorlara sahip olduğu görülmektedir. Burada Psikolojik alt boyutunda en yüksek skorun aile yanında yaşayanların olması enteresan bir bulgudur. Bu durumun aile yanında yaşayan öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılım tatminleri, ailelerinin kendileri üzerinde oluşan mesleki baskıların ve oluşan kaygılardan uzaklaşma düşüncelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların boş zaman sürelerine göre serbest zaman tatmini; psikolojik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Boş zaman süreleri arttıkça psikolojik alt boyut puan ortalamasının da arttığı söylenebilir. Uzun (2016) yapmış olduğu çalışmasının sonucunda zaman alt boyutlarında anlamlı farklılık elde etmiştir. Araştırma sonucuyla Uzun (2016)'un çalışmasının farklılık göstermesinin nedenleri arasında mevcut araştırmanın daha geniş örneklem grubuyla yapılması gösterilebilir.

Katılımcıların tesis yeterlilik durumuna göre serbest zaman tatmini; psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama, fiziksel ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Literatür incelendiğinde Serdar (2016) üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu çalışmada, öğrencilerin üniversitelere ait rekreatif etkinlik alanlarının yetersiz olduğu görüşünde olduklarını rapor etmişlerdir. Uzun (2016) üniversite öğrencilerinin serbest zaman motivasyonlarını, tesis yeterliliği görüşüne göre incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını rapor etmiştir. Sunulan bu çalışmada katılımcıların serbest zaman tatmini alt boyutlarından psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama, fiziksel alt boyutlarında katılımcıların tesisleri yeterli, estetik alt boyutunda ise tesisleri yetersiz bulduğu görülmektedir. Bu durum üniversitelerin rekreatif etkinliklere katılımındaki tesislerin ihtiyaçları karşılama açısından yeterli ama kişilerin

rekreatif etkinliklerine katılımlarını arttıracak fiziki ve estetik koşullara sahip olmadığından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların öğrenim görülen üniversiteye göre serbest zaman tatmini; psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama, fiziksel ve estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Literatür incelendiğinde Serdar (2016) üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu çalışmada, öğrenim görülen üniversite değişkenine göre serbest zaman tatmin düzeyleri bakımından psikolojik, eğitim ve rahatlama alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit etmiştir. Sunulan bu çalışmada katılımcıların serbest zaman tatmini alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık tespit edilmemesine rağmen; psikolojik alt boyutunda Anadolu, eğitimsel ve estetik alt boyutlarında Selçuk, sosyal, rahatlama ve fiziksel alt boyutlarında Erciyes üniversitesinin yüksek skorlara sahip olduğu görülmektedir. Bu durumun çalışmaya katılan üniversitelerin İç Anadolu bölgesinin köklü üniversitelerinden olmaları ve öğrencilerine benzer özellikte rekreatif etkinlik imkânı sunmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların serbest zaman engelleri alt boyutları ile serbest zaman tatmini alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Serbest zaman bireylerin fiziksel, fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik düzeyleri üzerine (Ho, 1996; Ragheb, 1993; Trenberth, Dewe ve Walker, 1999), yaşam doyumu (Edginton ve diğ., 2002; Gökçe, 2008; Kovacs, 2007) ve yaşam kalitesi (Llyod ve Auld, 2002; Ngai, 2004) üzerine olumlu etkileri olduğunu sunan birçok çalışma vardır. Bunun çalışmaların yanında, Literatür incelendiğinde serbest zaman etkinliklerine katılımın ve serbest zaman tatmininin, mutluluk ve yaşam kalitesi (Spiers ve Walker, 2008) ve bilişsel olarak gerilememe (Wang ve diğ., 2006) gibi birçok farklı değişken ile de ilişkili olduğu belirlenmiştir. Serbest zaman yaşamın her döneminde, özellikle çocukluk ve ergenlikte sosyal, fiziksel, zihinsel ve duygusal gelişim açısından çeşitli faydalar sunan bir kaynak olarak da görülebilir. Eccles ve diğerleri, (2003) okul veya dışında programlanan serbest zaman aktiviteleri öğrencilerin okula gelmesini, başarılarını ve sosyal, fiziksel ve zihinsel gibi birçok gelişimsel özelliklerini olumlu olarak etkileyeceğini belirtmişlerdir. Böylelikle bireyler kendilerini üniversite gençliği gibi bir grubun parçası olarak hissederler, diğer insanlarla ilişki kurarlar ve engellerin üstesinden gelebilirler Bu sebeple rekreatif aktivitelere katılımdaki engellerin ve rekreatif etkinliklerde yaşanan tatmin

düzeylerinin bireylerin akademik anlamdaki gelişimlerine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

5.2. Sonuç

Sonuç olarak Üniversitelerin spor bilimleri alanlarında öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman engelleri incelendiğinde;

- Cinsiyet gruplarına göre, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet ve zaman alt boyutlarında erkekler yönünde anlamlı farklılık ($p<0.05$) olduğu, birey psikolojisi, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0,05$),
- Yaş gruplarına göre, arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı farklılık 18-20 yaş yönünde olduğu ($p<0.05$), birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0,05$),
- Öğrenim görülen bölümlere göre, birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0,05$),
- Yaşanılan yerlere göre, zaman alt boyutunda anlamlı farklılık aile yanında yaşayanlar yönünde olduğu ($p<0.05$), birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0,05$),
- Boş zaman sürelerine göre, zaman alt boyutunda anlamlı farklılık 1-5 saat yönünde olduğu ($p<0.05$), birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0.05$),
- Tesis yeterlilik görüşlerine göre, birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu ($p<0.05$), arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı farklılık olmadığı ($p>0.05$),
- Öğrenim gördükleri üniversitelere göre, birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesisler/hizmet, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0,05$) tespit edilmiştir.

Üniversitelerin spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman tatminleri incelendiğinde;

- Cinsiyet gruplarına göre, Psikolojik alt boyutunda kadınlar ve Fiziksel alt boyutunda ise erkekler yönünde anlamlı farklılık olduğu ($p<0.05$), Eğitimsel, Sosyal, Rahatlama ve Estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0.05$),
- Yaşlarına göre, Rahatlama alt boyutunda anlamlı farklılık 18-20 yaş yönünde olduğu ($p<0.05$), Psikolojik, Eğitimsel, Sosyal, Fiziksel ve Estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0.05$),
- Öğrenim görülen bölüme göre, Psikolojik, Eğitimsel, Sosyal, Rahatlama, Fiziksel ve Estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0.05$),
- Yaşanılan yere göre, Psikolojik, Eğitimsel, Sosyal, Rahatlama, Fiziksel ve Estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0.05$),
- Serbest zaman sürelerine göre, Psikolojik alt boyutunda anlamlı farklılık 16 saat ve üzeri yönünde olduğu ($p<0.05$), Eğitimsel, Sosyal, Rahatlama Fiziksel ve Estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0.05$),
- Tesis yeterlilik durumuna göre, Psikolojik, Eğitimsel, Sosyal, Rahatlama, Fiziksel ve Estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0.05$),
- Öğrenim görülen üniversiteye göre serbest zaman tatmini; Psikolojik, Eğitimsel, Sosyal, Rahatlama, Fiziksel ve Estetik alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı ($p>0.05$),

Ayrıca, üniversitelerin spor bilimleri alanlarında öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman engelleri ile serbest zaman tatminleri arasındaki ilişki incelendiğinde;

- Birey psikolojisi alt boyutu ile; psikolojik, eğitimsel, fiziksel, estetik ve sosyal alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilirken; rahatlama alt boyutu ile arasında anlamlı ilişki olmadığı,
- Bilgi eksikliği alt boyutu ile; psikolojik, sosyal, rahatlama, fiziksek ve estetik alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilirken; eğitimsel alt boyutu ile arasında anlamlı ilişki olmadığı,

- Tesisler alt boyutu ile; Psikolojik, Eğitimsel, Sosyal, Rahatlama, Fiziksek ve Estetik alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu,
- Arkadaş eksikliği alt boyutu ile; psikolojik, fiziksek alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilirken, eğitimsel, sosyal özelliği, rahatlama ve estetik alt boyutları arasında anlamlı ilişki olmadığı,
- Zaman alt boyutu ile; psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama, fiziksek ve estetik alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu,
- İlgi eksikliği alt boyutu ile; psikolojik, eğitimsel, rahatlama ve fiziksel alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilirken; sosyal ve estetik alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilemediği sonuçları tespit edilmiştir.

Bu durumun, gündelik hayatlarının çoğunda üniversitede aldıkları derslere bağlı olarak ders dışı vakitlerini, öğrendikleri beceriler için pekiştirmeler yapmaları dolayısıyla arkadaşlarıyla beraber olma, iletişim kurma, heyecan duyma, farklı yaşantılar elde etme gibi serbest zaman etkinlikleriyle değerlendirmeleri sonucunda tatminleri; bunun yanında üniversitelerdeki tesislerdeki oluşabilecek eksikler yüzünden serbest zaman engellerinin de artmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

5.3. Öneriler

Araştırma sonucunda aşağıdaki önerilere yer verilmiştir.

5.3.1. Çalışma sonuçlarına yönelik öneriler

- Üniversite kampüsündeki rekreasyonel faaliyet alanları öğrenci odaklı belirlenmeli, faaliyet alanlarının güvenliği sağlanmalı, her kesim öğrencinin eğlenebileceği çeşitliliği olan programlar düzenlenmeli.
- Öğrencilerin günün 24 saati faydalanabileceği Açık ve kapalı rekreasyon alanları kurulmalı.
- Gelişen ve değişen dünya konjektüründe kültürel yozlaşmanın önüne geçebilecek kültürel faaliyetler (halk oyunları, orta oyunu, vb.) organize edilmeli.
- Engelli bireylerin (Görme, işitme, bedensel engelli vs.) kullanabileceği faaliyet alanları oluşturulmalı.
- Faaliyetlerin kapsayıcı, ekonomik ve eğitici olmasına özen gösterilmeli.
- Rekreasyonel faaliyetlerin gelişim açısından önemli bir araç olduğu öğrencilere aktarılmalı. Boş zaman kültürü oluşturulması için rekreasyon kavramı hakkında öğrencilere daha çok bilgi ve her final sınavları sonrası rekreasyon temalı etkinlikler oluşturularak öğrencilerin yaşayan ve yaşatan bir kitle haline gelmesi sağlanmalı.

5.3.2. Sonraki yapılacak bilimsel çalışmalara yönelik öneriler

- Daha çok sayıda üniversitelerin Beden eğitimi ve Spor alanlarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engelleri ve serbest zaman tatminlerini inceleyen çalışmalar yapılmalı
- Üniversitelerde farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engelleri ve serbest zaman tatminlerini inceleyen çalışmalar yapılmalı
- Üniversitelerde farklı bölümlerde ve Beden eğitimi ve Spor alanlarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engelleri ve serbest zaman tatminlerinin karşılaştırılmasını inceleyen çalışmalar yapılmalı

KAYNAKLAR

Açıkada, C. ve Ergen, E. (1990). *Bilim ve spor* (1.Baskı). Ankara: Büro Tek Ofset Matbaacılık.

Adam, I., Hiamey, S. E., & Afenyo, E. A. (2015). Leisure constraints in the university setting in Ghana. *Annals of Leisure Research, 18*(1), 145-158.

Afyon, Y.A. ve Karapınar M. (2014). Lise son sınıf öğrencilerinin serbest zaman faaliyetlerine katılım biçimlerinin değerlendirilmesi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* Sayı 33, ss.147-163.

Ağaoğlu, Y.S. (2006). *Serbest zaman felsefesi.* 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde Sunulmuş Bildiri, Muğla Üniversitesi, Muğla. ss.7-8

Akesen, A. (1983). *Fethiye yöresinde rekreasyon amacı ile kullanılan bazı orman alanlarda rekreasyonel talep değerinin belirlenmesi üzerine araştırmalar*, İ.Ü Orman Fakültesi Yayınları, İstanbul.

Alexandris, K., & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation, results from a study in greece. *Liesure Studies,*16, ss.107-125.

Alpar, R. (2001). *Spor bilimlerinde uygulamalı istatistik*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Amin, T. T., Suleman, W., Ali, A., Gamal, A., & Al Wehedy, A. (2011). Pattern, prevalence, and perceived personal barriers toward physical activity among adult Saudis in Al-Hassa, KSA. *Journal of Physical Activity and Health, 8*(6), 775-784.

Anhalt, L. (1994). Worksite health promotion programs: Before and after president clinton's proposed health care reform, research, theory, and practice. *Wellness Perspectives*, 10(4), ss.13-26.

Arabacı, R. ve Çankaya, C. (2007). Beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 20: (1): ss.1-15.

Ardahan, F. ve Yerlisu-Lapa, T. (2010). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin cinsiyete ve gelire göre incelenmesi. Hacettepe *Journal of Sport Sciences*, 21(4), ss.131-136.

Atalay, A. (2004). *Spor medya ve serbest zaman*. İstanbul: Beta Yayınları.

Ayyıldız, T. (2015). *Rekreatif dans faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Balcı, V. (2003). Ankara'daki üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılımlarının araştırılması. *Milli Eğitim Dergisi*. 158: ss.161-173.

Balcı, V. ve İlhan, A. (2006). Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerinin belirlenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1; ss.11-18.

Beard, J.G., & Ragheb, M.G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*. 12 (1), ss.20–33.

Berne, E. (1988). *Psikiyatri ve psikanaliz rehberi*. (Çev: Emre Kapkın). İstanbul: Yaprak Yayınları.

Bonke, J., Deding, M., & Lausten, M. (2009). Time and money. *Journal of Happiness Studies*, *10*(2), 113-131.

Bucher, A.C. (1972). *Foundations of physical education*, The C.V. Mosby Company, St. Louis, s.4.

Bulut, M. ve Koçak, F. (2016). Hazırlık öğrenimi gören kadın üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımlarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 7(2), ss.61-71.

Can, S. (2010). Muğla üniversitesi eğitim fakültesi İlköğretim bölümü öğrencileri ailelerinin boş zaman faaliyetlerine katılım biçimlerinin belirlenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(3), ss.861-870.

Cerin, E., Leslie, E., Sugiyama, T., & Owen, N. (2010). Perceived barriers to leisure-time physical activity in adults: an ecological perspective. *Journal of physical activity and health*, *7*(4), 451-459.

Ceylan, E.H. (2019). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri rekreatif faaliyetlere katılmaya motive eden faktörlerin araştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Batman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.

Culp, R.H. (1998). Adolescent girls and outdoor recreation: A case study examing constraints and effective programming. *Journal of Leisure Research*, 30(3), ss.356-379.

Çakır, V.O. (2017). Üniversite öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3): ss.17-27.

Çoruh, Y. (2013). *Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörler (Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Örneği).* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Demir, C. (2003). Demografik özellikler ile sağlanan imkânların sportif faaliyet tercihleri üzerine etkileri: üniversite gençliğine yönelik bir uygulama. 1. *Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu. Türk Hava Kurumu Basım Evi İşletmeciliği. Ankara*, 1-24.

Demirel, M. Ve Harmandar, D. (2009). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*: 6(1) ss.838-846.

Demirel, M., Dumlu, Y., Gürbüz, B. ve Balcı, V. (2013). *Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımını engelleyen faktörlerin belirlenmesi*. 2. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Aydın, ss.600-607.

Doğaner, S. ve Balcı, V. (2017). Ankara üniversitesi öğrencilerinin serbest zamanlarında egzersize katılma sıklıkları ve nedenleri. *Spormetre*,15 (3), ss.119-128.

DPT. (Devlet Planlama Teşkilatı) (1983). V. Beş Yıllık Kalkınma Planı Özel İhtisas Komisyonu Raporu. Ankara: Spor Toto Yayınları.

Drakou, A., Tzetzis, G., & Mamantzi, K. (2008). Leisure constraints experienced by university students in Greece. *Sport Journal*, 11, ss.1-8.

Drucker, F. P. (1993). *Effective executive, harper business books*. New York.

Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M., & Hunt, J. (2003). Extracurricular activities and adolescent development. *Journal of Social İssues*, 59(4), ss.865-889.

Edginton, C.R., Jordan, D.J., DeGraaf, D.G., & Edginton, S.R. (2002). Leisure and Life Satisfaction (3rd edition.). Dubuque, IA: McGraw-Hill.

Ekinci, N. E., Kalkavan, A., Üstün, Ü. D. ve Gündüz, B. (2014). Üniversite öğrencilerinin sportif ve sportif olmayan rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olabilecek unsurların incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, *1*(1), 1-13.

Emir, E. (2012). *Rekreatif etkinliklere katılımın önündeki engellerin belirlenmesi: Üniversite öğrencileri örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Erkal, M. E. (1992). *Sosyolojik açıdan spor*. (2. Baskı). İstanbul: Kutsun Matbaa.

Gedik, N. (1985). Gençliğin boş zamanları değerlendirme sorunları. *Türk Hemşireler Dergisi*,35: (2): ss.33–38.

Gençlik ve Spor Bakanlığı. (2013). Ulusal Gençlik ve Spor Politikası Belgesi. Ankara: Gençlik ve Spor Bakanlığı.

George, D. ve Mallery, P. (2016). IBM SPSS Statistics 23 Step by Step: A Simple guide and reference. New York: Routledge, ss.112-120.

Gökçe, H. (2008). *Serbest zaman doyumunun yaşam doyumu ve sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

Gökçe, H. ve Orhan, K. (2011). Serbest zaman doyum ölçeğinin Türkçe geçerlilik güvenirlik çalışması. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*. 22(4): ss.139-147.

Gökmen, H., Açıkalın, A., Koyuncu, N. ve Saydar, Z. (1985). *Yüksek öğrenim gençlerinin serbest zaman etkinlikleri, kendilerini gerçekleştirme düzeyleri*. Ankara: Mili Eğitim Basımevi.

Güler, H. (2017). *Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engellerinin boş zaman motivasyonlarına etkisinin araştırılması (Bartın Üniversitesi Örneği).* (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

Güngörmüş, H.A. (2007). *Özel sağlık-spor merkezlerinden hizmet alan bireyleri rekreasyonel egzersize güdüleyen faktörler.* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Gürbüz, B. ve Karaküçük, S. (2007). Boş zaman engelleri ölçeği-28: Ölçek geliştirme, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi,* 12(1): ss.3-10.

Gürbüz, B., Öncü, E. ve Emir, E. (2012). Leisure contraints questionnaire: Testing the construct validity. 12th International Sports Sciences Congress, 339-343, 12-14 December, Denizli, Turkey, 2012.

Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A. ve Dinç, Y. (2009). Boş zaman ve rekreasyon yönetimi örnek animasyon uygulamaları. (Güncellenmiş ikinci baskı). Ankara: Detay Yayıncılık.

Hall, C. M., & Page, S. J. (2014). *The geography of tourism and recreation: Environment, place and space*. Routledge.

Harmancı, M. (2006). *İşte zaman yönetimi.* İstanbul: Nesil Yayınları.

Hazar, A. (1999). *Turizm işletmelerinde animasyon.* Ankara: Detay Yayınları.

Hazar, A. (2003). *Rekreasyon ve animasyon.* (2. Baskı). Ankara: Detay Yayınları.

Hergüner, G., Bar, M. ve Yaman, M.S. (2016). Beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan ortaokul öğrencilerinin aile, okul yöneticileri ve öğretmenlerden beklentilerinin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, Cilt 13, Sayı 1, ss.155-168.

Ho, J.T.S. (1996). Stress, health and leisure satisfaction: The case of teachers. *International Journal of Educational Management*, 10(1), ss.41–48.

Hribernik, J., & Mussap, A. J. (2010). Research note: Leisure satisfaction and subjective wellbeing. *Annals of Leisure Research, 13*(4), 701-708.

Huang, J.M., Chao, C.Y., & Zhao, Y.K. (2013). Study on the factors of participation and motivation and leisure obstacle of Pingdong County slow Shi ball movement, *NCYU Physical Education, Health & Recreation Journal,* 12（3), ss.172-185.

İnal, A.N. (1998). *Beden eğitimi ve spor bilimine giriş.* Konya: Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Yayınları.

Kaas, E.T. (2016). Üniversite öğrencilerinde serbest zaman engelleriyle baş etme, yaşam tatmini ve vücut algısının incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi,* 5(2).

Kabanoff, B. (1982). Occupational and sex differences in leisure needs and leisure satisfaction. *Journal of Occupational Behavior,* 3, ss.233-245.

Kandaz-Gelen, N. ve Hergüner, G. (2007). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerin incelenmesi (Sakarya İli Örneği). *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 4(1). ss.1-9.

Karadağ, K. (2013). Zaman yönetimi ve yöneticiler. *İdarecinin Sesi Dergisi*, 155, ss. 99-103.

Karaküçük, S. (1995). *Rekreasyon, boş zamanları değerlendirme*. Ankara: Gazi Yayınevi.

Karaküçük, S. (1997). *Rekreasyon* (2. Baskı). Ankara: Seren Ofset.

Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme* (5. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.

Karaküçük, S. ve Akgül, B. M. (2016). *Ekorekreasyon ve çevre*. Ankara: Gazi Kitapevi.

Karasar, N. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri: Kavramlar ilkeler ve teknikler*. (32. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Kaya, A.M. (2011). *Üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere yönelik tutumları ve boş zaman motivasyonlarının bazı değişkenler açısından incelenmes.* (Yüksek Lisans Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.

Kılbaş, Ş. (1994). *Gençlik ve boş zamanı değerlendirme*. Adana: Çukurova Üniversitesi Basımevi.

Kır, İ. (2007). Yüksek öğretim gençliğinin boş zaman etkinlikleri: KSÜ Örneği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *17*(2), 307-328.

Kovacs, A. (2007). *The leisure personality: Relationships between personality. leisure satisfaction, and life satisfaction*. Doctorate Thesis, School of Health. Physical Education and Recreation, Indiana University.

Köktaş, Ş. K. (2004). *Rekreasyon boş zamanı değerlendirme.* Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Kraus, R.G. (1966). *Recreation today: Program planning and leadership, Englewood cliffs*, New Jersey, s.7.

Küçüktopuzlu, F., Gözek, K. ve Uğurlu, A. (2003). Boş zaman rekreasyon ilişkisi ve üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerini değerlendirmeye yönelik bir araştırma. T. Çolakoğlu ve E. E. Erturan. (Editörler). *I. Geçlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu Bildiriler Kitabı.* (1. Baskı). Ankara. Türk Hava Kurumu Basım Evi İşletmeciliği, ss.33-34.

Latif, H., Fidan, F. ve Uçkun, G. (2005). Üniversite gençliğinin zaman yönetimi bilinci ve eğilimleri: Sakarya Üniversitesi Örneği. İstanbul *Üniversitesi İşletme İktisadi Enstitüsü Yönetim Dergisi*, ss.41-51.

Lee, S.S., Liu, L.W., Zeng, Y.L., & Huang, S.C. (2015). The Study on the Leisure Constraints Leisure Preference and Enduring Involvement. *NCYU Physical Education, Health & Recreation Journal,* 14(2), ss.81-90.

Lewis, S. (2003). The integration of paid work and the rest of life. Is post-industrial work the new leisure?. *Leisure Studies*, *22*(4), 343-345.

Llyod, K.M., & Auld, C.J. (2002). The roles of leisure in determining quality of life: Issues of content and measurement. *Social Indicators Research*, 57, ss.43-71.

Lu, L., & Hu, C.H. (2005). Personality, leisure experiences and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6, ss.325- 342.

Masmanidis, T., Gargalianos, D., & Kostai, G. (2009). Perceived constraints of greek university students' participation in campus recreational sport programs, *Recreational Sports Journal*, 33, ss.150-166.

Misra, R., & McKean, M. (2000). College students academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies,* 16 (1), ss.41-51.

Moccia, F.D. (2000). Plannig time: An emergent european practice. *European Plannig Studies*, 8(3), ss.367-376.

Mull, R.F, Bayless, K.G., & Jamieson L.M. (2005). Recreational Sport Management (4th Edition), *Human Kinetics, Champaign,* ss.4-5.

Ngai, V. T. (2005). Leisure satisfaction and quality of life in Macao, China. *Leisure studies*, *24*(2), 195-207.

Ngai, V.T. (2005). Leisure satisfaction and quality of life in Macao, China. *Leisure Studies,* 24, ss.195-207.

Okuyucu, C. ve Ramazanoğlu, F. (2006). Dünyadaki değişimin boş zaman faaliyetlerine etkiler. *9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı*, Muğla, ss.74-75.

Öktem, T., Genç, H.İ., Öktem, G. ve Baykara, C. (2016). Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılımlarının önündeki engellerin belirlenmesi, *Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi* Cilt: 2 Sayı:2 ss:11-19.

Özdilek, Ç., Demirel, M. ve Harmandar, D. (2007). Dumlupınar ve Sakarya Üniversitelerinde öğrenim gören beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve düzeylerinin karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi,* 4(2). ss.1-13.

Özel, B. (2019). *Üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine yönelik yaşam doyumu tatmin ve benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bartın.

Özgüç, N. (1998). *Turizm coğrafyası özellikler bölgeler* (2. Baskı). İstanbul: Çantay Kitapevi.

Özşaker, M. (2012). Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılamama nedenleri üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi,* 14 (1), ss.126-131.

Pala, F. ve Dinç, S.C. (2013). Kamu kurumlarında görev yapan personelin serbest zaman etkinliklerine katılımını engelleyen faktörlerin belirlenmesi. *2. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi,* ss.632-637.

Ragheb, M.G. (1993). Leisure and perceived wellness: A field investigation. *Leisure Science,* 15, ss.13-24.

Robbins, P.S. (1994). *Örgütsel davranışın temelleri* (Çev: Ayşe Öztürk) Eskişehir: Etam A.Ş.

Russell, R.V. (1987). The importance of recreation satisfaction and activity participation to the life satisfaction of age-segregated retirees. *Journal of Leisure Research,* 19 (4), ss.273-283.

Sabancı, G. (2016). *Öğretim elemanlarının rekreasyonel faaliyetlere katılımlarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Sabuncuoğlu, Z. ve Paşa, M. (2002). *Zaman yönetimi*. Bursa: Ezgi Kitabevi.

Salihoğlu, B.Ç. (1997). *Artvin hatila vadisi milli parkı doğal kaynak değerlerinin rekreasyonel niteliğinin incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Sarı, İ. ve Kaya, E. (2016). Serbest zamanı tatmini okul başarısını artırır mı? Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmini ve genel not ortalaması arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, *3*(2), 11-17.

Serdar, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerinin incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Serdar, E. ve Mungan-Ay, S. (2016). Üniversite öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerinin incelenmesi, *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt (Vol) 6, Sayı (No) 2 1303-1414.

Solakumur, A., Özen, G., Yıldız, N.O. ve Ünlü, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinin boş zaman engellerinin incelenmesi (Bartın İli Örneği) *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi* ,3(1),ss.33-41.

Sönmezoğlu, U., Polat, E. ve Aycan, A. (2014). Gençlik merkezi üyeleri ve bazı değişkenlere göre serbest zaman tatmin düzeyleri. *International Journal of Sport Culture and Science, 2*(Special Issue 1), 219-229.

Spiers, A., & Walker, G. J. (2008). The effects of ethnicity and leisure satisfaction on happiness, peacefulness, and quality of life. *Leisure Sciences,*31(1), ss84-99.

Tolukan, E. (2008). *Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin boş zaman alışkanlıklarının incelenmesi ve değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, Ankara.

Tolukan, E. ve Yılmaz, B. (2014). Özel yetenekle ilgili bölümlerde okuyan öğrencilerin rekreasyonel aktivitelere katılımlarına engel olabilecek unsurların belirlenmesi, *International Journal of Science Culture and Sport Special Issue* ss.525-539.

Trenberth, L., Dewe, P., & Walkey, F. (1999). Leisure and its role as a strategy for coping with work stress. *International Journal of Stress Management*, 6(2), ss.89- 103.

Türk Dil Kurumu (TDK). http://www.tdk.gov.tr. (E.T. 22.02.2020)

Ulubey, E. (2010). *Uluslararası seyahate katılan gençlerin konaklamaları boyunca katıldıkları boş zaman aktivitelerine ilişkin görüşleri.* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Uzun, F. (2016). *Üniversite öğrencilerinin serbest zaman motivasyonları ile rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlerin incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.

Uzun, F., Pepe, O. ve Turan, M.B. (2017). Investigation of relationship between factors hindering the participation of university students in recreational activities and their leisure motivations levels, Turkish *Online Journal of Educational Technology, Special Issue for INTE*; ss.298-303.

Vergiliel-Tüz, M. ve Sabuncuoğlu, Z. (2008). *Örgütsel psikoloji*. (4. *Baskı*). Bursa: Alfa Aktüel Basım Yayıncılık.

Wahyuni, D. U., Christiananta, B., & Eliyana, A. (2014). Influence of organizational commitment, transactional leadership, and servant leadership to the work motivation, work satisfaction and work performance of teachers at private senior high schools in Surabaya. *Educational Research International*, *3*(2), 82-96.

Wang, J. Y. J., Zhou, D. H. D., Li, J., Zhang, M., Deng, J., Tang, M., ... & Chen, M. (2006). Leisure activity and risk of cognitive impairment: the Chongqing aging study. *Neurology*, *66*(6), 911-913.

Yaşartürk, F., Uzun, M., İmamoğlu, O. ve Yamaner, F. (2016) Sedanter kadınların rekreatif etkinliklere katılımlarının önündeki engellerin incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*: Vol.4 (Special Issue 3) ss.789-803.

Yerlisu-Lapa, T. ve Ardahan, F. (2009). Akdeniz üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve değerlendirme biçimleri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 20 (4), ss.132–144.

Yerlisu-Lapa, T. ve Köse, E. (2018). Serbest zaman engelleri ile engellerle baş etme stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Keşifsel bir çalışma. *Celal Bayer Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Bil Dergisi,* 13(2) ss.356-375.

Yiğit, İ. (2018). *Üniversite topluluklarında rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.

Zorba, E, Kesim, Ü, Ağılönü, A. ve Cerit, E. (2006). *Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerinin belirlenmesi (Muğla Üniversitesi Örneği).* 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla.

EKLER

Sayın Katılımcı

Elinizde bulunan bu araştırma formu '"Spor Bilimleri Öğrencilerinin Serbest Zaman Engelleri ve Tatmin Düzeyleri Arasındaki İlişki" nin belirlenmesi amacıyla hazırlanmıştır. Elde edilen veriler sadece bu araştırma kapsamında kullanılacaktır. Vereceğiniz samimi cevaplar için teşekkür eder, saygılar sunarım.

Ceylan DENİZ

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Yaşınız? : ( )18-20 ( )21-23 ( )24 ve üzeri
2. Cinsiyetiniz : ( )Erkek ( )Kadın
3. Üniversite : ( ) Anadolu ( )Erciyes ( ) Selçuk
4. Bölüm : ( ) BES ( ) Ant ( ) Yön ( ) Rek
5. Şuan yaşadığınız yer : ( )Yurt ( )Aile ( )Ev arkadaşları
6. Haftalık boş zaman süreniz : ( ) 1-5 saat ( ) 6-10 saat ( )11-15 saat ( )16 saat ve +
7. Üniversitemizin boş zamanlarınızı değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olduğunu düşünüyor musunuz ? Evet ( ) Hayır ( )

BOŞ ZAMAN ENGELLERİ ÖLÇEĞİ

…… sportif rekreasyonel aktivitelere katılımımı engellemektedir.	Kesinlikle Önemsiz	Önemsiz	Önemli	Çok Önemli
1. Aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi				
2. Kendini yorgun hissetmek				
3. Sakatlanmaktan korkmak				
4. Sağlık problemleri				
5. Kendini güvende hissetmemek				
6. Sosyal ortamlardan mutlu olmamak				
7. Nerden öğreneceğini bilmemek				
8. Nerede katılacağını bilmemek				
9. Öğretecek kimsenin olmaması				
10. Tesis donanımının yetersiz olması				
11. Tesislerin yetersiz olması				
12. Tesislerin kalabalık olması				
13. Sunulan hizmetleri beğenmemek				
14. Eve yakın imkanların olmaması				
15. Ulaşımın zaman alması				
16. Arabamın olmaması				
17. Yeteri kadar paranın olmaması				
18. Arkadaşlarımın zamanının olmaması				
19. Beraber katılacak kimsenin olmaması				
20. Arkadaşlarımın bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması				
21. İş/çalışma zamanının yoğun olması				
22. Aile için zaman ayırmak zorunda olmak				
23. Sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak				
24. Program zamanlarının uygun olmaması				
25. Geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek				
26. İlgili olmamak				
27. Rutin programı bozmak istememek				

SERBEST ZAMAN TATMİN ÖLÇEĞİ

	İfadeler	Neredeyse Hiç doğru değil	Nadiren Doğru	Bazen Doğru	Çoğu Kez Doğru	Neredeyse Her zaman Doğru
1	Serbest zaman aktivitelerim bana çok ilginç gelir.					
2	Serbest zaman aktivitelerim kendime güvenmemi sağlar.					
3	Serbest zaman aktivitelerim bana başarı hissi verir.					
4	Serbest zaman aktivitelerimde birçok farklı beceri ve yeteneğimi kullanırım.					
5	Serbest zaman aktivitelerim, etrafımdakiler hakkındaki bilgimi arttırır.					
6	Serbest zaman aktivitelerim, yeni şeyler deneme fırsatı sunar					
7	Serbest zaman aktivitelerim kendimi tanımama yardımcı olur.					
8	Serbest zaman aktivitelerim diğer insanlar hakkında bir şeyler öğrenmeme yardımcı olur.					
9	Serbest zaman aktivitelerim sayesinde diğer insanlarla sosyal etkileşimde bulunurum.					
10	Serbest zaman aktivitelerim diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmama yardım etmektedir.					
11	Serbest zaman aktivitelerim sırasında tanıştığım insanlar arkadaş canlısıdır.					
12	Serbest zamanlarda, serbest zaman aktiviteleri yapmaktan çok zevk alan (hoşlanan) insanlarla ilişki kurarım.					
13	Serbest zaman aktivitelerim rahatlamama yardımcı olur.					
14	Serbest zaman aktivitelerim stresimi hafifletmeye yardımcı olur.					
15	Serbest zaman aktivitelerim, duygusal olarak iyi olmama katkıda bulunur.					
16	Serbest zaman aktiviteleriyle kolayca meşgul olurum, çünkü onları yapmayı severim.					
17	Serbest zaman aktivitelerim fiziksel olarak zorlayıcıdır.					
18	Fiziksel formumu geliştiren serbest zaman aktiviteleri yaparım.					
19	Beni fiziksel olarak yenileyen serbest zaman aktiviteleri yaparım.					
20	Serbest zaman aktivitelerim sağlıklı kalmama yardımcı olur.					
21	Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar ferah ve temizdir.					
22	Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar ilgi çekicidir.					
23	Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar güzeldir.					
24	Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar iyi dizayn edilmiştir.					

ÖZGEÇMİŞ

Ad-Soyad : Ceylan DENİZ

Doğum Tarihi ve Yeri : [redacted]

E-posta : [redacted]

ÖĞRENİM DURUMU

Lisans **:** Erciyes Üniversitesi – Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu - Rekreasyon Bölümü

Yüksek Lisans: Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi - Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı

MESLEKİ DENEYİM VE ÖDÜLLER

- MEB, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni