



T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
TR, Balıkesir University, Institute of Health Sciences



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST
ZAMAN AKTİVİTELERİNE YÖNELİK TUTUM
VE ENGELLERİNİN İNCELENMESİ
(BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

YL-22.43

SERCAN AYDIN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Bilim Alan Kodu: 130112



BALIKESİR
2022

**T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN
AKTİVİTELERİNE YÖNELİK TUTUM VE ENGELLERİNİN
İNCELENMESİ (BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
YL-22.43**

SERCAN AYDIN

**TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. FAHRİ AKÇAKOYUN**

**Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Bilim Alan Kodu: 130112**

**BALIKESİR
2022**



T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



TEZ KABUL VE ONAY

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programında
Sercan AYDIN tarafından yürütülmüş ve tamamlanmış olan

“Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutum ve Engellerinin İncelenmesi (Balıkesir Üniversitesi Örneği)”

başlıklı tez çalışması,
Balıkesir Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin
ilgili maddeleri uyarınca aşağıdaki jüri tarafından
YÜKSEK LİSANS TEZİ
olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 16/12/2022

TEZ SINAV JÜRİSİ

Prof. Dr. İlhan ADİLOĞULLARI
Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi
(Başkan)

Prof. Dr. Fahri AKÇAKOYUN
Balıkesir Üniversitesi
Üye **(Danışman)**

Doç. Dr. Nahit ÖZDAYI
Balıkesir Üniversitesi
Üye

Yukarıdaki Yüksek Lisans Tezi,
sınav jüri üyeleri tarafından imzalanarak 30/12/2022 tarihinde teslim edilmiştir.

Prof. Dr. Osman İrfan İLHAK
Enstitü Müdürü

BEYAN

Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıpları kabullendiğimi **beyan ederim.**

16/12/2022

Sercan AYDIN

TEŞEKKÜR

Tez çalıőmamın yapılması ve yürütölmesi sırasında bilgi, donanım ve deneyimleri ile bana yol gösteren ve her daim destek olan sayın danışman hocam Prof. Dr. Fahri AKÇAKOYUN'a,

Çalıőmalarım esnasında yardımlarından dolayı sayın hocam Arş. Gör. Tarık BALCI'ya, arkadaşım Gökhan AYDIN'a ve çalışmamızın sonuçlanmasına katkıda bulunan tüm üniversite öğrencilerine,

Çalışma süresince ve eğitim öğretim hayatım boyunca bana her zaman destek olan kıymetli anneme, babama ve abime, teşekkür eder, sevgilerimi ve saygılarımı sunarım.

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa No</u>
İÇİNDEKİLER	i
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
SİMGE VE KISALTMALAR DİZİNİ	v
TABLolar DİZİNİ	vi
1.GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı	3
1.2. Araştırmanın Önemi	3
1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları	3
1.4. Araştırmanın Sayıtları	4
1.5. Araştırmaya Ait Problemler	4
1.5.1. Araştırmaya Ait Alt Problemler.....	5
2. GENEL BİLGİLER	6
2.1. Zaman Kavramı	6
2.2. Zaman Tanımı	7
2.3. Zaman Çeşitleri	8
2.4. Serbest Zaman	9
2.5. Zaman Yönetimi.....	10
2.6. Zaman Tuzakları.....	13
2.7. Serbest Zaman Kuramları.....	13
2.8. Rekreasyon	14
2.8.1. Rekreasyonun Ortaya Çıkışı	16
2.8.2. Rekreasyonun Özellikleri	17
2.8.3. Rekreasyon Gruplandırılması	19
2.8.3.1. Mekâna Bağlı Rekreasyon	19
2.8.3.2. Yerel Konuma Bağlı Rekreasyon	20
2.8.3.3. Kişinin Etkinliğine Bağlı Rekreasyon	21
2.8.3.4. Katılımcıların Yaşına Bağlı Rekreasyon	21
2.8.3.5. Zamana Bağlı Rekreasyon	21
2.8.3.6. Fonksiyonuna Bağlı Rekreasyon	22

2.8.3.7. Katılımcı Sayısına Bağlı Rekreasyon	23
2.9. Rekreasyon Etkinliklerinin Çeşitleri	24
2.9.1. Sportif Etkinlikler	24
2.9.2. Sosyal, Kültürel ve Sanatsal Etkinlikler	24
2.9.3. Animasyon Etkinlikleri	25
2.10. Rekreasyonun Faydaları	26
2.11. Rekreasyon ve Serbest Zaman İlişkisi	29
2.12. Kampüs Rekreasyonu ve Faydaları	30
3. GEREÇ VE YÖNTEM	32
3.1. Araştırmanın Modeli	32
3.2. Evren ve Örneklem	32
3.3. Verilerin Toplanması	33
3.4. Veri Toplama Araçları	33
3.5. Verilerin Analizi	34
4. BULGULAR	36
5. TARTIŞMA	48
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	58
KAYNAKLAR	62
ÖZGEÇMİŞ	68
EKLER	69
EK-1. Etik Kurul Onayı	69
EK-2. Kişisel Bilgi Formu	72
EK-3. Boş Zaman Tutum Ölçeği	73
Ek-4. Boş Zaman Engelleri Ölçeği	75

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN AKTİVİTELERİNE YÖNELİK TUTUM VE ENGELLERİNİN İNCELENMESİ (BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)

Yapılan bu araştırma Balıkesir Üniversitesindeki seçilmiş olan çeşitli fakültelerdeki öğrencilerinin serbest zaman aktivitelerine yönelik tutumları ve serbest zamana katılımını engelleyen faktörleri incelemek için yapılmıştır. Araştırmanın evrenini Balıkesir Üniversitesi öğrencileri, örneklemini ise Spor Bilimleri Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Turizm Fakültesi ve Fen Edebiyat Fakültesinde öğrenim gören toplam 451 öğrenci oluşturmuştur.

Araştırmanın verileri elde etmek için Karaküçük ve Gürbüz (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan, “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” ve Türkçe uyarlaması Akgül (2011) tarafından yapılmış “Boş Zaman Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analiz işlemlerinde SPSS 25 paket program kullanılmış ve verilerin nasıl bir dağılım gösterdiğini belirlemek için basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Normal dağılım gösterdiği belirlenen verilerden faydalanılarak; boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) ile demografik bilgiler arasındaki fark analizini yapmak için 2 gruplu değişkenlere T-Testi, 2’den fazla gruplu değişkenlere ise One-Way ANOVA testi uygulanmıştır. İki ölçek arasındaki ilişkinin incelenmesi için ise Pearson Korelasyon analizinden faydalanılmıştır.

Sonuç olarak; boş zaman tutum ölçeği ile cinsiyet, serbest zaman süresi ve rekreatif etkinliklere katılım sıklığı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmezken, sınıf, fakülte ve serbest zamanı nerede değerlendirdiği değişkenine göre anlamlı fark tespit edilmiştir. Boş zaman engelleri ölçeği ile cinsiyet, sınıf, fakülte, serbest zaman süresi, rekreatif etkinliklere katılım sıklığı, serbest zamanı nerede değerlendirdiği değişkenine göre anlamlı fark tespit edilmiştir. İki ölçek arasındaki ilişki incelendiğinde ise düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, spor, serbest zaman

ABSTRACT

EXAMINATION OF UNIVERSITY STUDENTS' ATTITUDES AND DISABILITIES TOWARDS FREE TIME ACTIVITIES (BALIKESİR UNIVERSITY EXAMPLE)

This research was carried out to examine the attitudes of students from various faculties in Balıkesir University towards leisure activities and the factors that prevent them from participating in leisure time, and to compare them in terms of various variables. The population of the research consisted of Balıkesir University students, and the sample consisted of 451 students studying at the Faculty of Sport Sciences, Faculty of Economics and Administrative Sciences, Faculty of Tourism and Faculty of Arts and Sciences.

In order to obtain the data of research, the ‘‘ Leisure Time Barriers Scale’’ adapted to Turkish by Karakuş and Gürbüz and the ‘‘Leisure Time Attitude Scale’’ adapted to Turkish by Akgül were used. Time Attitude Scale’’ was used. SPSS 25 package program was used in the analysis of the data obtained, and the kurtosis and skewness values were examined to determine whether the data showed a normal distribution. By using the data determined to show normal distribution; T-Test was applied to the variables with 2 groups, and the One-Way ANOVA test was applied to the variables with more than 2 groups in order to analyze the difference between demographic informations and the leisure attitude scale (BZST) and the leisure time barriers scale (BITS). Pearson Correlation analysis was used to examine the relationship between the two scales.

As a result; While no statistically significant difference was found in terms of leisure attitude scale and gender, duration of leisure time and frequency of participation in recreational activities, a significant difference was determined according to the variable of class, faculty and where he used his leisure time. A significant difference was found between the leisure time barriers scale and gender, class, faculty, frequency of participation in leisure time, recreational activities and where they use their spare time. When the relationship between the two scales was examined, a low-level and positive significant relationship was found.

Keywords: *Recreation, sports, free time*

SİMGE VE KISALTMALAR DİZİNİ

- BZTÖ : Boş Zaman Tutum Ölçeği
BZEÖ : Boş Zaman Engelleri Ölçeği

TABLULAR DİZİNİ

	<u>Sayfa No</u>
Tablo 2.1. Sebeplerine Göre Zaman Tuzakları	13
Tablo 3.1. Örneklem Büyüklüğü Tablosu	33
Tablo 3.2. Boş Zaman Tutum Ölçeği ve Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	35
Tablo 4.1. Katılımcıların Tanımlayıcı İstatistikleri	36
Tablo 4.2. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi ile Karşılaştırılması.....	37
Tablo 4.3. Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi ile Karşılaştırılması.....	37
Tablo 4.4. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması.....	38
Tablo 4.5. Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması.....	39
Tablo 4.6. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin Fakülte Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması.....	40
Tablo 4.7. Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin Fakülte Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması.....	41
Tablo 4.8. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması	42
Tablo 4.9. Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması	42
Tablo 4.10. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Sıklığı Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması	43
Tablo 4.11. Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Sıklığı Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması	44
Tablo 4.12. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin Serbest Zamanın Nerede Değerlendirildiği Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması	45
Tablo 4.13. Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin Serbest Zamanın Nerede Değerlendirildiği Değişkenine Göre ANOVA Testi ile Karşılaştırılması.	46

Tablo 4.14. Boş Zaman Tutum Ölçeği ile Boş Zaman Engelleri Ölçeği Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi	47
---	-----------

1.GİRİŞ

Zaman kavramına genel olarak bakıldığında insanların yaşamı boyunca en etkili ve önemli faktör olan, durdurulamayan, müdahale edilemeyen bu kavram çalışma-iş zamanı, fizyolojik ihtiyaçlar için ayrılan zaman ve bunlardan arta kalan zaman olarak tasnifi yapılmaktadır. Bu geriye kalan zamana boş zaman, serbest zaman, artık zaman gibi aynı anlamlara gelen isimler söylenmektedir.

Serbest zaman; insan yaşamının yeme, içme, barınma gibi zorunlu ihtiyaçlarının dışında yer alan; bireyin kendini özgür olarak tanımladığı, kendisini ve toplumsal gerçekliği eleştirel bir bakış ile sorgulayabildiği bir zamana verilen addır. Aristoteles serbest zamanı toplumun ve kültürün gelişmesine katkıda bulunan özgür bir zaman dilimi olarak tanımlamaktadır. Sözcük anlamı açısından baktığımız zaman İngilizcedeki serbest zaman sözcüğünün karşılığına gelen "leisure" kelimesi, Latince'de "özgür olma" manasını taşıyan "licere" sözcüğünden türetilmiş bir sözcüktür (Müftüler, 2008).

Henderson (1991) serbest zamanı değer duyguları ve bireysel memnuniyet içerisinde fiziksel ve kültürel çevre koşullarına bağlı olarak dışsal bir zorlama olmadan kişinin özgür bir durumda yaşadığı zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır. Stebbins (2016) ise bu kavramı bireyin kendi isteği ile seçtiği, herhangi bir zorlama olmaksızın aktivitelerden doyum elde ettiği ve kendi yeteneklerini keşfedebildiği zaman dilimi olarak tanımlamaktadır.

Bireylerin çalışma-iş zamanı kendilerine ait uğraşları için ayrılan eğer öğrenci ise okulda geçirilen zaman; fizyolojik ihtiyaçlar için zaman ise uyku, yeme-içme, kişisel temizlik ve bakım gibi durumlar için ayrılan günün bir parçasıdır. Günün geriye kalan zamanını etkin ve verimli bir şekilde değerlendirmede de kişiler çeşitli uğraşlar aramaktadır. Bu arayış sebebi ile serbest zaman aktiviteleri kavramı doğmuştur. Bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılım sağlaması amacıyla

ilgileri ve motivasyon gibi olguların önemi olduğu bilinmektedir ve bu aktiviteleri gerçekleştirmek için bu psikososyal etkenlerin engelleri aşma doğrultusunda etkili olduğu bilinmektedir (Tan vd., 2017).

Günümüzde hemen hemen herkesin, tüm insan toplulukların ortak sorunu zamanı doğru kullanama yani sahip olunan zamanı etkili ve verimli bir şekilde değerlendirememektir. Bu ortak sorun sonrasında kişilerin zaman planlaması yapmaları adına zaman yönetimi kavramı meydana çıkmıştır. Meydana çıkan bu kavram, bireyin özel hayatı ve iş hayatında planladığı hedeflere etkili ve verimli bir şekilde ulaşabilmesi adına yönetimin görevlerini oluşturan planlama, yönlendirme, koordine etme, organize etme ve kontrol etmeyi kendine ait faaliyetlerde uygulama süreci olarak ele alınmaktadır (Erdem, 1999).

Üniversite öğrencileri için zaman yönetiminde serbest zamanlarda yapılacak olan etkinliklerin yeri oldukça önemlidir. Öğrencilerin kendi ilgi, ihtiyaç ve beklentileri doğrultusunda serbest zaman etkinliklerine katılımları ile fiziksel, zihinsel, sosyal, sanatsal, kültürel vb. yönden gelişir ve onlar üzerinde olumlu etkileri olmaktadır.

Öğrencilerin serbest zamanlarını nasıl değerlendirdiği onların kişisel gelişimini, fiziksel uygunluğunu, sosyalleşmesini, zararlı alışkanlıklardan uzak durmasını, kendine ve topluma faydalı bir birey olmasını etkileyen önemli bir faktördür. Öğrencilerin serbest zamanlarını daha aktif, eğlenceli ve verimli geçirebilmeleri için zaman yönetimine bağlı olarak yapılan zaman planlaması, serbest zaman aktiviteleri konusunda bilgi sahibi olmaları, ilgi ve ihtiyaçları doğrultusunda aktivite çeşitliliğinin olması, rekreatif aktivite alanlarının çeşitli olması onların bu aktivitelere karşı düşünceleri konusunda oldukça önem taşımaktadır.

Yapılan bu çalışmada ise; Balıkesir Üniversitesi çeşitli fakültelerinde öğrenimine devam etmekte olan öğrencilerin serbest zamanlarını en etkili ve verimli bir şekilde geçirmeleri adına serbest zaman aktiviteleri konusunda nasıl bir düşüncelerinin olduğu ve bu aktivitelere katılmalarına engel olabilecek nedenlerinin

tespit ederek tespit edilen tutumlar ile engeller arasındaki ilişkiyi incelemek amacı ile yapılmıştır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Yapılan bu araştırmaya ait amaç; örneklemimizi oluşturan Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ve Turizm Fakültesinde öğrenimine devam etmekte olan üniversite öğrencilerinin, serbest zamanlarını etkili ve verimli bir şekilde değerlendirmelerine yönelik düşüncelerini ve bunu engelleyen unsurları araştırmaktır. Ayrıca bununla beraber onların yapılabilecek serbest zaman aktivitelerine yönelik ilgileri ile beklentilerinin belirlenmesidir.

1.2. Araştırmanın Önemi

Üniversite öğrencilerin yaşam doyumu için durağan ve monoton bir hayattan uzaklaşarak daha hareketli ve eğlenceli bir yaşam sürmeleri önem taşımaktadır. Bunun için onların serbest zaman aktivitelerine yönelik yaklaşımları ve bu aktivitelerle karşı gördükleri engel durumlarını bularak onların serbest zamanlarını beklenti ve ihtiyaçlar dahilinde canlandırma adına böyle bir çalışma ihtiyacı olmuştur. Ayrıca yaptığımız gözlemlere dayanarak Balıkesir Üniversitesinde örneklem kitlemizi oluşturan fakültelerdeki çoğu öğrencinin sahip oldukları serbest zamanlarının büyük çoğunluğu kampüs dışı etkinliklerle geçirdiği düşünülmektedir. Bu çalışma öğrencilerin serbest zamanlarında niçin kampüs dışını tercih ettiğini bularak bu zamanlarını kampüs içinde de geçirmeleri adına yapılabilecekler adına da fikirler verebilir.

1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırma 2020-2022 yılları arasını kapsamakta olup pandemi sürecinde gerçekleştirilmiştir.

2. Yapılan bu çalışmada Balıkesir Üniversitesi ilgili fakültelerde öğrenimine devam etmekte olan ve bu çalışmaya gönüllü olarak katılan çeşitli fakültelerdeki 451 öğrenci ile sınırlıdır.

3. Bu araştırmada örneklem grubunu oluşturan Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ve Turizm Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin serbest zamanlarını etkili ve verimli bir şekilde geçirebilecekleri aktiviteler doğrultusunda ilgi, düşünce ve katılımlarına engel olabilecek fikirleriyle sınırlıdır.

4. Yapılan bu çalışmada ulaşılan bulgular anket sorularına verilen cevaplar ile ortaya çıkarılmıştır.

5. Çalışmamız süresince ulaşabildiğimiz sözel, yazılı ve internet kaynakları ile sınırlıdır.

1.4. Araştırmanın Sayıtları

1. Yapmış olduğumuz araştırma esnasında bilgi toplama ve ölçüm araçlarımızı oluşturan Kişisel Bilgi Formu, Boş Zaman Tutum Ölçeği ve Boş Zaman Engelleri Ölçeğinde yer alan soruların anketi dolduran öğrencilerin kendilerine ait özgün düşüncelerine yönelik doğru olarak işaretledikleri varsayılmıştır.

2. Araştırmamıza katılan, örneklem grubumuzu oluşturan öğrencilerin bu yapılan araştırmaya yönelik düşüncelerin yeterli olduğu düşünülmüştür.

3. Anket işlemleri ve usulleri doğru olarak uygulanmıştır.

4. Araştırmada ulaştığımız örneklem kitlesinin evreni oluşturduğu varsayılmıştır.

1.5. Araştırmaya Ait Problemler

1. Öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları nelerdir?

2. Öğrencilerin serbest zamanlarında serbest zaman aktivitelerine katılımlarına engel olacak durumlar nelerdir?

3. Öğrenciler serbest zamanı etkili ve verimli değerlendirmek için neler yapabilir?

1.5.1. Araştırmaya Ait Alt Problemler

1. Öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılım konusunda kendilerini yeterli olarak bulmakta mıdır?
2. Öğrencilerin serbest zaman aktivitelerine katılma ve ilgi konusunda cinsiyete göre farklılaşmalar görülmekte midir?
3. Öğrencilerin serbest zaman aktivitelerine katılma ve ilgi konusunda öğrencisi oldukları fakültelere göre farklılaşmalar görülmekte midir?
4. Öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılmama ve buna engel olarak gördükleri konularda cinsiyete göre farklılaşmalar görülmekte midir?
5. Öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılmama ve buna engel olarak gördükleri konularda öğrencisi oldukları fakültelere göre farklılaşmalar görülmekte midir?
6. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre serbest zaman etkinliklerine hangi etkinlik ortamında katıldığı noktada farklılaşmalar görülmekte midir?
7. Öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumlarında aktivitelere hangi etkinlik ortamında katıldığı bakımından farklılaşmalar görülmekte midir?
8. Öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılım engelleri konusunda aktivitelere hangi etkinlik ortamında katıldığı bakımından farklılaşmalar görülmekte midir?

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Zaman Kavramı

Sözcük anlamına baktığımız anda zaman kelimesi, gerçekleşen olayların gerçekleştiği andan günümüze gelerek, geleceğe yönelik birbirini izlediği, kişinin kontrolünün dışı kesintisiz olarak ilerleyen bir süreç olarak ele alınmaktadır. (Smith,1998)

Sucu zamanın, gerçekleşen olayların süregeldiğini görerek kişinin zihninde canlandırdığı ve olayların bundan sonra da içinde olup gideceklerin tasarlanmasının yapıldığı, bir başlangıcı ve bitişi olmadığı gözle görülmeyen bir kavram olduğunu dile getirmiştir (Sucu,1996). Zaman kavramına yönelik zamanın önüne geçilemez şekilde, sabit hızla ilerleyerek devam eden ve bütün kişilerin eşit olarak sahip olduğu mühim bir değer olduğu söylemiştir (Akatay, 2003).

Zaman kavramını ele alan bir başka araştırmacı ise “İnsanların yapacaklarını kendilerine göre planlamak, yaşamını planlı ve programlı hareket ederek düzenlemek veya planlaması yapılan organizasyonlara katılmak için kullanıldıkları hayatımızdaki kavramların en önemlisidir” (Mirzeoğlu, 2003). Zaman kavramı, insanların beş duyu organıyla idrak edemediği fiziki, felsefi, psikolojik ve sosyolojik yönleri bulunan gerçek bir olgudur. (Güven ve Yeşil, 2011)

İnsanlık tarihine bakıldığında insanın zaman kavramının farkına ne zaman vardığı kesin bir şekilde bilinmemektedir. Güneş sistemini oluşturan gök cisimlerinin yapmış oldukları hareketlerden yola çıkarak, insanların yaşamını sürdürdüğü dünyada gündüz ile gecenin, mevsimlerin ve ayların hiçbir zaman değişmeden devamlı birbirini izlemesi zaman kavramının farkına varma sebebi olarak sayılabilir. Bu sebepten dolayı zaman, bizlerin yaşamış oldukları olayların arasında yapılan karşılaştırmaya bağlı tarifi yapılan bir kavramdır (Tengilimoğlu vd., 2003).

2.2. Zaman Tanımı

Türkçede kullanılan sözcüklerin hangi anlama geldiğini öğrenmek için bakılan Türk Dil Kurumu sözlüğünde zaman sözcüğünün yapılan bir iş ya da oluşun içinde gerçekleştiği, gerçekleşeceği veya gerçekleştiği süre, bu süreye ait belirli bir parça, çağ, mevsim; bir işi yapmak için ayrılan ya da bir işi yapmak için alışılan saat dilimi, belirlenen an, dönem, çağ, olayların olmasını ve akış sıralamasını belirleyen, düzenli ve dönemli gökyüzüne ait olayları birim adıyla kullanıldığı sanal bir terim, fiillerin kipleri olan geçmiş zaman, şimdiki zaman, gelecek zaman, geniş zaman şeklinde belirtilen gerçekleşme anı, yeryüzünün geçirmiş olduğu gelişim ve değişimlerin tespiti yapılan ve fosillerden yola çıkarak dört farklı şekilde ayrılan geniş evrelerin herhangi biri gibi anlamlarla açıklaması yapılmıştır.

Zaman, insanların duyu organlarıyla algılamasını yapamadığı fiziksel, felsefi, psikolojik ve sosyolojik boyutları barındıran bir olgu ve gerçektir (Güven ve Yeşil, 2011). Zaman, olayların geçmişten günümüze gelerek, geleceğe yönelik birbirini takip ettiği kesintisiz bir süreç olup, harekete anlam yükleyen temel unsurdur (Tutar, 2007). Zaman, belirli bir işi yapabilmek adına gereksinim duyulan veya geçen süreye denir. (Güven ve Yeşil, 2011). Zaman, art arda gerçekleşen olay ve olayların algılanmasıdır (Açıkalin, 1998).

Zaman kelimesinin hangi anlama geldiğini anlamak için Kızılırmak'ın (1969) yazmış olduğu Gökbilim Terimleri Sözlüğüne bakarsak; geçip gitmekte olan olayların yinelenen gökyüzü olaylarına bağlı olarak sıralanmasıyla ortaya çıkan, güneşin ve yıldızların öğlen vaktine göre açığa bağlı uzaklıklarına karşılığı olarak gelen bir ölçüm şeklinde tarifi yapılmıştır.

Fizikçiler, dünya üzerinde uzunluk, yükseklik, genişlik olmak üzere üç boyut olduğuna inanırken; Einstein, bunlara zaman boyutunu da eklemiştir. İnsanlar ilk üç boyutta her yöne hareket edebilirken, zaman boyutunda ise sadece ileriye hareket edilebildiği vurgulanmıştır (Tutar, 2007)

Daha birçok farklı şekilde ele alınan zaman kavramı konusunda bir tanımlama yapacak olursak, zaman evrendeki tüm canlılar ve cansız varlıklar için eşit şekilde ileri doğru ilerleyen, herhangi bir şekilde müdahale edilip ilerlemesine engel olunamayan, insanların günlük iş, ihtiyaç ve planlamaları üzerinde etkili olan, yaşamın en önemli unsurlarından bir tanesidir.

2.3. Zaman Çeşitleri

Jensen`in üç farklı boyutta ele almış olduğu zamanı Müftüler şu şekilde aktarmaktadır: (Müftüler, 2008)

- Var oluş zamanı – Fizyolojik ihtiyaçlar (yemek yeme, dinlenme, uyku ve öz bakım)
- Zorunlu yapılması gereken işlerden dolayı geçen zaman – Kişinin ekonomik yönden getiri kazanmak adına çalıştığı, yapmış olduğu uğraş
- Serbest zaman – Diğerlerinden artan, geriye kalan vakit

Hazar ise zaman çeşitlerini şöyle açıklar:

- Yemek yeme, içecek içme, uyuma, istirahat etme benzeri fiziksel gereksinimler, yemek hazırlama, yaşanılan yeri temizleme, vücudun bakım ve temizliği vs. gibi mecburi yapılması gereken işler için, yaşamı devam ettirme doğrultusunda zorunlu gerçekleştirilen etkinliklere ayrılan zaman.
- Yapılan işle alakalı hazırlık yapmak için, işe gitmek ve gelmek için, normal çalışma saatleri dışında yapılması gereken mesleğe yönelik uğraşlar için ayrılan çalışma ile ilgili etkinlikler adına ayrılan zaman.
- Gelir elde etmek hedefine yönelik iş, ekstra mesai, ikinci bir iş ya da normal işine ek olarak yapılan iş için ayrılan çalışma zamanı gibi farklı şekillerde ele alınmaktadır (Hazar, 1999).

Yapılan tanımlardan yola çıkarak zaman türlerinden boş zaman, bireylerin kısıtlı hayat süresi boyunca çalışma ve çalışmaya bağlı, ilişkili etkinliklerden (yemek

yeme, istirahat vb.) geriye artan bölümü olarak ele alınabilir. Zaman türleri kapsamında zamanı kullanım amacına göre bir sınıflandırma yapacak olursak bizde zamanı şu şekilde sınıflandırabiliriz.

2.4. Serbest Zaman

İngilizce'deki karşılığı olarak serbest zaman kelimesinin karşılığı 'Leisure'dir. Leisure sözcüğü Latince'deki 'licere' sözcüğünden türemiştir. Licere 'müsaade verilmesi', 'özgür olmak' anlamlarını taşımaktadır. Yine 'serbest zaman' anlamını taşıyan Fransızca 'loisir' ve 'izin' manasındaki 'liberty' kelimeleri 'licere' sözcüğünden türetilerek ortaya çıkmıştır. Zorunluluğun olmayışı ve özgür bir seçim ifade eden bu sözcüklerin tümü birbiri ile ilişki içerisindedir (Müftüler, 2008).

Serbest zaman sözcüğü en genel anlamı ile kişinin, iş, çalışma, uyuma ve ev işleri için ayrılan zaman sonrasında özgür iradesi ile değerlendirebileceği zamanın bir parçasıdır (Broadhurst, 2001).

Serbest zaman, "kişinin iş ve işle ilgili sorumluluklar ile kendisi ve ailesinin bakımına ayırdığı zamanın dışında kalan zaman" (Müştigil, 1993), "insanın kendi adına özgür bir şekilde kullanım hakkına sahip olduğu, iş ve yaşamla ilgili zorunlu sorumluluk ve görevleri tamamladıktan sonra arta kalan zaman dilimi" (Şahin, 2005), "temelde kişinin özgür olduğu, özgürce seçebildiği zaman" (Parr ve Lashua, 2004) ve "bireyin istediği şeyleri yapmak üzere, işyerinin uzağında geçirdiği zaman dilimi"(Zelinski 2004) olarak tanımlanmaktadır.

Serbest zaman, büyük ölçüde bir zihin durumu ve varlık durumu perspektifinden araştırılan bir kavramdır. Anlamı, büyük ölçüde bir bireyin belirli bir zamandaki tutumlarına, algılarına ve deneyimlerine bağlıdır (Kaur ve Malik, 2018).

Stebbis (2016) serbest zamanı bireyin kendi isteği ile seçtiği, herhangi bir zorlama olmaksızın aktivitelerden doyum elde ettiği ve kendi yeteneklerini keşfedebildiği zaman dilimi olarak tanımlamaktadır.

Serbest zamanın niteliksel ve niceliksel özelliklere göre sınıflandırılması yapılabilir. İnsan aklının ve bedeninin üstün manevi durumları şeklinde; düşünme, erdemli olma, sevgi, heyecan ve bilgelik gibi niteliksel özelliklerle ifade edilir ve aklın var olduğunu kabul eder. Niceliksel olarak baktığında zaman da ayları, haftaları ve saatleri ifade etmektir (Ağaoğlu, 2002).

Günlük yaşamda bireyler arasında zamanın kullanım biçimleri bakımından benzerlikler görülmektedir. Zamanın bir bölümü ürün ya da hizmet üretimi adına yani çalışma için kullanılırken bir bölümü kişinin ev ve aile içerisindeki üstlenmiş olduğu sorumluluklar ve toplum içerisindeki üstlenmiş olduğu sorumluluklar için ayrılır. Bir kısmı yemek yeme, içme, uyku, temizlik vb. fizyolojik ihtiyaçlar gibi yaşamı devam ettirmek için yapılan işlere harcanmaktadır. Serbest zamanı günün bu işlerden artan, geri kalan zamanı olarak ele alabiliriz.

Serbest zamana ait etkinlikler bireyin mecburi uğraşlarının haricinde kalan ve kullanım şeklinde tümüyle serbest olduğu serbest zamanlarında, maddi getiri sağlamak amacı taşımayan, kişiden kişiye değişen amaç ve tekniklerle ve tamamen bireysel tercihleri doğrultusunda gerçekleştirilen aktivitelerdir (Arslan, 2010).

2.5. Zaman Yönetimi

Zaman yönetimi kavram olarak oldukça yakın tarihler olan 1970'lerde meydana çıkıp ve 1980li yılların başlangıcında yöneticiler açısından zamanın yönetilmesi gerekli bir kaynak gibi düşünölmeye başlanmıştır (Topal, 2009).

Erdem zaman yönetimi konusunda, birey için özel yaşamı ve iş yaşamında hedeflerine yönelik etkin ve verimli olacak şekilde ulaşılabilmesi adına yönetimin fonksiyonlarından planlama, organize etme, yönlendirme, koordine etme ve kontrol etme fonksiyonlarını kendisine ait faaliyetlere yönelik uygulama süreci olduğunu belirtmiştir (Erdem, 1999).

Zaman yönetimi iş yoğunluğu fazla olan yöneticilerin zamanlarını organize etmede daha iyi olmaları için yardımcı olmanın hedefiyle Danimarka’da eğitimin bir aracı olarak ortaya çıkarak sonrasında tüm dünyada yaygınlaşmıştır (Akatay, 2003).

Başka bir zaman yönetimi tanımlamasına göre; ihtiyaçları belirlemek, belirlenen ihtiyaçları karşılayabilmek adına gerek duyulan hedefleri planlamak, öncelik tanınacak işlerin tespitini yapmak ve bunlarla birlikte zaman kavramını plan, program ve listeleme yöntemleriyle uyumlaştırmaktır, şeklinde tanımlanmıştır (Smythe ve Robertson,1999).

Kişilere ve özellikle yöneticilere ait zamanın etkili ve verimli bir şekilde geçirmelerini sağlayabilmek zaman yönetiminde hedeflenen amaçtır. Zamanı verimli kullanma veya kontrol etme, sahibi olunan tüm saatleri ve dakikaları belirlenen hedefler ve amaçlar doğrultusunda planlama yaparak kullanma anlamını taşımaktadır (Uğur, 2000).

Sahip olunan zamanı değil, geçen zaman içinde bireyin kendine ait yapmış olduğu aktivitelerini yönetmesine zaman yönetimi denmektedir (Bayramlı, 2009).

Zaman yönetiminde ilk olarak birey kişilik yapısını öğrenmekle başlamalıdır. Yani bireyin kendine ait kişilik yapısına ve kendine uygun biyolojik ritme göre bir zaman yönetimi seçiminde bulunmalıdır (Tutar, 2007).

Yapılan aktivitelerin verimli olması zamanın yönetimin doğru yapılandırılması ile ilişkilidir (Erdul, 2005).

Kişilerin hedeflenen amaçlara ulaşmak adına etkili bir zaman yönetimi sürecinde gerekli olan planlama, düzenleme ve kontrol onların başarı elde etmelerinde önemli faktörlerin arasında görülmektedir (Erdem ve Kaya, 1998).

Genelde sekiz aşamadan oluşan zaman yönetimi evreleri (Akgemci vd., 2003).

- Kullanılan zamanın analizi (zaman cetveli)
- Zamana ait problemleri tanımlama
- Kişinin kendini tanımlaması

- Amaçların ve önceliklerin belirlenmesi
- Program hedeflerinin uygulanana plana aktarılması
- Günlük programlar ve rehberler hazırlama
- Zaman yönetimi tekniklerini geliştirilmesi
- Süreç takibi ve tekrar analizi

İnsanların gündelik hayatta amaçlarına ve hedefledikleri noktaya ulaşmada zamanın nasıl kullanıldığı oldukça önemli yer tutar. Bu amaç ve hedeflere ulaşmada zamanı göz önünde bulundurarak planlama yapmak gereklidir. Yapılacak olan eylemler bir plana bağlı yapıldığında birçok sorunun önüne geçmektedir. Zaman yönetiminde temel amaç birbirini takip eden işleri en kısa sürede yapmak olmayıp yapılacak işlerin planlı ve düzenli olmasını sağlamaktır. Zaman planlamasının uygulanma aşamasında başarı elde etme adına dikkat edilmesi gereken unsurlar şöyledir (Türkel, 1999):

- Yapılacak olan işleri zordan kolaya doğru yapmak
- İşleri planlaması yapılmış olan gün ve saat doğrultusunda yaparak, gecikmesine fırsat tanımamak
- Bir işi tam olarak bitirmeden başka bir işe geçmemek
- Var olan işe bütün kapasiteyle sarılmak
- Yaratıcılıkla alakalı etkinlikler için zaman ayırmak
- Her zaman yapılan işlerden kaçınmak
- Gerekliliği olmayan detaylardan uzak durmak
- Toplantılarda gündem maddelerini kullanmak
- Toplantılarda zaman sınırlandırması yapmak
- Engel olmadan çalışılabilecek saatleri tespit etmek
- Çalışmaya engel olan faktörlerin tespitini yaparak ve bu faktörleri ortadan kaldırma adına tedbirler almak
- İş paylaşımı yapacak elemanlar yetiştirmek

2.6. Zaman Tuzakları

Zaman yönetiminde amaçlardan bir tanesi de zaman kaybına neden olan sorunları belirlemektir. Zamanı etkin bir şekilde kullanmanın önündeki engellere “zaman tuzağı” adı verilir (Tutar vd. 2015).

Bireylere ve yöneticilere zaman harcattıran, başka bir deyişle zaman tuzaklarını veya hırsızlarını belirlemek etkili bir zaman yönetimi bakımından oldukça önem taşımaktadır. Zaman tuzakları kişisel, dışsal, örgütsel ve mekanik sebeplerden dolayı ortaya çıkabilir (Tutar, 2007).

Tablo 2.1. Sebeplerine göre zaman tuzakları (Tutar, 2007)

➤ Kişisel Sebepler	<ul style="list-style-type: none">• Plansız olmak• Ertelemek• Sürünceme ve ikileme bırakmak• Devretmemek• Hayır sözcüğünü kullanamamak• Düzensiz olmak• Öncelikleri tespit edememek ve sıraya koyamamak• Rutin ve gereksiz işler• Aceleci olmak
➤ Dışsal Sebepler	<ul style="list-style-type: none">• Ziyaretçi kitlesi• İş kazaları• Doğa olayları
➤ Örgütsel Sebepler	<ul style="list-style-type: none">• Yetki ve görev devri yapılamaması• Kararsız olmak• Verimsiz iş ve toplantılar• Kriz ve stres yönetiminin olmayışı• Örgütsel çatışmalar• Çalışma ortamının elverişsiz olması• Bürokrasi• Verimsiz sekreterlik hizmetleri
➤ Mekanik Sebepler	

2.7. Serbest Zaman Kuramları

- **Akış Kuramı:** Pozitif psikolojide karşımıza çıkan akış kuramı Mihaly Csikszentmihalyi tarafından 1975’te ortaya konulmuş bir kuramdır. Csikszentmihalyi, bireylerin rekreatif etkinliklere etkinliklere katılımlarında içsel motivasyon olarak neyi kastettiğini ortaya çıkarmak amacıyla, neler

hissettiklerini ve deneyimlerini açıkladıkları bir dizi nitel görüşmeden oluşan araştırma gerçekleştirmiştir (Csikszentmihalyi, 1975). Akış metaforik bir terimdir. Bireyler optimal bir düşünme haline girerler, konsantre oldukları zaman hareket ederler ve faaliyete yoğun katılım sağlarlar (Csikszentmihalyi, 1988).

- Özerklik Kuramı: Deci ve Ryan tarafından 1980’li yılların başında boş zaman davranışını güdülenme kavramı çerçevesinde açıklayan bir kuramdır. (Deci ve Ryan, 1985).
- Bilişsel Değerlendirme Kuramı: Bilişsel değerlendirme kuramı, temel psikolojik ihtiyaçlar özerklik, yeterlik ve ilişkili olma kapsamında oluşmuştur (Ryan ve Deci, 2000). Özerklik, sağlıklı kişisel gelişime olan katkısı ve değişen hayatın zorluklarıyla karşılaştıklarında bireylerin nasıl bu durumu yönetebileceklerini öğretmek toplumların entegrasyonuna ve sentezine de büyük katkı sağlamaktadır (Niemiec vd., 2010).

2.8. Rekreasyon

Türk Dil Kurumuna bakıldığında rekreasyon kavramı için insanların boş zamanlarında, eğlenme ve spor yapma amacıyla gönüllük esaslı katıldıkları etkinlikler ve bir bölgeyi insanların eğlenme, dinlenme amacıyla kullanabilecekleri bir hale getirme şeklinde tanımlamasını yapmaktadır.

Rekreasyon kavramı, bireyin yenilenmesi, tekrar yaratılması ya da tekrar yapılanması anlamlarına gelen Latincedeki “recreatio” sözcüğünden türetilmiştir. Türkçe anlamı olarak genellikle “boş zamanları değerlendirme faaliyetleri” şeklinde kullanıldığı görülmektedir (Ozankaya, 1980).

İngilizce yaratmak, ortaya çıkarmak anlamlarını taşıyan ‘create’ eyleminin ön kısmına; yeniden, tekrar anlamlarına gelen ‘re’ ön ekinin eklenmesiyle oluşan, ‘rekreasyon’ (recreation) sözcüğü, çalışmaktan ve başka etkenlerden dolayı yıpranmış, yorulmuş kişilerin tekrardan canlanmaları anlamını taşımaktadır (Yerlisu vd., 2009).

Rekreasyon kelimesi; spor, fiziki egzersiz yaparak, sanat ve oyun çeşitlerini kullanıp kişiliğin yaratıcı bir biçimde ifade edilmesi anlamına karşılık gelmektedir. Harekete göre çoğunlukla hisleri konu alan rekreasyon kavramı, serbest zamanda kişisel doyum beklentisiyle katılım gösterilen aktiviteleri kapsamaktadır. Kişisel bir karşılıktır, psikolojik bir reaksiyondur, bir yaklaşımdır, bir yaşantı şeklidir (Tekin vd., 2006).

Kraus açısından bakıldığı zaman ise, klasik anlam olarak rekreasyon; bireyi mecburi işlerin ve etkinliklerin sonrasında yenilenen, dinlenmesini sağlayan ve özgür bir şekilde yapılan aktiviteler şeklinde açıklaması yapılmaktadır (Zorba,2002).

Modern anlamı incelendiği zaman profesyonel bir çalışma alanı ve sosyal bir kurum olan rekreasyon kişinin temel fiziksel ihtiyaçlarının karşılanmasından sonra arta kalan zamanlarda yapılan faaliyetleri kapsayan, mutlu ve dolu bir yaşam biçimidir (Edginton ve Ford, 1985).

Boş zaman ile rekreasyon kavramları genellikle aralarında benzer bir boyutta veya anlamdaş terimler olarak kullanıldığı bilinmektedir. Halbuki boş zaman terimi "zaman" diliminde bir yer tutarken, rekreasyon kavramı ise "aktivite" şeklinde tanımlanmaktadır. Buradan yola çıkarak, alışlagelmiş bir aktivitenin rekreasyon olarak ele alınabilmesi adına birtakım şartlar bulunmaktadır. Bunlara örnek olarak; katılan bir etkinliğin "boş zaman" süreci içerisinde gerçekleşmesi, fikirsel ya da fiziki bir hareketin olması ve kişinin gönüllü bir şekilde bu aktiviteye dahil olması gereklidir (Kara, 2015).

Karaküçük'ün (1995) rekreasyona yönelik düşünceleri şu şekildedir; "İnsanlar farklı zamanlarda ve çeşitli sürelerde meydana çıkan boş zamanlarında, buldukları yerden uzaklaşarak dinlenme, hava değişimi, gezme görme, sağlık, beraber olma, heyecan duyma, değişik yaşantılar elde etme gibi birçok amaçla, ev dışında veya ev içinde, açık veya kapalı alanlarda ya da aktif-pasif şekillerde, şehir içinde veya kırsal alanlarda aktivitelere dahil olmaktadır. Rekreasyon, insanların boş zamanlarında yapmış oldukları bu etkinlikleri ifade eden bir kavramdır ve bireylerin tümüyle boş zamanlarında katıldıkları aktivitelerle ilişkilidir. Boş zamanın günlük, hafta sonları, yıllık izinler ve daha uzun tatiller ve emeklilik gibi dönemlerde

pek çok alanda gerçekleştirilen ve çok çeşitliliği olan etkinlikleri söz konusudur” (Karaküçük, 1995).

2.8.1. Rekreasyonun Ortaya Çıkışı

Sanayi devriminden bugüne kadar süren teknolojik gelişmeler ve yenilikler yaşamımıza kolaylıklar getirmenin yanı sıra gündelik hayattaki monotonluğu ve bu monotonluğun sebep olduğu yorgunluğu meydana çıkarmıştır. Teknolojide meydana gelen gelişme ile sanayileşme, sanayileşmenin artması ile doğan çeşitli iş imkanları ve iş imkanları çeşitliliğinden dolayı sanayi bölgelerine olan göç hareketleri başlamıştır. Bu göçlerle büyüyen şehirler zaman ilerledikçe kalabalıklaşarak yaşanması yorucu mekânlar haline almıştır. Teknolojinin gelişmesi sonucunda yaşamımızda olumlu ve olumsuz olarak etkisi bulunan bu iki etken kişilerin dinlenmek, istirahat, eğlence, yenilenmek gibi gereksinimlerinde artışa sebep olmuştur. Rekreasyon bu sebepten dolayı günümüzde önemli bir duruma gelmiştir. 1786 yılında Buhar makinesinin icat edilmesini takip eden sanayileşme hareketiyle tüm alanlarda olduğu gibi rekreasyon etkinlikleri konusunda da önemli gelişmeler ilerlemeler kat edilmiştir. Rekreatif etkinlerin çeşitlilik göstermesi ve bu etkinliklerin zenginleşmesi konusunda önemli ve en büyük ilerlemeler II. Dünya Savaşı sonrası olmuştur (Müderrişoğlu ve Uzun, 2004).

Rekreasyonun ortaya çıkmasının nedenlerini sosyal ve ekonomik faktörler olarak ele alan bir araştırmacıya göre bu sebepler şu şekilde sıralamıştır (Karaküçük, 2005):

- Ekonomik yönden verimli olma ve çalışma şartlarındaki ilerlemeler (serbest zamanlarda meydana gelen artış)
- Harcana bilinecek kişisel gelirlerde meydana gelen artış
- Kentleşme
- Nüfusta meydana gelen artış ve nüfusun oluşturduğu hareketlilik
- Teknolojik gelişim ve yenilikler
- Kitle iletişim araç ve gereçleri tarafından etkilenme, reklamlar ve propagandalar

- Kültür etkileşimi
- Eğitim seviyesi
- Çevreye olan bilinç
- Değişen yeni sağlık farkındalığı istek ve dilekler
- Değer unsurlarında farklılaşmalar
- Siyasi glerin ve farklı kurumların etkileri
- Eğlenme hareketliliğin etkisi
- Doğa kaynaklı zenginlikler ve etkisi
- Mobilize olma
- Araç-gereç ve çeşitli materyallerin teşvik ediciliği
- Rekreatif aktivite noktalarının ve rekreatif etkinlik işletmelerinin çeşitlilik ve sıklık göstermesidir.

2.8.2. Rekreasyonun zellikleri

- Rekreasyon aktivitelerinin tercihi gönüllülük esasına uygun olarak yapılmalıdır.
- Rekreatif etkinlikler kişiye özgürlük hissiyatı vermektedir.
- Rekreatif etkinliklere katılımda ve devam konusunda bir zorunluluk olmamalıdır.
- Rekreasyon etkinlikleri, gün içerisinde zorunlu olarak yapılması gereken işlerden arta kalan boş zamanlarda yapılmalıdır.
- Farklı yaştaki ve farklı cinsiyete sahip olan kişilerin aktivitelere katılımına olanak tanır.
- Rekreatif etkinlikler, her çeşit açık ya da kapalı alanlar ve tüm mevsim ve hava özelliklerinde uygulanabilir.
- Rekreasyon farklı birçok etkinlikleri bünyesinde barındırır.
- Rekreasyon etkinliklerine katılım hazzın ve mutluluğun sağlamasıdır.
- Rekreasyon kavramı bir bireyin kendini ifade etmesine ve yaratıcı olabilmesi için olanak tanıyan etkinlikleri barındırmalıdır.
- Rekreasyon aktivitelerinin herkese yönelik bir amacı vardır.

- Rekreasyon kavramı, bir topluma ait gelenek ve göreneklere, törelere, ahlak ve manevi değer yargılarına uygun olup ve sosyolojik değerler ile zıt olmamalıdır.
- Rekreasyon, bir faaliyetin yapılma esnasında iki ya da daha fazla aktiviteye yönelik de ilgi gösterme ya da bunları uygulama olanağı tanımaktadır.
- Rekreasyon aktivitelerine katılımda yapılacak olan eylemler, bir plan dahilinde ya da plansız bir şekilde, yetenekli kişilerle ya da yeteneği olmayan bireylerle, önceden organize edilmiş veya organize edilmemiş rekreatif aktivite noktalarında yapılabilmektedir.
- Rekreasyon, rekreatif aktivitelere katılım sonrasında meydana çıkan bir deneyimdir (Aktaran Güngörmüş, 2007).

Bu özellikler sonucunda rekreasyon, kişilerin gündelik hayatta kalan boş vakitlerinde bireysel veya grup halinde olmak üzere araç kullanarak ya da araç kullanmadan; açık bir alanda veya kapalı bir alan içerisinde; şehir içerisinde veya şehirden uzak bir yerde; önceden planlanmış bir etkinliğin içinde ya da kendi istek ve tercihleri doğrultusunda seçimi yapılan haz, mutluluk verip eğlenmesini sağlayan faaliyetlerin hepsini kapsamaktadır.

Rekreatif aktivitelerinin ayrıca tuhaf ve ilginin arttırılması için başka yapay bir motive kaynağı gerektirmeden, eğlenceli ve bireyin hayatı süresince de bu şekilde sürüp giden, bedensel ve ruhsal gelişimini sağlayan, yaratıcılığını canlandıran, bir başarı elde etmekten çok bireyin kendine faydası adına yapılan, enerji, gerginlik ve duyguların vücuttan dışarıya uzaklaştırılmasını hedefleyen, insanların arasında iletişim ve tepki vermeyi sağlayan, daha farklı merak ve uğraşlara sebep olan, başkasına ve çevreye zarar vermeyip ve çevreye karşı duyarlı olmayı hedefleyen, sosyal hassasiyete ve paylaşmaya zemin hazırlayan, insan yaşamını anlamlı ve güzel yapan, kişileri çeşitli belirsizliklerden ve sorunlardan uzaklaştıran, en büyük ödülü aktiviteye şahsen dahil olup bu aktiviteyi uygulamak olan ve tümüyle gönüllü olarak katılmanın gerektiği gibi genel özellikleri olduğu söz edilebilir(Sweet, 1987; Jensen, 1997).

2.8.3. Rekreasyon Gruplandırılması

Bir kişi, amaçları ve istedikleri yönünde aktivite içerisinde var olmayı kabul etmişse, bu yönde bir rekreasyon, çeşidi ortaya çıkar. Her kişi için birbirinden farklı hedeflenen noktalar ve dürtülerin olduğu ve buna paralel olarak farklı rekreasyon aktivitelerinin bulunduğu farz edilirse, belirlenen bir gruplama çeşidi oluşturmak zor bir boyut olacaktır (Karaküçük, 2005).

Bu kavram bireylerin ve toplumun farklı istek ve ihtiyaçlarına göre şekillenmektedir. Bu farklılardan dolayı rekreasyonu tek bir çatı altında incelemek doğru olmayacaktır. Bu sebeple araştırmacılar rekreasyonu çeşitli şekillerde sınıflandırmışlardır.

Kişilerin gündelik hayatta zorunlu yapılması gereken işleri sonrasında kalan boş zamanlarında katılım gösterdikleri rekreatif aktiviteler konusunda farklılıklar görülmektedir. Bireylerin boş zamanlarında elde etmiş olduğu tecrübelerde olduğu gibi katıldıkları rekreatif faaliyetleri de bir bireyden diğer bireye farklılıklar göstermektedir. Bununla birlikte rekreatif aktiviteleri katılım gösteren kişi sayısına, çalışanların yaş grubuna, fonksiyonuna, çalışan kişilerin faaliyetlerden faydalanma tarzına ve aktivitenin yapılmış olduğu mekâna göre bir sınıflandırma yapılmıştır (Yüncü vd., 2013).

2.8.3.1. Mekâna Bağlı Rekreasyon

Rekreasyon aktiviteleri uygulanan aktivitenin sahip olduğu niteliğine bağlı farklı rekreasyon alanlarında gerçekleştirilmektedir. Bundan sebeple öncelikli olarak bir rekreasyon aktivitesinin yapılması adına uygun olan bir rekreasyon alanına gereksinim duyulmaktadır.

➤ Açık Alanda Yapılan Rekreasyon: Açık alanlarda uygulanan boş zamanı değerlendirme etkinliklerine açık alan rekreasyonu adı verilir. Akesen açısından açık alan rekreasyonu, kişilerin ve toplumların rekreatif gereksinimlerini karşılama ihtiyacına yönelik doğa üzerinde oluşturmuş oldukları bir çeşit kaynak

kullanım şeklidir. Örnek olarak, açık alanlarda uygulanması yapılan voleybol, futbol, basketbol, tenis, eğitsel oyunlar vb. her türde spor aktivitelerine ve oyunlara katılım göstermek veya bu türdeki aktiviteleri izlemek; açık havada düzenlenen konserler, açık havada sergilenen sergiler benzeri sanat içerikli etkinlikleri seyretmek veya bunlara dahil olmak.

➤ Kapalı Alanda Yapılan Rekreasyon: Halkın kullanımı için ayrılan kapalı alanlardaki ve evlerde gerçekleştirilen boş zamanı değerlendirme etkinliklerine kapalı alan rekreasyonu adı verilir. Örnek olarak, kapalı alanlarda düzenlenen kongreler, kapalı alanlarda düzenlenen konser ve tiyatrolar; basketbol, futsal, voleybol, yüzme, masa tenisi maçı, cimnastik benzeri spor etkinlikleri, vücut geliştirme, fitness, wellness, yoga vb.; yabancı dil, dikiş-nakış vb. kurslara katılmak; kapalı ortamlarda özel bir güne, toplantıya, kutlamaya dahil olmak (Hazar, 2014).

2.8.3.2. Yerel Konuma Bağlı Rekreasyon

➤ Kentsel Alanda Gerçekleşen Rekreasyon: Rekreasyonun yerleşim yerleri içerisinde bulunan, özellikle şehir yönetimi tarafından planının yapılmış olduğu ortamlarda gerçekleştirilen bir türüdür. Örnek olarak; şehir merkezlerinde yer alan parklar, çocuk parkları, çay bahçeleri, sinema, tiyatro, müze, şehir turları, şehir merkezinde bulunan tarihi ve turistik yerler, ören yerlerinde yapılan etkinlikleri sayabiliriz.

➤ Kırsal Alanda Gerçekleşen Rekreasyon: Şehirlerin tempolu ve bunaltıcı ortamının, buralarda yaşayan kişiler üstünde yarattığı baskı sonrasında, kırsal alanlar da serbest zamanların değerlendirildiği yerler halini almıştır. Kırsal alan rekreasyonunun anlamına bakıldığı zaman artmış olan çevre sorunları sebebiyle şehir alanlarından kırsaldaki alanlara azzamanlı kaçma şeklinde ifade edilmektedir (Tatar, 2000). Örneğin trekking, hiking, dağcılık, kampçılık doğa yürüyüşleri, suda gerçekleştirilen sporlar, piknik yapma, doğada fotoğrafçılık, kanoya binme, rafting yapma, bisiklete binme, deniz aktiviteleri, adrenalin yükseltici etkinlikleri sayabiliriz.

2.8.3.3. Kişinin Etkinliğine Bağlı Rekreasyon

➤ Aktif Rekreasyon: Bireyin aktif olarak yer aldığı, hareket ve devinimin fazla olduğu serbest zamanı değerlendirme tarzıdır. Örnek olarak yüzme, yürüme, spor yapmak, koşma, arkadaş gruplarıyla oyun oynama, resim yapma gibi rekreasyon etkinliklerini verebiliriz.

➤ Pasif Rekreasyon: Bireyin aktivite içerisinde aktif olmadığı, hareket ve devinimin az olduğu, seyirci ve dinleyici olup katılım sağladıkları etkinliklerdir. Örnek olarak spor karşılaşmalarını veyayöresel bir aktiviteyi izlemeyi, yarışmaları izlemeyi ve müzik dinlemeyi verebiliriz (Başoğlu, 2011).

Bu sınıflandırmaya bakarak bir çıkarımda bulunacak olduğumuzda kişilerin yapılan rekreasyon etkinliğine katılımında etkinliğin hareketli yapılıp yapılmadığına veya durağan bir şekilde yapılıp yapılmadığına bakılmaktadır. Kişinin aktif olarak katıldığı rekreasyon etkinliklerinde bir hareket ve efor sarf edildiği görülmektedir. Pasif olarak katıldığı rekreasyon etkinliklerine bakıldığı zaman ise daha az hareket edildiğinin ve eforun sarf edildiği görülmektedir.

2.8.3.4. Katılımcıların Yaşına Bağlı Rekreasyon

Kişilerin serbest zamanlarını etkin ve verimli bir şekilde geçirmek amacı ile katılmış oldukları rekreatif etkinliklerin belirlenmesinde yaş etmenimi önemli bir yer tutar. Bireylerin yaş grupları açısından rekreasyon çeşitleri çocuklar için, gençler için, yetişkinler için ve üçüncü kuşak için rekreasyon olarak sınıflandırılmaktadır.

2.8.3.5. Zamana Bağlı Rekreasyon

➤ Günlük Rekreasyon: Kişilerin genel olarak yakın çevresi, kısa olan konumlarda ve gün içerisindeki serbest zamanlarını değerlendirmeye yönelik amaç ile katılmış oldukları rekreasyon aktiviteleridir.

➤ Tatil Rekreasyonu: Haftanın tatil günlerinde, bayramlarda, resmî tatillerde ve senelik tatillerde oluşan serbest zamanlarda uygulanan aktiviteleri kapsamaktadır (Yüncü vd., 2013).

2.8.3.6. Fonksiyonuna Bağlı Rekreasyon

➤ Fiziksel Açıdan Rekreasyon: Kapalı alanlarda ve açık alanlarda gerçekleştirilen bütün rekreasyon etkinliklerini içermektedir. Yüzme, scubadiving, rafting yapma, kanoya binme, su kayağı yapma gibi bir su kaynağında gerçekleştirilen aktiviteler; tırmanma, doğa yürüyüşü, kar motoru, kızak benzeri dağda gerçekleştirilen sporlar; futbol, voleybol, basketbol, hentbol, tenis, masa tenisi, okçuluk, cirit, boks, golf, yamaç paraşütü vb. spor etkinliklerini örnek olarak verebiliriz.

➤ Ticari Açıdan Rekreasyon: Maddi imkanlara bağlı gerçekleştirilen rekreasyon etkinliklerini içermektedir. Ticari açıdan rekreasyon aktivitelerine özgü eğlenme yerleri, tema içerikli parklar, buz kayağı, şans oyunu, özel amaçlı spor alanlarını ve yabancı dillerin kurslarını gibi örnekler verebiliriz (Yağcı, 2015).

➤ Sosyal Açıdan Rekreasyon: Bireylerin sosyalleşerek ilişkiler kurmaları ve kurmuş oldukları bu ilişkilerin güçlendirilmesi ve geliştirilmesi adına dahil oldukları aktivitelerdir. Arkadaş toplantıları, doğum günü partileri, eğlence partileri, yemek organizasyonları, davetlere katılım gösterme sosyal rekreasyon aktivitelerine örnek olarak verilebilir (Sevil vd., 2012).

➤ Estetik Açıdan Rekreasyon: Eğitim seviyesi ve kültür seviyesi yüksekte olan kişilerin yapmış olduğu rekreasyon aktiviteleridir. Sanatsal etkinliklere, operalara katılmak

➤ Sağlık Açısından Rekreasyon: Kişilerin sadece tedavi olmak amacıyla olmayıp bununla birlikte sağlıklarını koruma amacıyla da katılmış oldukları etkinliklerdir. Örnek olarak termal turizm, sauna, masaj, kaplıca, spa ve ılıca gibi serbest zamanlarda katılım gösterilen etkinlikleri verebiliriz.

➤ Kültürel Açıdan Rekreasyon: Kişilerin sahip olduğu bilgileri ve becerilerini geliştirmek amacı ile katılmış oldukları aktivitelerdir. Belediyeler ve eğitim kurumları tarafından düzenlenmesi yapılan el sanatları, baskı sanatları, dikiş-nakış işleri, mesleki gelişim ve kariyer kursları, akraba ziyaretleri ve arkadaş görüşmeleri gibi sosyal etkinlikleri kültürel rekreasyon aktivitelerine örnek olarak sayabiliriz.

➤ İşyeri Açısından Rekreasyon: Örgütlerin ve işveren kişilerin bünyesinde çalışan kişileri memnun etmek, çalışma ağına bağlama, etkili ve verimli bir şekilde çalışmalarını sağlama hedefiyle rekreatif aktivite sorumlularınca tasarlanan, iş yeri içerisinde ya da iş yeri dışında uygulanması yapılan çalışan kişilere, çalışan kişilerin ailelerine ve iş yerinden emekli olmuş çalışanlarına yönelik düzenlenen rekreatif etkinliklerin tümüdür (Gardner, 1971).

2.8.3.7. Katılımcı Sayısına Bağlı Rekreasyon

➤ Rekreasyon aktiviteleri, aktivitelere katılımı kişilerin bireysel katılımına ya da bir grupta birlikte katılımına bağlı olarak sınıflandırılabilir.

➤ Bireysel Katılınan Rekreasyon Aktiviteleri: Kişilerin serbest zamanlarında bireysel bir şekilde katılım göstermiş oldukları spor yapma, resim çizme, müzik dinleme, şarkı söyleme, yüzme, gezme, müze ziyareti, tarihi yerleri ziyaret etme, fotoğraf çekme gibi aktiviteleri örnek olarak verebiliriz.

➤ Grup Rekreasyonu: İki ya da ikiden fazla kişilerin ortak bir şekilde birlikte katıldıkları futbol, basketbol, voleybol, tenis oynama; grup halinde doğa sporlarına dahil olma vb. aktivitelerdir (Yüncü vd., 2003).

2.9. Rekreasyon Etkinliklerinin Çeşitleri

2.9.1. Sportif Etkinlikler

Rekreasyon denildiğın zaman büyük ölçüde insanların zihnine gelen fiziksel etkinliğe bağılı spor aktiviteleri; kişilerin sağılıklı bir vücuda sahip olma, bedenlen, ruhen, zihinen ve sosyal bakımdan fayda elde etmek amacı doğrultusunda çeşitli spor merkezlerinde veya açık alanlarda ücret ödeyerek ya da herhangi bir ücret ödemesi yapmadan katılım sağılanır (Biçer, 2008).

Rekreatif spor aktiviteleri, yarışmaya dayalı performans sporlarına göre daha az rekabet etme,kurallara uyma ve adaletli olma gerektiren yönde olgunluk gerektiren becerileri geliştirir. Rekreatif amaçlı yapılan spor etkinlikleri, sorun çözüm kabiliyeti, yeni beceriler öğrenimine, başarı ve başarısızlıklarına yönünde yeni çözüm yolları bulabilmek için harika fırsatlar tanıyabilmektedir (Yaman ve Arslan, 2009).

Sportif etkinliklere örnek olarak futbol, basketbol, voleybol, futsal, hentbol,tenis, masa tenisi, badminton, ata binme, okçuluk, koşu - yürüyüş yapma, doğa yürüyüşü,orienteering, yelken, kano, rafting, yamaç paraşütü, derin sulara dalma (rekreatif dalma), kampçılık, safari, off-road yapma otomobil-motosiklet kullanma , avlanma, yüzme, kayma, paintball, aerobik,futsal (salon futbolu), plajda futbol ve plajda voleybol, atv safari, squash, outdoor sporları, su sporları, go-kart ,dağcılık , pilates , yoga, bisiklet sürme, golf, buz pateni, bowling, bocce, savunma içerikli sporlar (güreş, judo, taekwondo,karate, boks, kick boks, muaythai vb.), cimnastik, su topu , kaya tırmanışı, bunge-jumping, fitness, vücut geliştirilmesi gibi birçok daha spor branşını sayabiliriz.

2.9.2. Sosyal, Kültürel ve Sanatsal Etkinlikler

Sosyal etkinlikler,kişilerin çevresindeki kişilerle ilişkilerinin iyi olmasını ve geliştirmesini bununla birlikte sosyal kişiliğinin gelişiminde etkilidir. Kültürel açıdan

katılan etkinliklerde ise çalışan kişilerin bilgileri ve becerilerini geliştirme hedefi ile, etkin ve verimli çalışmalarına yönelik olarak yapılan etkinliklerdir. Sanat etkinlikleri ise sanata dair herhangi bir dalda ya da birkaç sanat dalında uğraş göstererek sanatsal yeteneklerini geliştirmek ve ilerletmek yönünde değerlendirilen serbest zaman etkinlikleridir.

Sanatsal, toplumsal ve kültürel etkinliklere örnek olarak resim, müzik, konser, tiyatro, opera, bale, dans, festivaller, fuar, ebru, tezhip, boyama, sepetçilik, oymacılık, dokuma, doğum günleri kutlaması, panayır, sergi, çini- seramik işleri, kuyumculuk, dizayn, metal işleri, heykeltıraşlık, ağaç işleri, çömlek yapımı, akrabaları-arkadaşları ziyaret ve benzer birçok etkinliği sayabiliriz.

2.9.3. Animasyon Etkinlikleri

Turizm Bakanlığı animasyonu; bir yerden bir yere seyahat halinde olan kişilerin ve konaklama tesislerinde kalan müşteri kitlesinin vakitlerini hoşça geçirmelerini sağlama amacı ile düzenlenen bütün etkinlikler şeklinde ele almaktadır. Animasyon etkinlikleri bu konuda yetkili kişilere verilen isim anlamına gelen animatörlerin planlaması, programlaması ve yürütmesi ile yapılır. Kişilerin serbest zamanlarını eğlenceli ve sağlıklı bir şekilde geçirmelerini sağlama amacıyla yapılan açık ve kapalı alan sportif aktiviteleri yürütmek için bilgi ve beceriye sahip olan, nu işler için yeterli donanımdaki bireylere spor animatörü adı verilmektedir (Sevil vd., 2012).

Bu etkinliklerine örnek verecek olursak:

- Deniz Etkinlikleri: günlük yat turları, gece denizde eğlenceler, suda kayak, rüzgâr sörfü, kano, katamaran gezisi, kiteboard balık avı planlamaları, yelken yapma, dalış kursları
- Kara Etkinlikleri: kort tenisi, masa tenisi, yamaç paraşütü, atlı spor imkanları, faytonla geziler, küçük golf ve golf sahaları, bisikletle turlar, köylere geziler, beceri içerikli yarışmalar

- Sağlıklı Yaşam Etkinlikleri: masaj salonları, sauna kısımları, türk hamamı bölümleri, cimmastik salonları, step aerobik salonları, koşu pisti, futbol, basketbol ve voleybol sahaları, tenis kortu
- Gece Etkinlikleri: balo ve eğlence etkinlikleri, özel yemek akşamları, partiler, dans etme ve güzellik yarışmaları, defile, müzik gecesi, konser, folklor ve tiyatro gösterimleri (Köktaş, 2004)

2.10. Rekreasyonun Faydaları

Rekreasyon aktivitelerine katılım bireylerin hem kendisi adına hem de toplum adına oldukça önem taşır. Kişinin bedensel, zihinsel sosyal ilişkilerinin sağlıklı olmasında etkili bir unsurdur. Bu aktivitelere katılan kişilerin veya grupların yaşama sevincinin yerinde olduğunu, hayattan keyif aldığını, kötü alışkanlıklardan uzaklaştığını, insan ilişkilerinde ve onlarla birlikte olarak boş vakitlerini etkili ve verimli bir şekilde geçirdiklerini görebiliriz.

Rekreasyon, hızla değişen kültürel/toplumsal değişimin içerisindeki toplumlarda genç bireylerin, okulun dışındaki zamanlarda kişilik gelişimlerini ve bütünlüklerini sağlayabilir. Zıttı düşünüldüğünde çocukluk evresinden yetişkinlik evresine geçildiği aşamada genç birey kendine uygun olan rolleri oynayamadığı için ve yetişkinlere ait dünyada yer alamamasından dolayı sapkın davranışlarda bulunabilir ve kuralların dışında kalan grupların üyelerinden biri olarak toplumun dışında kalabilir. Rekreasyon davranışını bir bireyden diğer bireye göre farklılık göstermesindeki etmenlerden biriside kişinin eğitim seviyesidir. Özellikle bu konuda belirleyicilerden olan kişinin önceden rekreasyona ait eğitim alması önem taşımaktadır (Kılbaş, 2004).

Birey için herhangi bir fayda elde etmesi bireyin rekreasyon aktivitelerine katılım gösterme konusunda temel amacıdır. Rekreasyonun değerleri katılım gösterme sonrasında elde edilmiş olan olumlu yöndeki değişimlerdir. Rekreasyon fiziksel açıdan, sağlıklı psikoloji, duygusal yönden sağlığın, bilginin ve kişiliğin gelişmesi, manevi değerlerde, macera ile toplumsal uyum değişkenleri üzerinde yarar sağlamaktadır (Tekin vd., 2017).

➤ Vücuda ve Sağlığa Faydaları: Rekreasyon sonucunda elde edilmiş olan bu yarar rekreasyon aktivitesinin içeriği ile ilişkilidir. Rekreasyon aktivitelerinin gözle görülen en çok yararı fiziksel sağlığa yapmış olduğu faydalardır (Tekin vd., 2017).

- Kalbin ve dolaşım sisteminin güçlendirilmesi
 - Yüksekte olan tansiyon değerini düşürmek ve dengelemek
 - Obezite olma ve vücudun yağ indeksinde düşüş
 - Kasların dayanıklılığında artış
 - Alkol ve sigara kullanımını azaltma
 - Kemiklerin kuvvetinde ve dayanıklılığında artış
 - Bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi
 - Solunum sisteminin güçlendirilmesi
 - İnsan yaşamını uzatmak
- vb. yararları bulunmaktadır (Munusturlar, 2016).

➤ Zihin ve Psikolojik Sağlığa Faydaları: Zararı olan duygu ve düşüncelerden uzaklaşma ve duygusal engellerden kurtulamaya imkân tanıyan rekreasyon etkinlikleri, stabilizasyon ve kaçma ortamı yarattığı için zihinsel ve psikolojik sağlığa da önemli bir faydada bulunur (Tekin vd., 2017).

➤ Kişisel Yönden Gelişime Faydaları: özgüvende meydana gelen artış, bilişsel açıdan gelişim, akademik durumda artış, kontrol hissiyatı, bağımsız hareket etme ve karar alma duygusu, liderlik yapma, problem çözebilme yeteneği, farkındalık gibi konularda gelişim bakımından katkıda bulunur (Munusturlar, 2016).

➤ Bilgi Gelişimine Faydaları: Eğitim içerikli rekreasyon alanlarında “yaparak öğrenme” bakımından birçok imkân tanır. Öğrenme aşaması, doğrudan sınama yanılma yolu ile daha hızlı başlayarak akıcı bir şekilde devam ederek daha az süre zaman zarfında tamamlanmış olur (Tekin vd., 2017).

➤ Karakter Gelişimine Faydaları: Rekreasyon; özgürlük duygusunda gelişim, başarılı olma hissi, rekabet etme, empati kurma, rakibine saygılı olma, değer yargıları, tevazu sahibi ve hoşgörülü olma, yaratıcı düşünme, doğanın ve yaşamın kıymetini anlamak gibi konularda faydaları bulundurmaktadır (Munusturlar, 2016).

Bir kişi, rekreatif etkinliklerinin gerçekleştirildiği ortamlarda sorumluluklar almayı ve aldığı sorumluluklar için gerekli olanları yapmayı öğrenmiş olur. Kişinin ilerleyen yaşantısı boyunca gerektiği zamanlarda kullanılabileceği pek çok beceriyi bu sorumluluklar kişiye öğretir (Tekin vd., 2017).

➤ Estetik ve Maneviyat Yönünden Faydaları: Birey açısından rekreasyon etkinliklerinin en faydalı değerleri arasından olan iç kökenli kaynakların gelişmesi bünyesinde, meydana çıkan mutluluk hissini, serbest zamanları normalden fazla yaratıcı olarak kullanılmasına olanak sağlamış olduğundan söz edebiliriz. Birey; güzel olanı, doğru olanı ve estetik olanı bulmak için bir arama içine girmektedir. Bütün bu değerler boş olan zamanın içerisinde yerini alır (Tekin vd., 2017).

➤ Sosyalleşmeye Faydaları: Rekreasyon çeşitlerinden grup halinde yapılan rekreasyon aktiviteleri grup halinde yapıldığı için kişilerin beraberlik, arkadaşlık, toplumsal açıdan birliktelik ve iş birliği yapma doğrultusunda ihtiyaç ve beklentilerini karşılamada yardımcı olmaktadır (Tezcan, 1993).

➤ Macera: Gelişen teknoloji ve yenilikler hayat şartlarını yükseltmiştir. Güvenlik unsuru fiziksel çevrede önemli bir durum almış ve tehlike unsurları oldukça azalmıştır. Ancak daha farklı olanın ve heyecan verenin arayışı içerisinde olan bireyler, devamlı bir arayış içerisinde oldukları için macera duygusunu da rekreasyon kavramı çatısı altında bulabilmektedir (Tekin vd., 2017).

Tezcan ise rekreasyon aktivitelerinin faydalarındaki sosyal faydalar konusundaki fikirlerini şu şekilde dile getirmektedir; Modern hayat insanı her gün biraz daha günlük yaşamda rutin ve monoton bir yaşantıya sürüklemektedir. İşyerlerindeki kurallar ve iş alanındaki değişmezlik kişiyi sosyal çevresinden uzaklaştırarak, yabancı olmayı daha yoğun şekilde yaşamasına neden olacaktır.

Modern hayatta pek çok etkenler, bireyleri birbirinden uzaklaştırmaktadır. Ekonomik durum, toplumsal konum, ırk, milliyet, eğitim ve kültür farklılığı gibi farklılaşmalar kişileri birbirinden ayırmaktadır. Kişiler arasında şüphe, hoşlanmama, güvensizlik olmaktadır. Komşuluk, birliktelik ve arkadaş ilişkilerinin de gitgide zayıfladığı görülmektedir. Grup şeklinde katılınan boş zaman aktiviteleri kişiler arası dayanışmayı sağlamaktadır (Tezcan, 1977).

Serbest zamanları rekreatif etkinliğe katılarak geçirmenin kişi yönünden sağladığı faydaları özetleyecek olursak:

- Mutlu, sağlıklı kişilerin topluluğa kazandırılması adına yardımcı olur.
- Kişiye mutlu olma ve kendisini ifade edebilme olanağı tanır.
- Arkadaş ilişkilerini kurmayı sağlayarak sosyal çevreyi genişletmektedir.
- Zihinsel yeteneklerin kullanılmasını ve duygusal tecrübeleri arttırmaktadır.
- Başarma hissini ve yaratıcı olmayı arttırmaktadır.
- Yeni tecrübeler kazandırmaktadır.
- Üretkenlik konusunda artış sağlamaktadır (Gedik, 1985).

2.11. Rekreasyon ve Serbest Zaman İlişkisi

Rekreasyon hem çalışma hem eğlenmeyi kapsamında bulundurulur. Bireyler iş hayatının sonrasında rekreatif etkinliklere katılırlar. Tarihe baktığımızda kölelere dahi çalışmaları dışında sınırlı bir şekilde rekreatif faaliyetlere katılım hakkı tanınmıştır (Godbey, 1990).

Rekreasyon; serbest zamana göre daha dar çerçevededir ve temelinde eğlenme fikri bulunur. Eğlenme; kişilerin ilgileri ve tecrübelerine odaklanmış manevi bir olgudur ve halkın özdeşleştiği etkinlikleri barındıran toplumsal benzerliklerdir. Yapılmış tanımlamalara bakıldığında serbest zaman tanımı daha geniş yer tutar (Kenneth, 2006).

Serbest zamana katılanların temel hedefi keyif verici deneyimlere sahip olmaktır (Lee ve Shafer, 2002).

İnsan yaşamının uzun olması kişinin ailesi ile geçirebilecek olduğu zamanda artışa, görsel ve işitsel sanat kollarına, bilinmedik yerlerin keşfine, spor etkinliklerine katılmaya olanak tanımıştır (Kenneth, 2006).

2.12. Kampüs Rekreasyonu ve Faydaları

Kampüsler sadece eğitim alanları değil aynı zamanda sosyokültürel ve toplumsal gelişim açısından faydalar sunan yaşam alanlarıdır. Kampüs rekreasyonu ise genellikle üniversite öğrencileri başta olmak üzere kampüs içerisinde zaman geçiren tüm bireylerin serbest zamanlarında, gönüllü olarak katıldığı etkinlikler olarak tanımlanmaktadır. Kampüs sahası sınırları içinde yer alan çeşitli sosyal etkinlikleri, spor müsabakaları ve aktiviteleri kapsayan bir tür olarak kabul edilen kampüs rekreasyonu, zamanla pek çok etkinliği bir arada sunabilen rekreatif alanlara olmuştur (Karaküçük, 1999).

Kampüs rekreasyonu, öğrenciler arasında adil bir fırsat eşitliğini sağlamak, her kültürden kişiye katılım hakkı tanımak, dil, din ve cinsiyet ayırmaksızın ortak amaç doğrultusunda gelişimlerine desteklemek üzerine kurulmuştur. Öğrencilerin sağlıklı yaşam davranışları elde edebilmesi ve sosyal gelişimlerini belirli programlarla yapabilmesi amacıyla bütünleştirici ve yönlendirici misyonla ortaya çıkmıştır (Baró vd., 2016).

Genç ve dinamik bir yapıya sahip olan üniversite öğrencilerinin boş zamanlarında fiziksel ve ruhsal yönlerini geliştirmesine olanak sağlayan kampüs rekreasyonu aktivitelerine katılarak yaşam kalitelerinin arttığı gözlemlenmektedir. Bu bağlamda kampüs rekreasyonu aktivitelerinin öğrencilerin eğitim başarılarına olumlu yönde etki ettiği ve bağlı oldukları kuruma aidiyet duygusunun geliştirdiği görülmektedir (Henchy, 2011).

Boş zaman ve enerji açısından diğer yaş gruplarına oranla avantajlı imkanlara sahip olan öğrenci grupları, rekreasyon aktivitelerinden daha fazla istifade edebilmektedir. Bu durum da katıldıkları rekreasyon aktivitelerinin diğer yaş gruplarına oranla daha fazla olumlu sonuç elde edebilmesine olanak sağlamaktadır (Haines, 2001).

Kampüs rekreasyonu, katılımcıların sağlıklı yaşamlarını alışkanlık hale getirmesine, fiziksel açıdan gerekli ihtiyaçları karşılamasına, sosyal becerilerini geliştirmesine ve iletişimsel yönlerini kuvvetlendirmesine ciddi düzeyde katkı sağlamaktadır. Ayrıca eğitimlerine ve bakış açılarına farklı bir boyut kazandırarak yenilikçi yaklaşımlar sergilemesine olanaklar sunmaktadır (Çevik vd., 2019).

Yine kampüs rekreasyonu aktivitelerinin insan yaşamında iletişim ve sosyalleşme başta olmak üzere insanlara çok yönlü katkılar sunduğu ortaya konulmaktadır (Dalgarn, 2001).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmamızın üçüncü bölümünde yer alan gereç ve yöntem bölümünde araştırmaya ait model, araştırmanın evren ve örnekleme, araştırmada kullanılmış olan veri toplama araçları ve toplanan verilerin analizi ele alınarak aşağı kısımda sunumu yapılmıştır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Yapılan bu araştırma, ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir (Karasar, 2011). Benzer kaynaklardan faydalanılarak, geçmişte ve günümüzde devam etmekte olan bir durumu şuan ki durumuyla tanımlamayı amaçlayan tarama modelinden yola çıkarak, boş zaman tutum ve boş zaman engelleri ölçeği kullanılmıştır. Balıkesir Üniversitesinde örneklem kitlesini oluşturan çeşitli fakültelerde öğrenimine devam etmekte olan öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine yönelik ilgi ve engellerin bulunması adına gönüllülük esaslı katılım göstermeleri esas alınmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evren kitlesini Balıkesir Üniversitesi oluşturmaktadır. Araştırmaya ait örneklem kitlesini ise Balıkesir Üniversitesi Çağış Yerleşkesi içerisinde bulunan Spor Bilimleri Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Turizm Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinde 2020-2021 ve 2021-2022 Eğitim-Öğretim yıllarında öğrenimine devam etmekte olan yaklaşık 4500 öğrenci arasından rastgele örnekleme yöntemi ile seçilmiş 451 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Örneklem kitlesinin belirlenmesinde yerleşke içerisindeki rekreasyon alanlarına yakın ve daha merkezi noktalarda yer alan fakülteler ile öğrenci sayısı açısından daha kalabalık fakülteleere ait öğrenciler seçilmiştir. Toplamda random örneklem yöntemi

ile seçilen 451 gönüllünün katılmış olduğu araştırmada 209 kadın, 242 erkek öğrenci araştırmanın örneklem grubunu oluşturacaktır. Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004)'in örneklem büyüklüğüne ilişkin tablosu aşağıda tablo 3.1'de sunulmuştur.

Tablo 3.1.Örneklem büyüklüğü tablosu

Evren Büyüküğü	0.03 örneklem hatası (d)			0.05 örneklem hatası (d)			0.10 örneklem hatası (d)		
	p=0.05	p=0.08	p=0.03	p=0.05	p=0.08	p=0.03	p=0.05	p=0.08	p=0.03
	q=0.05	q=0.02	q=0.07	q=0.05	q=0.02	q=0.07	q=0.05	q=0.02	q=0.07
100	92	87	90	80	71	77	49	38	45
500	341	289	321	217	165	196	81	55	70
750	441	358	409	254	185	226	85	57	73
1.000	516	406	473	278	198	244	88	58	75
2.500	748	537	660	333	224	286	93	60	78
5000	880	601	760	357	234	303	94	61	79
10.000	964	639	823	370	240	313	95	61	80
25.000	1023	665	865	378	244	319	96	61	80
50.000	1045	674	881	381	245	321	96	61	81
100.000	1056	678	888	383	245	322	96	61	81
1.000.000	1066	682	896	384	246	323	96	61	81
100 milyon	1067	683	896	384	245	323	96	61	81

3.3. Verilerin Toplanması

Bu araştırmada bilimsel araştırmalarda güvenilir sonuçlara ulaşmak adına veri toplamak için kullanılan anket yöntemi kullanılmıştır. Araştırmamızın örneklem kitlesini oluşturan üniversite öğrencileri tarafından Kişisel Bilgi Formu, Boş Zaman Tutum Ölçeği ve Boş Zaman Engelleri Ölçeği gereken izinlerin alınmasıyla gönüllü olarak form ve ölçeklerin kendilerine ait bilgi ve düşünceler ile doldurulması istenmiştir. Anketlerin doldurulma aşaması öncesinde anket ile ilgili bilgilendirmeler yapılmış olup sonrasında uygulamaya geçilmiştir.

3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak için Kişisel Bilgi Formu, Boş Zaman Tutum Ölçeği, Boş Zaman Engelleri Ölçeği olmak üzere üç farklı veri toplama aracı kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formunda araştırmaya katılım gösteren üniversite öğrencilere ait bilgilere ulaşmak adına öğrencilerin yaş grubu, cinsiyeti, fakültesi, kaçınıcı sınıfta yer aldığı, bir haftadaki ortalama serbest zaman süresi, bir haftada

rekreasyon aktivitelerine kaç kez katılım gösterdiği gibi demografik ve kişisel bilgilerini tespit etmek için sorular yer almaktadır.

Boş Zaman Engelleri Ölçeği:Bu araştırmada veri toplama aracı olarak Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Karaküçük ve Gürbüz (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan, “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” kullanılmıştır. Alt boyutlar; (a) Birey Psikolojisi (3 madde), (b) Bilgi Eksikliği (3 madde), (c) Tesis (3 madde), (d) Arkadaş Eksikliği (3 madde), (e) Zaman (3 madde) ve (f) İlgi Eksikliği (3 madde) biçiminde olan ölçek 18 madde 6 alt kısımdan oluşmuştur. Ölçeğin maddeleri (1) “Kesinlikle Önemsiz” ve (4) “Kesinlikle Önemli” şeklinde dizilmekte ve puanlaması yapılmaktadır. Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları ölçek alt faktörleri için 0,65 ile 0,86 arasında değişiklik gösterirken ölçeğin hepsi için 0,85 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada toplanan veriler üzerinde hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları ise ölçeğin alt etkenleri için 0,86 olarak hesaplanmıştır.

Boş Zaman Tutum Ölçeği:Ragheb ve Beard (1982) tarafından oluşturulmuş olan Boş Zaman Tutum Ölçeği; bilişsel, duyuşsal ve davranışsal olmak üzere 3 alt kısımda ve toplam 36 maddeden oluşmuştur. Ölçek 5li Likert tipi ölçektir (Kesinlikle katılmıyorum -Katılmıyorum- Kararsızım- Katılıyorum- Kesinlikle katılıyorum). Boş Zaman Tutum ölçeğinin Türkçeye uygun ayarlanması Akgül (2011) tarafından yapılmış ve 36 madde ve 3 etken şeklinde belirtilmiştir. Boş Zaman Tutum ölçeğinin güvenirliğini test edebilme hedefiyle başka deyişle, ölçeğin iç tutarlılığını anlayabilme amacıyla güvenirlik (cronbachalpha) analizi yapılmıştır. Cronbach Alpha “güvenilirlik katsayısı, ölçeğin test puanları arasındaki iç tutarlılığının bir ölçüsüdür.” Bu değer 0.70 ve üzerinde değerinin olması testin güvenilirliği adına yeterliliğe sahip olduğu şeklinde kabul görmektedir (Büyüköztürk, 2011, 201).

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analiz işlemlerinde SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Veriler SPSS programına aktarıldıktan sonra verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için sosyal bilimler araştırmalarında sıkça

kullanılan bir yöntem olan basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Kullanılan ölçeklere ilişkin basıklık ve çarpıklık değerleri Tablo 3.2’de sunulmuştur.

Tablo 3.2. Boş zaman tutum ölçeği ve boş zaman engelleri ölçeğinin çarpıklık ve basıklık değerleri

Ölçekler	Çarpıklık	Basıklık
Bilişsel	-0.865	0.932
Duyuşsal	-0.560	0.126
Davranışsal	-0.415	0.222
BZTÖ	-0.602	0.318
Birey psikolojisi	-0.269	-0.092
Bilgi eksikliği	-0.141	-0.060
Tesis	-0.213	-0.032
Arkadaş eksikliği	-0.146	-0.431
Zaman	-0.277	0.530
İlgi eksikliği	-0.272	0.282
BZEÖ	0.347	1.460

Verilerin normalliğinin sınanması için boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) ve boş zaman engelleri ölçeğinin (BZEÖ) toplam puan ve alt boyutlarına ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri tablo 3.2. de gösterilmiş ve Tabachnick ve Fidell (2013)’e göre bu değerlerin +1,5 ile -1,5 arasında dağılım göstermesi verilerin normal dağılım gösterdiğini söylemek için yeterlidir.

Kişisel bilgi formuyla elde edilen katılımcılara ait demografik bilgiler ile boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) arasındaki ortaya çıkan farkın analizini yapmak için 2 gruplu olan değişkenlere T-Testi, 2’den fazla gruplu olan değişkenlere ise One-Way ANOVA testi uygulanmıştır. İki ölçek arasındaki ilişkinin incelenmesi için ise Pearson Korelasyon analiz yöntemi kullanılmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde kullanılan ölççeklerle elde edilen veriler uygun analiz yöntemleri ile analiz edilerek sonuçlar tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 4.1. Katılımcıların tanımlayıcı istatistikleri

Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	209	46.3
	Erkek	242	53.7
Sınıf	1. Sınıf	130	28.8
	2. Sınıf	161	35.7
	3. Sınıf	87	19.3
	4. Sınıf	73	16.2
Fakülte	SBF	110	24.4
	FEF	113	25.1
	İİBF	126	27.9
	TF	102	22.6
Serbest Zaman Süresi/Hafta	1-5 saat	95	21.1
	6-10 saat	187	41.5
	11-15 saat	84	18.6
	16 saat ve üzeri	85	18.8
Rekreatif Etkinliklere Katılım Sıklığı/Hafta	1-2 kez	169	37.5
	3-4 kez	162	35.9
	5-6 kez	79	17.5
	7 kez ve üzeri	41	9.1
Serbest Zamanın Nerede Değerlendirildiği	Açık alan	210	46.6
	Kapalı alan	153	33.9
	Ev	88	19.5
Toplam		451	100

Tablo 4.1’ de katılımcılara ilişkin tanımlayıcı istatistiklere yer verilmiştir. Buna göre; araştırmaya katılan bireylerin %46,3’ü kadın, %53,7’si ise erkektir. Sınıflarına göre incelendiğinde %28,8’i 1. sınıfta, %35,7’si 2. sınıfta, %19,3’ü 3.sınıfta ve %16,2’si ise 4. sınıfta öğrenim görmektedir. Katılımcıların öğrenim gördüğü fakülte incelendiğinde; %24,4’ü Spor Bilimleri Fakültesinde (SBF), %25,1’i Fen Edebiyat Fakültesinde (FEF), %27,9’u İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinde (İİBF) ve son olarak %22,6’sı ise Turizm Fakültesinde (TF) öğrenim görmektedir. Haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre bireylerin %21,1’i haftalık 1-5 saat arasında, %41,5’i 6-10 saat arasında, %18,6’sı 11-15 saat arasında ve %18,8’i ise 16 saat üzerinde serbest zamana sahip olduklarını belirtmişlerdir. Haftalık rekreatif etkinliklere katılım sıklığı incelendiğinde katılımcıların %37,5’i haftada 1-2 kez,

%35,9'u haftada 3-4 kez, %17,5'i haftada 5-6 kez ve %9,1'i haftada 7 kez ve üzeri rekreatif etkinliklere katıldığı görülmüştür. Son olarak serbest zamanı nerede değerlendirildiğine bakıldığında katılımcıların %46,6'sı açık alan, %33,9'u kapalı alan ve %19,5'i ise ev ortamında serbest zamanlarını değerlendirmektedirler.

Tablo 4.2. Boş zaman tutum ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre t testi ile karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	\bar{X}	SS	t	p
Bilişsel	Kadın	209	45.85	8.50	0.654	0.51
	Erkek	242	45.29	9.34		
Duyuşsal	Kadın	209	45.95	9.16	1.255	0.21
	Erkek	242	44.90	8.68		
Davranışsal	Kadın	209	43.22	9.09	-0.293	0.76
	Erkek	242	43.46	8.02		
BZTÖ	Kadın	209	135.02	24.85	0.605	0.54
	Erkek	242	133.65	23.23		

* $p < 0.05$. ** $p < 0.001$

Tablo 4.2 İncelendiği vakit boş zaman tutum ölçeğinin cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılmasında alt boyutlar ve boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanı arasında istatistiksel boyutta anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmemiştir ($p > 0.05$).

Tablo 4.3. Boş zaman engelleri ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre t testi ile karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	\bar{X}	SS	sd	t	p
Birey psikolojisi	Kadın	209	8.22	1.98	449	1.393	0.16
	Erkek	242	7.95	2.17			
Bilgi eksikliği	Kadın	209	8.71	2.03	449	2.890	0.01**
	Erkek	242	8.17	1.93			
Tesis	Kadın	209	8.62	1.99	449	-0.33	0.97
	Erkek	242	8.63	1.92			
Arkadaş eksikliği	Kadın	209	8.23	2.28	449	3.779	0.01**
	Erkek	242	7.44	2.15			
Zaman	Kadın	209	8.51	1.77	449	0.873	0.38
	Erkek	242	8.36	1.83			
İlgi eksikliği	Kadın	209	8.01	2.00	449	0.686	0.49
	Erkek	242	7.88	2.02			
BZEÖ	Kadın	209	50.31	7.96	449	2.570	0.01**
	Erkek	242	48.44	7.50			

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

Tablo 4.3 İncelendiğinde boş zaman engelleri ölçeğinin cinsiyet değişkeni bakımından karşılaştırılması sonucunda; birey psikolojisi, tesis, zaman, ilgi eksikliği alt boyutlarından istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmezken ($p > 0.05$), bilgi

eksikliği ile arkadaş eksikliği alt boyutunda ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) toplam puanında kadın katılımcılar lehine anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Tablo 4.4. Boş zaman tutum ölçeğinin sınıf değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Sınıf	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Bilişsel	1. Sınıf ^a	130	46.46	8.05	2.664	0.05*	a>b c>b
	2. Sınıf ^b	161	44.31	9.55			
	3. Sınıf ^c	87	47.17	8.55			
	4. Sınıf ^d	73	44.73	9.29			
Duyuşsal	1. Sınıf ^a	130	46.68	8.58	2.848	0.04*	a>b a>d c>d
	2. Sınıf ^b	161	44.50	8.65			
	3. Sınıf ^c	87	46.53	9.21			
	4. Sınıf ^d	73	43.67	9.35			
Davranışsal	1. Sınıf ^a	130	44.40	8.16	1.264	0.28	-
	2. Sınıf ^b	161	42.66	8.79			
	3. Sınıf ^c	87	43.70	7.94			
	4. Sınıf ^d	73	42.56	9.16			
BZTÖ	1. Sınıf ^a	130	137.54	22.78	2.516	0.06	-
	2. Sınıf ^b	161	131.48	24.00			
	3. Sınıf ^c	87	137.40	23.39			
	4. Sınıf ^d	73	130.96	25.90			

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Tablo 4.4’de boş zaman tutum ölçeğinin alt boyutları ve toplamda puanları sınıf değişkenine bağlı karşılaştırıldığında bilişsel ve duyuşsal alt boyutunda istatistiksel boyutta anlamlı farkın olduğunun tespiti edilmiştir ($p>0.05$). Fakat davranışsal alt boyutunda ve boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanında anlamlı bir fark tespiti edilmemiştir ($p>0.05$). Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını bulmak amacıyla yapılan post-hoc (LSD) testine göre bilişsel alt boyutunda 1. ve 3. Sınıftaki katılımcıların bilişsel tutumu 2. sınıf öğrencilerine nazaran daha yüksektir. Duyuşsal alt boyutunda ise 1. Sınıf öğrencilerinin duyuşsal tutumu hem 2. Sınıf hem de 4. Sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksektir, 3. Sınıf öğrencilerinin duyuşsal tutumu ise 4. Sınıf öğrencilerine göre yüksektir.

Tablo 4.5. Boş zaman engelleri ölçeğinin sınıf değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Sınıf	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Birey Psikolojisi	1. Sınıf ^a	130	7.85	2.09	1.557	0.20	-
	2. Sınıf ^b	161	8.32	2.01			
	3. Sınıf ^c	87	8.13	1.90			
	4. Sınıf ^d	73	7.86	2.39			
Bilgi Eksikliği	1. Sınıf ^a	130	8.62	2.04	2.535	0.06	-
	2. Sınıf ^b	161	8.39	1.98			
	3. Sınıf ^c	87	8.63	1.71			
	4. Sınıf ^d	73	7.89	2.20			
Tesis	1. Sınıf ^a	130	8.80	1.88	1.043	0.37	-
	2. Sınıf ^b	161	8.49	2.03			
	3. Sınıf ^c	87	8.78	1.76			
	4. Sınıf ^d	73	8.42	2.12			
Arkadaş Eksikliği	1. Sınıf ^a	130	7.48	2.17	4.062	0.01**	b>a b>c d>c
	2. Sınıf ^b	161	8.19	2.23			
	3. Sınıf ^c	87	7.36	2.35			
	4. Sınıf ^d	73	8.08	2.10			
Zaman	1. Sınıf ^a	130	8.38	1.75	0.843	0.47	-
	2. Sınıf ^b	161	8.60	1.73			
	3. Sınıf ^c	87	8.38	1.79			
	4. Sınıf ^d	73	8.22	2.04			
İlgi eksikliği	1. Sınıf ^a	130	7.62	2.08	1.940	0.12	-
	2. Sınıf ^b	161	8.18	1.88			
	3. Sınıf ^c	87	8.03	1.94			
	4. Sınıf ^d	73	7.89	2.17			
BZEÖ	1. Sınıf ^a	130	48.76	7.00	1.230	0.30	-
	2. Sınıf ^b	161	50.17	7.75			
	3. Sınıf ^c	87	49.31	7.24			
	4. Sınıf ^d	73	48.37	9.46			

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Tablo 4.5’de boş zaman engelleri ölçeğinin toplam puanı ile alt boyutları sınıf değişkeni açısından incelendiğinde birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, zaman, ilgi eksikliği alt boyutunda ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) toplam puanında anlamlı bir fark tespit edilmezken ($p>0.05$), arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla yapılan post-hoc (LSD) testi sonucuna göre; 2. Sınıf öğrencilerinin arkadaş eksikliği alt boyutu 1. ve 3. Sınıf öğrencilerine göre, 4. Sınıf öğrencilerinin ise 3. Sınıf öğrencilerine göre daha yüksektir.

Tablo 4.6. Boş zaman tutum ölçeğinin fakülte değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Fakülte	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Bilişsel	SBF ^a	110	47.94	9.10	31.220	0.01*	a>b
	FEF ^b	113	39.99	9.32			a>c
	İİBF ^c	126	44.81	6.88			c>b
	TF ^d	102	50.05	7.15			d>b
						d>c	
Duyuşsal	SBF ^a	110	48.65	8.17	25.288	0.01*	a>b
	FEF ^b	113	40.30	9.23			a>c
	İİBF ^c	126	44.56	7.18			c>b
	TF ^d	102	48.53	8.49			d>b
						d>c	
Davranışsal	SBF ^a	110	46.08	6.88	9.822	0.01*	a>b
	FEF ^b	113	40.57	9.55			a>c
	İİBF ^c	126	42.33	8.03			d>b
	TF ^d	102	44.74	8.47			d>c
BZTÖ	SBF ^a	110	142.66	21.13	25.056	0.01*	a>b
	FEF ^b	113	120.86	26.27			a>c
	İİBF ^c	126	131.70	19.05			c>b
	TF ^d	102	143.31	22.29			d>b
						d>c	

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Tablo 4.6 incelendiğinde boş zaman tutum ölçeği ile sınıf değişkeni arasında yapılan ANOVA testi sonucunda; boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanı ve tüm alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan post-hoc (LSD) testi sonuçlarına göre; bilişsel ve duyuşsal tutum alt boyutları ile boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanında SBF öğrencilerinin tutumları FEF ve İİBF öğrencilerine göre, İİBF öğrencilerinin tutumları FEF öğrencilerine göre, TF öğrencilerinin tutumları ise FEF ve İİBF öğrencilerine göre daha yüksektir. Davranışsal tutum alt boyutunda ise SBF öğrencilerinin tutumları FEF ve İİBF öğrencilerine göre ve TF öğrencilerinin tutumları FEF ve İİBF öğrencilerine göre daha yüksektir.

Tablo 4.7. Boş zaman engelleri ölçeğinin fakülte değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Sınıf	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Birey Psikolojisi	SBF ^a	110	8.21	2.05	2.525	0.05*	a>b c>b
	FEF ^b	113	7.64	2.26			
	İİBF ^c	126	8.34	1.83			
	TF ^d	102	8.08	2.17			
Bilgi Eksikliği	SBF ^a	110	8.68	1.99	4.032	0.01*	a>b a>d c>b c>d
	FEF ^b	113	8.04	2.12			
	İİBF ^c	126	8.77	1.76			
	TF ^d	102	8.14	2.03			
Tesis	SBF ^a	110	9.30	1.95	14.727	0.01**	a>b a>c d>b d>c
	FEF ^b	113	8.19	1.93			
	İİBF ^c	126	7.98	1.83			
	TF ^d	102	9.18	1.77			
Arkadaş Eksikliği	SBF ^a	110	7.31	2.19	11.177	0.01**	b>a b>d c>a c>d
	FEF ^b	113	8.28	1.82			
	İİBF ^c	126	8.42	2.12			
	TF ^d	102	7.06	2.52			
Zaman	SBF ^a	110	8.80	1.65	7.528	0.01**	a>d b>d c>d
	FEF ^b	113	8.43	2.02			
	İİBF ^c	126	8.67	1.47			
	TF ^d	102	7.75	1.89			
İlgi eksikliği	SBF ^a	110	8.03	2.24	6.010	0.01**	a>d b>d c>d
	FEF ^b	113	8.08	1.98			
	İİBF ^c	126	8.32	1.57			
	TF ^d	102	7.25	2.10			
BZEÖ	SBF ^a	110	50.33	8.31	3.922	0.01*	a>d c>d
	FEF ^b	113	48.66	8.99			
	İİBF ^c	126	50.50	6.19			
	TF ^d	102	47.44	7.09			

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Tablo 4.7 incelendiğinde fakülte değişkenine göre tüm alt boyutlar ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) toplam puanları arasında anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Farkı belirlemek için yapılan post-hoc (LSD) sonuçlarına göre; birey psikolojisi alt boyutunda SBF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları FEF öğrencilerine göre, Bilgi eksikliği alt boyutunda SBF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları FEF ve TF öğrencilerine göre, Tesis alt boyutunda SBF ve TF öğrencilerinin ortalamaları FEF ve İİBF öğrencilerine göre, arkadaş eksikliği alt boyutunda FEF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları SBF ve TF öğrencilerine göre, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutunda SBF, FEF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları TF öğrencilerine göre ve son olarak boş zaman engelleri ölçeği toplam puanlarında SBF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları TF öğrencilerine göre daha yüksektir.

Tablo 4.8. Boş zaman tutum ölçeğinin haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Süre	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Bilişsel	1-5 saat ^a	95	43.72	9.66	2.463	0.06	-
	6-10 saat ^b	187	45.71	8.36			
	11-15 saat ^c	84	45.49	8.23			
	16 saat ve üzeri ^d	85	47.31	9.82			
Duyuşsal	1-5 saat ^a	95	43.95	9.91	1.214	0.30	-
	6-10 saat ^b	187	45.81	8.03			
	11-15 saat ^c	84	45.24	8.36			
	16 saat ve üzeri ^d	85	46.20	10.03			
Davranışsal	1-5 saat ^a	95	42.81	9.46	0.362	0.78	-
	6-10 saat ^b	187	43.33	7.85			
	11-15 saat ^c	84	43.21	8.39			
	16 saat ve üzeri ^d	85	44.12	9.06			
BZTÖ	1-5 saat ^a	95	130.47	26.77	1.394	0.24	-
	6-10 saat ^b	187	134.86	21.90			
	11-15 saat ^c	84	133.94	22.33			
	16 saat ve üzeri ^d	85	137.62	26.37			

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

Tablo 4.8 incelendiğinde haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre boş zaman engelleri ölçeğinin alt boyutları ve boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanı arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p > 0.05$).

Tablo 4.9. Boş zaman engelleri ölçeğinin haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Süre	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Birey Psikolojisi	1-5 saat ^a	95	7.60	1.97	2.507	0.06	-
	6-10 saat ^b	187	8.32	2.13			
	11-15 saat ^c	84	8.05	2.08			
	16 saat ve üzeri ^d	85	8.09	2.06			
Bilgi Eksikliği	1-5 saat ^a	95	8.54	1.83	0.289	0.83	-
	6-10 saat ^b	187	8.44	2.03			
	11-15 saat ^c	84	8.26	1.72			
	16 saat ve üzeri ^d	85	8.42	2.33			
Tesis	1-5 saat ^a	95	8.06	1.98	3.760	0.01**	b>a c>a d>a
	6-10 saat ^b	187	8.74	1.93			
	11-15 saat ^c	84	8.67	1.86			
	16 saat ve üzeri ^d	85	8.96	1.97			
Arkadaş Eksikliği	1-5 saat ^a	95	8.06	2.15	2.730	0.04*	a>d b>d
	6-10 saat ^b	187	8.02	2.15			
	11-15 saat ^c	84	7.51	2.45			
	16 saat ve üzeri ^d	85	7.34	2.24			
Zaman	1-5 saat ^a	95	8.48	1.57	4.674	0.01**	b>c b>d
	6-10 saat ^b	187	8.75	1.75			
	11-15 saat ^c	84	7.98	1.90			
	16 saat ve üzeri ^d	85	8.13	1.93			

Tablo 4.9. Boş zaman engelleri ölçeğinin haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması (devam)

	Süre	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
İlgi eksikliği	1-5 saat ^a	95	7.95	1.89	2.408	0.07	-
	6-10 saat ^b	187	8.21	2.10			
	11-15 saat ^c	84	7.67	1.83			
	16 saat ve üzeri ^d	85	7.62	2.04			
BZEÖ	1-5 saat ^a	95	48.69	6.93	2.529	0.06	-
	6-10 saat ^b	187	50.48	8.57			
	11-15 saat ^c	84	48.13	6.58			
	16 saat ve üzeri ^d	85	48.58	7.64			

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Tablo 4.9’da haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre boş zaman engelleri ölçeği incelendiğinde; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, ilgi eksikliği alt boyutunda ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) toplam puanında anlamlı fark tespit edilmezken ($p>0.05$), tesis, zaman ve arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan post-hoc (LSD) testi sonuçlarına göre; tesis alt boyutunda 1-5 saat haftalık serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalaması 6-10, 11-15 ve 16 saat ve üzerinde serbest zamana sahip bireylere göre daha yüksektir. Arkadaş eksikliği alt boyutunda 1-5 saat ve 6-10 saat arasında serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalaması 16 saat ve üzerinde serbest zamana sahip kişilerin göre daha yüksektir. Zaman alt boyutunda ise 6-10 saat haftalık serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalaması 11-15 saat ve 16 saat ve üzeri serbest zaman süresine sahip bireylere göre daha yüksektir.

Tablo 4.10. Boş zaman tutum ölçeğinin rekreatif etkinliklere katılım sıklığı değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Katılım Sıklığı/hafta	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Bilişsel	1-2 kez ^a	169	46.07	8.36	1.194	0.31	-
	3-4 kez ^b	162	45.44	9.34			
	5-6 kez ^c	79	44.04	9.67			
	7 kez ve üzeri ^d	41	46.76	8.25			
Duyuşsal	1-2 kez ^a	169	45.98	8.01	2.500	0.06	-
	3-4 kez ^b	162	44.80	9.77			
	5-6 kez ^c	79	43.91	9.41			
	7 kez ve üzeri ^d	41	48.10	7.28			
Davranışsal	1-2 kez ^a	169	42.91	7.89	1.217	0.30	-
	3-4 kez ^b	162	43.19	8.89			
	5-6 kez ^c	79	43.39	9.38			
	7 kez ve üzeri ^d	41	45.71	7.75			
BZTÖ	1-2 kez ^a	169	134.96	22.26	1.451	0.23	-
	3-4 kez ^b	162	133.43	24.87			
	5-6 kez ^c	79	131.34	27.01			
	7 kez ve üzeri ^d	41	140.56	20.34			

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Tablo 4.10’da haftalık rekreatif etkinliklere katılım sıklığına göre boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanı ve alt boyutları arası anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.11. Boş zaman engelleri ölçeğinin rekreatif etkinliklere katılım sıklığı değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Katılım Sıklığı/hafta	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Birey Psikolojisi	1-2 kez ^a	169	8.12	1.97	0.362	0.78	-
	3-4 kez ^b	162	7.99	2.08			
	5-6 kez ^c	79	8.00	2.14			
	7 kez ve üzeri ^d	41	8.34	2.45			
Bilgi Eksikliği	1-2 kez ^a	169	8.53	1.96	0.493	0.69	-
	3-4 kez ^b	162	8.45	1.99			
	5-6 kez ^c	79	8.24	1.95			
	7 kez ve üzeri ^d	41	8.24	2.26			
Tesis	1-2 kez ^a	169	8.73	1.97	2.730	0.04*	d>b d>c d>a
	3-4 kez ^b	162	8.41	2.00			
	5-6 kez ^c	79	8.48	1.95			
	7 kez ve üzeri ^d	41	9.32	1.54			
Arkadaş Eksikliği	1-2 kez ^a	169	8.06	2.18	1.220	0.30	-
	3-4 kez ^b	162	7.70	2.28			
	5-6 kez ^c	79	7.56	2.22			
	7 kez ve üzeri ^d	41	7.66	2.32			
Zaman	1-2 kez ^a	169	8.41	1.79	0.897	0.44	-
	3-4 kez ^b	162	8.43	1.88			
	5-6 kez ^c	79	8.27	1.82			
	7 kez ve üzeri ^d	41	8.83	1.45			
İlgi eksikliği	1-2 kez ^a	169	7.80	2.02	0.571	0.63	-
	3-4 kez ^b	162	7.98	2.07			
	5-6 kez ^c	79	8.05	1.80			
	7 kez ve üzeri ^d	41	8.20	2.09			
BZEÖ	1-2 kez ^a	169	49.66	7.05	0.811	0.49	-
	3-4 kez ^b	162	48.96	8.04			
	5-6 kez ^c	79	48.59	8.43			
	7 kez ve üzeri ^d	41	50.59	8.19			

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Tablo 4.11 e baktığımızda rekreatif etkinliklere katılım sıklığı değişkenine göre boş zaman engelleri ölçeği açısından birey psikolojisi, bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman, ilgi eksikliği alt boyutlarında ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmezken ($p>0.05$), tesis alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla yapılan post-hoc (LSD) testi

sonucuna göre haftada 7 kez ve üzerinde rekreatif etkinliklere katılan bireylerin ortalaması haftada 1-2 kez, 3-4 kez ve 5-6 kez rekreatif etkinliklere katılan bireylere göre daha yüksektir.

Tablo 4.12. Boş zaman tutum ölçeğinin serbest zamanın nerede değerlendirildiği değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Yer	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Bilişsel	Açık alan ^a	210	44.72	9.26	2.028	0.14	-
	Kapalı alan ^b	153	46.63	9.74			
	Ev ^c	88	45.64	6.28			
Duyuşsal	Açık alan ^a	210	44.01	9.08	4.748	0.01**	b>a c>a
	Kapalı alan ^b	153	46.66	9.79			
	Ev ^c	88	46.44	6.07			
Davranışsal	Açık alan ^a	210	42.25	8.20	4.807	0.01**	b>a
	Kapalı alan ^b	153	45.02	9.16			
	Ev ^c	88	43.06	7.74			
BZTÖ	Açık alan ^a	210	130.99	24.18	4.257	0.02*	b>a
	Kapalı alan ^b	153	138.31	26.02			
	Ev ^c	88	135.14	18.19			

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Tablo 4.12 incelendiğinde serbest zamanın nerede değerlendirildiği değişkenine göre boş zaman tutum ölçeği bilişsel alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p>0.05$). Fakat duyuşsal ve davranışsal alt boyutu ile boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanları arasında istatistiksel boyutta anlamlı farkın tespiti yapılmıştır ($p<0.05$). Farkın hangi gruplardan kaynaklandığının belirlenmesi için yapılmış olunan post-hoc (LSD) testi sonuçlarına göre; duyuşsal alt boyutunda Kapalı alanda ve ev ortamında serbest zamanını değerlendiren bireylerin tutumu açık alanda değerlendiren bireylere göre daha fazladır. Davranışsal alt boyutunda ve ölçek toplam puanında ise kapalı alanda serbest zamanını değerlendiren bireylerin tutumu açık alanda değerlendiren bireylere göre daha yüksektir.

Tablo 4.13. Boş zaman engelleri ölçeğinin serbest zamanın nerede değerlendirildiği değişkenine göre anova testi ile karşılaştırılması

	Yer	n	\bar{X}	SS	F	p	Fark(LSD)
Birey Psikolojisi	Açık alan ^a	210	7.96	2.05	2.315	0.10	-
	Kapalı alan ^b	153	7.99	2.20			
	Ev ^c	88	8.50	1.93			
Bilgi Eksikliği	Açık alan ^a	210	8.36	1.98	0.223	0.80	-
	Kapalı alan ^b	153	8.47	2.09			
	Ev ^c	88	8.50	1.86			
Tesis	Açık alan ^a	210	8.45	1.78	1.732	0.18	-
	Kapalı alan ^b	153	8.82	2.18			
	Ev ^c	88	8.70	1.92			
Arkadaş Eksikliği	Açık alan ^a	210	8.00	2.09	6.441	0.01**	a>b c>b
	Kapalı alan ^b	153	7.30	2.40			
	Ev ^c	88	8.24	2.15			
Zaman	Açık alan ^a	210	8.36	1.70	0.386	0.68	-
	Kapalı alan ^b	153	8.46	2.04			
	Ev ^c	88	8.56	1.57			
İlgi eksikliği	Açık alan ^a	210	7.75	2.04	2.260	0.11	-
	Kapalı alan ^b	153	8.02	2.13			
	Ev ^c	88	8.27	1.63			
BZEÖ	Açık alan ^a	210	48.87	7.33	1.985	0.14	-
	Kapalı alan ^b	153	49.06	8.94			
	Ev ^c	88	50.77	6.34			

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Tablo 4.13’de boş zaman engelleri ölçeğinin serbest zamanın nerede değerlendirildiği değişkenine göre incelendiğinde birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, zaman, ilgi eksikliği alt boyutlarında ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmezken ($p>0.05$). Arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Arkadaş eksikliği alt boyutunda farkın hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla yapılan Post-Hoc (LSD) testi sonucuna göre açık alan ve ev ortamında serbest zamanını değerlendiren bireylerin ortalaması kapalı alanda değerlendiren bireylere oranla daha yüksektir.

Tablo 4.14. Boş zaman tutum ölçeği ile boş zaman engelleri ölçeği arasındaki pearson korelasyon analizi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1-Bilişsel	1.00										
2-Duyuşsal	.838**	1.00									
3-Davranışsal	.646**	.726**	1.00								
4-BZTÖ	.915**	.943**	.867**	1.00							
5-Birey Psikolojisi	.194**	.146**	.180**	.191**	1.00						
6-Bilgi Eksikliği	.154**	.138**	.118*	.151**	.322**	1.00					
7-Tesis	.275**	.269**	.305**	.311**	.285**	.368**	1.00				
8-Arkadaş Eksikliği	-.024	-.024	.051	.000	.212**	.299**	.124**	1.00			
9-Zaman	.144*	.089	.143**	.127**	.331**	.356**	.353**	.273**	1.00		
10-İlgi Eksikliği	.129**	.121*	.176**	.156**	.386**	.335**	.225**	.261**	.352**	1.00	
11-BZEÖ	.214**	.187**	.249**	.238**	.661**	.691**	.598**	.584**	.671**	.662**	1.00

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

Tablo 4.14 incelendiğinde boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Tabloya göre boş zamana yönelik tutumun artması boş zaman engellerini düşük düzeyde de olsa arttırdığı tespit edilmiştir. Alt boyutlar açısından korelasyon sonuçlarına bakıldığında; Boş zaman tutum ölçeği bilişsel alt boyutu ile boş zaman engelleri ölçeğinin birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutunda pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiş ($p < 0.05$), arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Boş zaman tutum ölçeği duyuşsal alt boyutu ile boş zaman engelleri ölçeğinin birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis ve ilgi eksikliği alt boyutunda pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiş ($p < 0.05$), arkadaş eksikliği ve zaman alt boyutunda anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Boş zaman tutum ölçeği davranışsal alt boyutu ile boş zaman engelleri ölçeğinin birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutunda pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiş ($p < 0.05$), arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ($p > 0.05$).

5. TARTIŞMA

Her geçen gün sürekli olarak değişen ve yenilenen teknolojik gelişmeler ve yenilikler bireylerin gündelik hayatlarında birçok kolaylıklar sağlamakla birlikte bir takım olumsuz etkileri de beraberinde getirmektedir. Bunlardan önde gelen ve insan sağlığı için oldukça önem taşıyan fiziksel aktivitelere katılım konusunda gözle görülür bir düşüş, serbest zamanlarını etkili ve verimli bir şekilde değerlendirememem ve bireylerin daha monoton bir hayatın yaşadığı görülmektedir. Yapmış olduğumuz araştırmamız Balıkesir Üniversitesinde öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarını değerlendirme konusunda yapılacak olan aktivitelere yönelik nasıl bir tutum sergiledikleri ve bu aktivitelere dahil olmada kendileri için engel olarak gördükleri sebepleri tespit etmek için araştırmalar yapılmıştır. Araştırmamızın bu kısmında istatistiksel analiz bölümünde elde etmiş olduğumuz sonuçlar ve literatürde yer alan çalışmalar ele alınmıştır.

Tablo 4.2. de Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ) ile tespiti yapılan bulguları incelediğimiz zaman öğrencilerin tutumları arasında bilişsel, duyuşsal ve davranışsal açıdan cinsiyet faktörüne bağlı olarak bir farklılaşma görülmemektedir. Araştırmamızla benzer bir bulguya ulaşan cinsiyet faktörüyle boş zaman tutumu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı Altunay (2015) ve Balcı ve arkadaşlarının (2003) yapmış oldukları araştırmalarda tespit edilmiştir. Yine Bakay`ın(2018) yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin boş zaman aktivitelerine yönelik bilişsel, duyuşsal, ve davranışsal açıdan tutumlarının cinsiyet faktörüne bağlı olarak bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Akgül`ün (2011) yapmış olduğu çalışmada ise araştırmamızın aksine boş zaman tutum ölçeği ve alt boyutlarına ilişkili tutumları cinsiyet faktörüne bağlı olarak farklılıklar tespit edilmiştir. Akyüz`ün (2015) yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin bilişsel alan, duyuşsal alan ve toplam olarak anlamlı farklılık olduğu ve bu farklılığın kadın öğrenciler lehine olduğu tespiti yapılmıştır. Karunaanithy ve Karunanithy (2014) yaptıkları çalışmada boş zaman katılıma ve boş zamana yönelik tutumlarda cinsiyet faktörünün asla göz ardı edilemeyeceğini

belirtmişlerdir. Ortaya çıkan bu farklılığın yapılan araştırmalara ait farklı konumlarda cinsiyete bağlı farklılık gösteren aktivite alanlarının bulunmasından dolayı olduğu söylenebilir.

Tablo 4.3' de Boş Zaman Engelleri Ölçeği (BZEÖ) ile tespitini yapmış olduğumuz bulguları ele aldığımız zaman öğrencilerin cinsiyet değişkenine bağlı olarak birey psikolojisi, tesis, zaman, ilgi eksikliği alt boyutlarından istatistiksel açıdan anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bununla birlikte öğrencilerin boş zaman engelleri alt boyutlarında yer alan bilgi eksikliği ve arkadaş eksikliği alt boyutu ile Boş Zaman Engelleri Ölçeği (BZEÖ) toplam puanında anlamlı farkın olduğu tespit edilmiştir. Tespit edilen bu fark kadın öğrenciler lehinedir. Bu farklar kadın öğrencilerin serbest zamanlarını değerlendirme konusunda serbest zaman aktivitelerine yönelik bilgilerinin olmamasının ve serbest zamanlarda yapılacak olan aktivitelere katılmada arkadaş ya da arkadaş grupları ile katılımın önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum için kadın üniversite öğrencilerinin erkek üniversite öğrencilerine göre serbest zaman aktivitelerine katılım konusunda aktivitelere daha az yönelmelerinden dolayı olduğu söylenebilir. Ekinci ve arkadaşlarının (2014) yapmış oldukları çalışmada bu çalışmaya paralel bulguya ulaşılmış olup bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği ve zaman alt boyutlarında ortaya çıkan anlamlı farklılıkların kadın öğrencilerden dolayı olduğu tespiti yapılmıştır. Yine benzer olarak Özşaker'in (2012) çalışmasında bilgi eksikliği boyutunda kadınların lehine anlamlı bir farkın olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Fakat Altın ve Barsbuğa (2014), tarafından yapılmış olan çalışmada ise cinsiyet farklılığına bağlı olarak, öğrenciler arasında serbest zaman engelleri konusunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 4.4'de yer alan Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ) ile tespitini yapmış olduğumuz bulgular incelendiği zaman bilişsel, duyuşsal ve davranışsal açıdan öğrencilerin bulunmuş oldukları sınıf faktörüne bağlı olarak bilişsel ve duyuşsal alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı fark tespiti edilirken ($p>0.05$) davranışsal alt boyutunda ve Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ) toplam puanında anlamlı bir fark tespitinde bulunulmamıştır. Ortaya çıkan bu farkın hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek adına yapmış olduğumuz post-hoc (LSD) testine göre bilişsel alt boyutunda 1. ve 3. sınıfta okuyan öğrencilerin bilişsel açıdan tutumu 2. sınıfta

okuyan öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır. Duyuşsal alt boyutunda ise 1. sınıf öğrencilerinin duyuşsal açıdan tutumu hem 2. Sınıfta okuyan öğrencilere göre hem de 4. sınıfta okuyan öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olup 3. sınıfta okuyan öğrencilerinin duyuşsal açıdan tutumu ise 4. Sınıfta okuyan öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır. Çelik (2014)'in üniversite öğrencilerle yaptığı çalışmada araştırmaya katılan öğrencilerin sınıfları ile bilişsel, duyuşsal ve davranışsal açıdan boş zaman tutumlarında yapmış olduğumuz çalışmaya benzer olarak anlamlı farklara rastlamıştır. Demir ve Alpullu (2020)'nin üniversite öğrencilerine yapmış oldukları bir başka benzer çalışmada ise öğrencilerin buldukları sınıf ve boş zaman tutumları arasında çalışmamızdan farklı olarak bir farklılığın olmadığını tespitini yapmışlardır. Yaptığımız çalışmamızda boş zaman tutumu ile üniversite öğrencilerinin buldukları sınıfları arasında anlamlı farklılıkların olma sebebi, öğrencilerin serbest zamanlarını değerlendirme farkındalıklarını farklı yaşlarda, farklı ruh hallerinde ve farklı çevrelerde kazandıklarından dolayı olduğu söylenebilir.

Tablo 4.5'de yer alan Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin (BZEÖ) toplam puanı ve alt boyutları sınıf değişkeni açısından incelendiğinde birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, zaman, ilgi eksikliği alt boyutunda ve Boş Zaman Engelleri Ölçeği (BZEÖ) toplam puanında anlamlı bir farkın olduğu tespiti yapılmazken, arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Meydana çıkan bu farkın hangi gruptan kaynaklandığının tespitini etmek adına yapmış olduğumuz post-hoc (LSD) testinin sonucuna göre; 2. sınıfta okuyan öğrencilerin arkadaş eksikliği alt boyutu 1. ve 3. sınıfta okuyan öğrencilere göre, 4. sınıfta okuyan öğrencilerin ise 3. sınıfta okuyan öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır. Bunun nedeni olarak 1. sınıfta öğrencilerin üniversiteye geçmesiyle birlikte yeni arkadaşlıklar kurduğu ve bu arkadaşlıkların zamanla kopması ve değişmesinden dolayı 2. sınıfa kadar farklı arkadaşlıkların edinilmesi sebebiyle 2. sınıfta okuyan öğrencilerin serbest zaman aktivitelerine katılma konusunda arkadaş eksikliğini daha fazla hissettiğini söyleyebiliriz. 4. sınıfta ise öğrencilerin mezun olduktan sonraki iş hayatına yönelmek için çeşitli hazırlıklar ve çalışmalarının artması sebebiyle 3. sınıfa göre daha yalnız kalıp serbest zaman aktivitelerine katılmada arkadaş eksikliğini hissettiğini söyleyebiliriz. Araştırmamız sonucu ulaştığımız bu bulgunun aksine Tolukan (2010) tarafından yapılmış olan bir çalışmada, üniversite öğrencilerinin sınıflarına göre alt boyutlara ilişkili olarak yapılan ANOVA testi sonuçlarına bağlı

olarak Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin (BZEÖ) tüm alt boyutlarında sınıflar arasında anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmemiştir. Yine Çoruh'un (2013) yapmış olduğu bir çalışmada da yapılan analizler sonucu, Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin (BZEÖ) arkadaş eksikliği alt boyutunda sınıflar arası anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 4.6'ya bakıldığında Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ) ile öğrencilerin buldukları fakülte değişkeni arasında yapmış olduğumuz ANOVA testi sonucunda; Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ) toplam puanı ve tüm alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Tespit edilen bu farkların hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek adına yapılan post-hoc (LSD) testi sonuçlarına göre; bilişsel ve duyuşsal tutum alt boyutları ile boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanında SBF öğrencilerinin tutumları FEF ve İİBF'de okuyan öğrencilere göre, İİBF öğrencilerinin tutumları FEF öğrencilerine göre, TF öğrencilerinin tutumları ise FEF ve İİBF öğrencilerine göre daha yüksek çıkmıştır. Davranışsal tutum alt boyutunda ise SBF öğrencilerinin tutumları FEF ve İİBF öğrencilerine göre ve TF öğrencilerinin tutumları FEF ve İİBF öğrencilerine göre daha yüksek çıkmıştır. Bu farkın boş zamanları değerlendirmek adına yapılacak olan aktivitelere yönelik SBF öğrencileri ile TF öğrencilerinin rekreasyon ile ilgili bilgi düzeylerinin diğer fakültelere göre daha yüksek olmasından dolayı ve bu fakültelerde rekreasyon ile ilişkili derslerin müfredatta yer almasından dolayı olduğu söylenebilir. Davranışsal alt boyutunda ise öğrencilerin buldukları fakültelerde yer alan çevrenin, dışsal etkilerin müdahalesine bağlı olarak geliştirdiği tutumlarının SBF ve TF öğrencilerinde fazla olması sebebi rekreatif etkinliklere kendileri gibi çevrelerinde de katılım gösteren kişilerin fazla olması sebebi ile bu tarz aktivitelere olumlu yaklaştıkları söylenebilir. Çalışmamızın aksine Güler (2017)'de yaptığı benzer bir çalışmaya bakıldığında araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarına yönelik motivasyon seviyelerinin okudukları bölümlere göre farklı olup olmadığına yönelik istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 4.7'ye baktığımızda öğrencilerin buldukları fakülte değişkenine göre tüm alt boyutlarda ve Boş Zaman Engelleri Ölçeği (BZEÖ) toplam puanları arasında anlamlı farkların olduğu görülmektedir. Yapılan testler sonucu elde edilen bulgulara

göre birey psikolojisi alt boyutunda SBF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları FEF öğrencilerine göre, Bilgi eksikliği alt boyutunda SBF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları FEF ve TF öğrencilerine göre daha yüksek çıkmıştır. Rekreatif aktivitelere katılma konusunda SBF ve İİBF öğrencilerinin psikolojik durumlarının ve aktivitelere katılırken aktiviteye nasıl, nerede, ne zaman katılım göstereceğine yönelik bilgilerinin olmaması onların boş zamanı değerlendirme konusunda karşısına engel olarak çıkacaktır. Tesis alt boyutunda ise SBF ve TF öğrencilerinin ortalamaları FEF ve İİBF öğrencilerine göre, arkadaş eksikliği alt boyutunda FEF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları SBF ve TF öğrencilerine göre daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuçtan hareketle SBF ve TF öğrencilerinin serbest zamanlarını değerlendirmelerini bir tesiste geçirmeyi tercih ettiklerini görebiliriz. Bunun nedeni olarak tesislerde rekreasyon çeşitliliğinin fazla olması ve buna bağlı olarak bu fakültelerdeki öğrencilerin çeşitli rekreasyon aktiviteleri hakkında bilgili olmasından dolayı olduğu söylenebilir. SBF, FEF ve İİBF öğrencilerinin zaman ve ilgi eksikliği alt boyutunda ortalamaları TF öğrencilerine göre ve son olarak boş zaman engelleri ölçeği toplam puanlarında SBF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları TF öğrencilerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Buradan yola çıkarak TF öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirme konusunda diğer fakültelere göre engellere daha az takıldıklarını görmekteyiz. Demirel ve Harmandar (2009) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu bir çalışmada öğrencilerin boş zaman aktivitelerine katılıma konusunda en büyük engel olarak sosyal ortam ve bilgi eksikliğinin görüldüğünü, bunu tesis ve birey psikolojisi boyutları takip ettiği bulgusuna ulaşmışlardır.

Tablo 4.8'i incelendiğimiz zaman haftalık serbest zaman süresi değişkeni açısından boş zaman tutum ölçeğinin alt boyutları ve boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanı arası anlamlı bir farkın tespiti edilmemiştir. Bu durumda öğrenciler açısından boş zamanlarının az veya çok olmasının onların rekreasyon aktivitelerine katılım konusunda bir etkisinin olduğunu söylenemeyebilir. Çelik'in (2014) yaptığı bir çalışmada öğrencilerin haftalık serbest zaman süresi ile boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) arasında duyuşsal alt boyutu dışında anlamlı bir farkın olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Tablo 4.9'da katılımcıların sahip oldukları haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre boş zaman engelleri ölçeği incelendiği zaman; birey psikolojisi,

bilgi eksikliği, ilgi eksikliği alt boyutunda ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) toplam puanında anlamlı fark tespit edilmemiş olup tesis, zaman ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılaşmaların olduğu görülmüştür. Ortaya çıkan bu farklılıkların hangi gruplardan kaynaklandığını bulamak için yapmış olduğumuz testin sonuçlarına göre; tesis alt boyutunda 1-5 saat haftalık serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalaması 6-10, 11-15 ve 16 saat ve üzerinde serbest zaman süresine sahip bireylere göre daha yüksek olduğu çıkmıştır. Arkadaş eksikliği alt boyutunda 1-5 saat ve 6-10 saat arasında serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalaması 16 saat ve üzerinde serbest zaman süresine sahip bireylerinkine göre daha yüksektir. Zaman alt boyutunda ise 6-10 saat haftalık serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalaması 11-15 saat ve 16 saat ve üzeri serbest zaman süresine sahip bireylere göre daha yüksek çıktığı sonucuna varılmıştır. Bu sonuçlardan hareketle tesis alt boyutunda haftalık serbest zaman süresi 1-5 saat olan öğrencilerin daha fazla serbest zamana sahip olan öğrencilere göre tesis yetersizliğini daha fazla engel olarak gördüğü, buna paralel olarak arkadaş eksikliği alt boyutunda da yine 1-5 ve 6-10 saat gibi serbest zaman süresi az olan öğrencilerin daha fazla serbest zamana sahip olan öğrencilere göre rekreasyon aktivitelerine katılmada arkadaşına daha çok ihtiyaç duyduklarını söyleyebiliriz. Araştırmamızda ulaştığımız farklılıkların aksine Çakır (2017) haftalık serbest zaman sürelerine göre katılımcıların serbest zamanlarını değerlendirmelerine yönelik yapılan bir araştırmada anlamlı farklılıkların olmadığını sonucuna varmıştır. Öğrencilerin sahip oldukları serbest zaman özellikleri bakımından yapılan araştırmada serbest zamanları ortalama hafta içi günlük 5 saat, hafta sonu ise ortalama 10 saat olduğu ve bu değerler sonucunda serbest zamana yönelik bir sıkıntı yaşamadıkları sonucuna varmıştır(Mansuroğlu, 2002).

Tablo 4.10 incelendiğinde haftalık rekreatif etkinliklere katılım sıklığı değişkenine göre bilişsel, duyuşsal, davranışsal alt boyutları ve boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanı arasında anlamlı farkın olmadığı görülmüştür. İlgili literatür incelendiğinde haftada rekreatif etkinliklere katılım sıklığı değişkeni bakımından boş zaman tutum tutumları arasındaki ilişkinin incelemesini yapan benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Tablo 4.11'e bakıldığında rekreatif etkinliklere katılım sıklığı değişkenine göre boş zaman engelleri ölçeği açısından birey psikolojisi, bilgi eksikliği, arkadaş

eksikliği, zaman, ilgi eksikliği alt boyutlarında ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) toplam puanlarında anlamlı farkın tespiti edilmezken tesis alt boyutunda anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür. Tesis alt boyunda tespiti yapılan bu farkın hangi gruplardan dolayı olduğunu bulmak hedefiyle yapılmış olan test sonucuna sonrası haftada 7 kez ve üzerinde rekreatif etkinliklere katılan öğrencilerin ortalaması haftada 1-2 kez, 3-4 kez ve 5-6 kez rekreatif etkinliklere katılan öğrencilere göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Buradan da anlaşılacağı üzere rekreatif etkinliklere daha çok katılım gösteren öğrencilerin daha az katılım gösteren öğrencilere göre tesis eksikliğini engel olarak görmediği daha az katılım gösteren öğrencilerin ise yetersiz tesisin olması, tesisin uzak olması, tesisin rekreasyon ihtiyacına göre uygun olmaması gibi sebeplerden dolayı tesis alt boyutunu engel olarak gördüklerini söyleyebiliriz. İlgili literatür taraması yapıldıktan sonra rekreatif etkinliklere katılım sıklığı ve boş zaman engelleri arasındaki ilişkiyi inceleyen benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Tablo 4.12’de öğrencilerin serbest zamanlarını nerede değerlendirdiği değişkenine göre boş zaman tutum ölçeği bilişsel alt boyutunda anlamlı fark tespiti yapılmamıştır. Ancak duyuşsal, davranışsal alt boyutları ve boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) toplam puanlarında anlamlı farkların olduğu tespit edilmiştir. Bu farkların hangi gruplardan kaynaklandığını bulmak için yapılan post-hoc testine göre; duyuşsal alt boyutunda kapalı alanda ve ev ortamında serbest zamanını değerlendiren bireylerin boş zaman tutumu açık alanda değerlendiren öğrencilere göre daha fazla olduğu görülmüştür. Davranışsal alt boyutunda ve ölçek toplam puanında da serbest zamanını kapalı alanda ve ev ortamında değerlendiren bireylerin boş zamana yönelik tutumu açık alanda değerlendiren bireylere göre daha yüksektir. Öğrencilerin duygularının ön planda olarak serbest zaman aktivitelerine katılımı ele alındığı zaman öğrencilerin sahip oldukları farklı duygu ve düşüncelere bağlı olarak serbest zamanlarını daha çok kapalı ortamlarda ve ev ortamında geçirdiği söylenebilir. İlgili literatür taraması yapıldıktan sonra serbest zamanlarını nerde değerlendirdiği ve boş zaman tutum ölçeği arasındaki ilişkiyi inceleyen benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Tablo 4.12 yer alan zaman boş zaman engelleri ölçeğinin serbest zamanın nerede değerlendirildiği değişkenine göre incelendiği zaman birey psikolojisi, bilgi

eksikliği, tesis, zaman, ilgi eksikliği alt boyutlarında ve boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmezken arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı bir fark tespiti yapılmıştır. Arkadaş eksikliği alt boyutunda tespit edilen farkın hangi gruplardan kaynaklandığını bulmak amacıyla yapılan test sonucuna göre açık alan ve ev ortamında serbest zamanını değerlendiren bireylerin ortalaması kapalı alanda değerlendiren kişilere oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Buradan hareketle katılımcıların açık alanda ve ev ortamında katılım gösterdiği serbest zaman aktivitelerinde arkadaş eksikliği alt boyutunun kapalı ortamda katılım gösterilen aktivitelere göre yüksek çıkmasının sebebi olarak kapalı ortamlarda yapılan aktivitelerde sosyalleşmenin daha kolay ve daha hızlı olmasından dolayı olduğu söylenebilir. İlgili literatür taraması yapıldığında boş zaman engelleri ölçeğinin serbest zamanı nerede değerlendirdiği değişkenine ait ilişkiyi inceleyen araştırmaya rastlanmamıştır.

Tablo 4.13 incelendiğinde boş zaman tutum ölçeği (BZTÖ) ile boş zaman engelleri ölçeği (BZEÖ) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu şeklinde bir tespit yapılmıştır. Yapılan tespite göre serbest zamana yönelik tutumun artması boş zaman engellerini düşük düzeyde de olsa arttırdığı şeklindedir. Yani kişilerin serbest zaman aktivitelerine yoğunlaşması ile az da olsa çeşitli engellerin ortaya çıkacağı sonucuna varılabilir. Bu ilişkinin olması katılımcıların çeşitli serbest zaman aktiviteleri konusunda bilgi sahibi olmaları ve bu aktivitelere katılım göstermeleri sonrası meydana gelen artış birtakım engelleri de beraberinde getirmektedir. Benzer literatür taraması yapıldığında boş zaman tutum ve boş zaman engelleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Tablo 4.14'ü incelediğimiz zaman Boş Zaman Tutum Ölçeği ve Boş Zaman Engelleri Ölçeği arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ortaya çıkan sonuca göre boş zamana yönelik tutumun artması ile boş zaman engelleri de düşük düzeyde artmaktadır. Ölçeklerin alt boyutlarına ait korelasyon sonuçlarına bakıldığında boş zaman tutum ölçeği bilişsel alt boyutu ile boş zaman engelleri ölçeği birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, zaman, ilgi eksikliği alt boyutunda pozitif yönde bir ilişki tespiti edilirken arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Buradan yola çıkarak bireylerin boş zaman aktiviteleri konusunda bilgi sahibi olması onların bu aktivitelere katılım

konusunda çeşitli engellerle karşılaşacağı düşünülebilir. Boş zaman tutum ölçeği duyuşsal alt boyutunda boş zaman engelleri ölçeği arkadaş eksikliği ve zaman alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmezken birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Bireylerin boş zaman engelleri arasından birey psikolojisi, ilgi eksikliği, tesis ve bilgi eksikliği alt boyutlarının duyuşsal alanda önemli olduğu söylenebilir. Boş zaman tutum ölçeği davranışsal alt boyutu ile boş zaman engelleri birey psikolojisi, bilgi eksikliği, zaman, tesis ve ilgi eksikliği alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilirken arkadaş eksikliği alt boyutunda ilişki tespit edilmemiştir. Genel olarak bakıldığında bireylerin boş zaman aktivitelerine yönelik tutumlarında boş zaman tutum ölçeği tüm alt boyutlarında boş zaman engelleri ölçeği arkadaş eksikliği alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Buradan hareketle bireylerin boş zamanlarında bir aktiviteye katılım gösterirken arkadaşının olmaması katılıma engel olmadığı söylenebilir. İlgili literatür araştırması yapıldığında boş zaman tutum ve boş zaman engelleri arasındaki ilişkiyi inceleyen benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Tablo 4.14 incelediğimiz zaman Boş Zaman Tutum Ölçeği ve Boş Zaman Engelleri Ölçeği arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ortaya çıkan sonuca göre boş zamana yönelik tutumun artması ile boş zaman engelleri de düşük düzeyde artmaktadır. Ölçeklerin alt boyutlarına ait korelasyon sonuçlarına bakıldığında boş zaman tutum ölçeği bilişsel alt boyutu ile boş zaman engelleri ölçeği birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, zaman, ilgi eksikliği alt boyutunda pozitif yönde bir ilişki tespiti edilirken arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Buradan yola çıkarak bireylerin boş zaman aktiviteleri konusunda bilgi sahibi olması onların bu aktivitelere katılım konusunda çeşitli engellerle karşılaşacağı düşünülebilir. Boş zaman tutum ölçeği duyuşsal alt boyutunda boş zaman engelleri ölçeği arkadaş eksikliği ve zaman alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmezken birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Bireylerin boş zaman engelleri arasından birey psikolojisi, ilgi eksikliği, tesis ve bilgi eksikliği alt boyutlarının duyuşsal alanda önemli olduğu söylenebilir. Boş zaman tutum ölçeği davranışsal alt boyutu ile boş zaman engelleri birey psikolojisi, bilgi eksikliği, zaman, tesis ve ilgi eksikliği alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilirken arkadaş eksikliği alt boyutunda ilişki tespit edilmemiştir. Genel olarak bakıldığında

bireylerin boş zaman aktivitelerine yönelik tutumlarında boş zaman tutum ölçeği tüm alt boyutlarında boş zaman engelleri ölçeği arkadaş eksikliği alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Buradan hareketle bireylerin boş zamanlarında bir aktiviteye katılım gösterirken arkadaşının olmaması katılıma engel olmadığı söylenebilir. İlgili literatür araştırması yapıldığında boş zaman tutum ve boş zaman engelleri arasındaki ilişkiyi inceleyen benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde yapılan analizler doğrultusunda ortaya çıkan sonuçlardan hareketle elde edilen genel sonuçlar ve öneriler yer almaktadır.

Sonuçlar

Araştırmaya katılan Balıkesir Üniversitesi çeşitli fakültelerindeki öğrencilerin Boş Zaman Tutum Ölçeğine (BZTÖ) göre;

- Boş Zaman Tutum Ölçeğinin katılımcıların sınıf değişkenine göre incelenmesiyle birlikte bilişsel ve duyuşsal alt boyutunda anlamlı farklar tespit edilmiştir. Bilişsel alt boyutunda 1. ve 3. Sınıftaki katılımcıların bilişsel tutumu 2. sınıf öğrencilerine nazaran daha yüksektir. Duyuşsal alt boyutunda ise 1. Sınıf öğrencilerinin duyuşsal tutumu hem 2. Sınıf hem de 4. Sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksektir, 3. Sınıf öğrencilerinin duyuşsal tutumu ise 4. Sınıf öğrencilerine göre yüksek olduğu bulunmuştur.
- Boş Zaman Tutum Ölçeğinin katılımcıların okudukları fakülte değişkenine göre incelenmesiyle birlikte ölçeğe ait tüm alt boyutlar ve toplam puanında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Bilişsel ve duyuşsal tutum alt boyutları ile boş zaman tutum ölçeği toplam puanında SBF öğrencilerinin tutumları FEF ve İİBF öğrencilerine göre, İİBF öğrencilerinin tutumları FEF öğrencilerine göre, TF öğrencilerinin tutumları ise FEF ve İİBF öğrencilerine göre daha yüksektir. Davranışsal tutum alt boyutunda ise SBF öğrencilerinin tutumları FEF ve İİBF öğrencilerine göre ve TF öğrencilerinin tutumları FEF ve İİBF öğrencilerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

- Boş Zaman Tutum Ölçeğinin katılımcıların serbest zamanı değerlendirme yeri değişkenlerine göre incelenmesiyle birlikte duyuşsal, davranışsal alt boyutunda ve toplam puanında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Duyuşsal alt boyutunda Kapalı alanda ve ev ortamında serbest zamanını değerlendiren bireylerin tutumu açık alanda değerlendiren bireylere göre daha fazladır. Davranışsal alt boyutunda ve ölçek toplam puanında ise kapalı alanda serbest zamanını değerlendiren bireylerin tutumu açık alanda değerlendiren bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırmaya katılan Balıkesir Üniversitesi çeşitli fakültelerindeki öğrencilerin Boş Zaman Tutum Ölçeğine (BZTÖ) göre;

- Boş Zaman Tutum Ölçeğinin katılımcıların cinsiyet, haftalık sahip olunan serbest zaman süresi ve rekreatif etkinliklere katılım sıklığı değişkenlerine göre incelenmesiyle birlikte bu alt boyutlarda anlamlı farklar tespit edilmemiştir.

Araştırmaya katılan Balıkesir Üniversitesi çeşitli fakültelerindeki öğrencilerin Boş Zaman Engelleri Ölçeğine (BZEÖ) göre;

- Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre incelenmesi sonucuyla bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği alt boyutları ve toplam puanında kadın katılımcıların lehine anlamlı farklar tespit edilmiştir.
- Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin sınıf değişkenine göre incelenmesi sonucuyla arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir. 2. Sınıf öğrencileri arkadaş eksikliği 1 ve 3. sınıf öğrencilerine göre, 4. sınıf öğrencilerin ise 3. sınıf öğrencilere göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.
- Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin fakülte değişkenine göre incelenmesi sonucuyla tüm alt boyutları ve toplam puanında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Birey psikolojisi alt boyutunda SBF ve İİBF öğrencilerinin

ortalamları FEF öğrencilerine göre, Bilgi eksikliği alt boyutunda SBF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları FEF ve TF öğrencilerine göre, Tesis alt boyutunda SBF ve TF öğrencilerinin ortalamaları FEF ve İİBF öğrencilerine göre, arkadaş eksikliği alt boyutunda FEF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları SBF ve TF öğrencilerine göre, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutunda SBF, FEF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları TF öğrencilerine göre ve son olarak boş zaman engelleri ölçeği toplam puanlarında SBF ve İİBF öğrencilerinin ortalamaları TF öğrencilerine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

- Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre incelenmesi sonucuyla tesis, arkadaş eksikliği, zaman alt boyutlarında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Tesis alt boyutunda 1-5 saat haftalık serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalaması 6-10, 11-15 ve 16 saat ve üzerinde serbest zamana sahip bireylere göre daha yüksektir. Arkadaş eksikliği alt boyutunda 1-5 saat ve 6-10 saat arasında serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalaması 16 saat ve üzerinde serbest zamana sahip kişilerin göre daha yüksektir. Zaman alt boyutunda ise 6-10 saat haftalık serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalaması 11-15 saat ve 16 saat ve üzeri serbest zaman süresine sahip bireylere göre daha yüksek olarak tespit edilmiştir.
- Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin haftalık rekreatif etkinliklere katılım sıklığı değişkenine göre incelenmesi sonucuyla tesis alt boyutunda anlamlı farklar tespit edilmiştir. Haftada 7 kez ve üzeri rekreatif etkinliğe katılan bireylerin ortalaması daha az katılım gösterenlere göre daha yüksek olarak bulunmuştur.
- Boş Zaman Engelleri Ölçeğinin serbest zamanı nerede değerlendirdiği değişkenine göre incelenmesi sonucuyla arkadaş eksikliği alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir. Serbest zamanını açık alanda ve ev ortamında değerlendiren bireylerin ortalaması kapalı alanda değerlendirenlere oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öneriler

- Aynı değişkenler kullanılarak farklı üniversitelerde, çeşitli meslek gruplarında, farklı eğitim kademelerinde yapılacak benzer çalışmalar ile karşılaştırmalar yapabilmek adına araştırma ve incelemeler yapılabilir.

- Üniversitelerin tüm bölüm ve programlarına yönelik uygulanan derslerden zorunlu dersler kısmına tüm öğrencilerin serbest zamana yönelik bilgi sahibi olmaları ve bu zamanları verimli bir şekilde geçirmeleri için Rekreasyon çerçevesinde bir ders müfredata eklenebilir.

- Belirli aralıklarla öğrencilere rekreatif etkinlikleri tanıtım ve bu etkinliklere katılım amacıyla seminerler düzenlenebilir.

- Farklı rekreatif etkinlikler ile katılım göstermek isteyen şahıslar adına serbest zaman sıkılma algısının önüne geçmek adına sürekli değişik ve yeni aktiviteler düzenlenebilir.

- Öğrencilerin değişen şartlara bağlı serbest zamanlarını değerlendirmek için beklentilerine yönelik düzenli periyotlar ile araştırmalar yapılabilir.

- Rekreasyon alanları veya tesislerinin sayısı artırılabilir, fiziki ortamlarının iyileştirilebilir.

- Planlanan ve düzenlenen rekreatif etkinliklere katılımı arttırmak adına daha yaygın duyuru ve bilgilendirmeler yapılabilir

KAYNAKLAR

- Açıklan, A. (1998), Toplumsal Kurumsal ve Teknik Yönleriyle Okul Yöneticiliği, Pegem Yayınları, Ankara.
- Ağaoğlu, Y. S. (2002), Türkiye'deki üniversitelerin rekreasyon programlarının geliştirilmesi, Doktora Tezi, OMÜ. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Samsun.
- Akatay, A. (2003). Örgütlerde zaman yönetimi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (10), 281-300. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/pub/susbed/issue/61774/923492>
- Akgemci, T., Çelik, A., Aydoğan, E. ve Akatay, A., (2003), zaman yönetimi ve yönetsel zamanda etkinlik, (Editör: M. Şerif Şimşek, Adnan Çelik), Gazi Kitabevi, Ankara.
- Akgül, B.M., (2011). Farklı Kültürlerdeki Bireylerin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi: Ankara- Londra Örneği. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Akyüz, H. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi Bartın Üniversitesi Örneği, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi EBE.
- Alexandris, K. and Carroll, B. (1999). Constrains On Recreational Sport Porticipation İn Adults İn Greece: Implications For Providing And ManagingSport Services, *journal Of Sportmanagement*, 13 (4), 317-332.DOI:10.1123/JSM.13.4.317
- Altın, M. ve Barsbuğa, Y. (2014). Serbest Zaman Faaliyetlerine Üniversite Öğrencilerinin Katılımı ile İlgili Kısıtlamaların Belirlenmesi (Selçuk Üniversitesi Örneği). 13. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Selçuk Üniversitesi, Konya
- Altunay, B. R. (2015). Ankara ili Keçiören ilçesindeki ilköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin boş zaman etkinliklerine katılım motivasyonu. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Arslan, S. (2010). Yetişkin kent halkının belediyelerin serbest zaman eğitimi ile rekreasyon etkinliklerinin sunumuna ve yaşam kalitesine etkisine ilişkin görüşleri (Ankara Büyükşehir Belediyesi Örneği., (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Balcı, V., Demirtaş, M., Gürbüz, P., İlhan, A., ve Ersöz, V. (2003). Ankara'daki üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılımlarının araştırılması. *Milli Eğitim Dergisi*, 158(1), 161-173.<https://doi.org/10.14486/IJSCS124>
- Baró, F., Palomo, I., Zulian, G., Vizcaino, P., Haase, D., and Gómez-Baggethun, E. (2016). Mappingecosystem service capacity, flowanddem and forlandscapes and urban planning: A casestudy in the Barcelona metropolitanregion. *Land usepolicy*, 57, 405-417. DOI: 10.1016/j.landusepol.2016.06.006
- Başoğlu, U. (2011). İstanbul ili, Bahçelievler belediyesi sorumluluğundaki spor salonlarının rekreasyon sporları ve rekreasyon liderleri açısından geliştirilmesi ve faydalılık durumu, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bayramlı, Ü.Ü. (2009). *Zaman yönetimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Biçer, T. (2008). *Sporda toplam kalite yönetimi e-futbol uygulamaları (Birinci Baskı)*. İstanbul: Beyaz Yayınları, 108.

Broadhurst R. (2001). *Managing Environments for Leisure and Recreation*. GBR. London: Routledge: p: 3.

Büyüköztürk, Ş., (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Akademi: Ankara.

Çakır, V. O. (2017). Üniversite öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (3), 17-27. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gaunjss/issue/31075/331319>

Çelik, Z. (2014). Ankara Polis koleji öğrencilerinin boş zaman aktivitelerine yönelik tutumlarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Çevik, H., Yılmaz, E., ve Korkmaz, A. (2019). Kampüste Spor Deneyimi: Üniversite Öğrencilerinin Kampüs Rekreasyonel Spor Deneyiminin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 346-359. DOI: 10.31680/gaunjss.594280

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

Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety: Experiencing flow in work and play*. San Francisco: Jossey Bass.

Dalgarn, M. K. (2001). The role of the campus in creating a community. *Recreational Sports Journal*, 25(1), 66-72. DOI:10.1123/NIRSA.25.1.66

Demir, G., ve Alpullu, A. (2020). Üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetiminin değerlendirilmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 5(1), 94-102. DOI: 10.35333/ERISS.2020.172

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*, 19(2), 109-134.

Edginton, C.R. and Ford, P. (1985). *Leadership in recreation and leisure service organizations*. New York: Wiley Sons, 5-20.

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. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbsebd/issue/31658/347107>

Erdem, R. ve Kaya, S. (1998). Zaman Yönetimi. *Çağdaş Yerel Yönetimler Dergisi*, 7 (2), 99-120. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/manassosyal/issue/49973/640673>

Erdem, R., (1999), Yöneticiler İçin Zaman Yönetimi, *Modern Hastane Yönetimi*, 3(7), 26-31.

Erdul, G. (2005). *Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

Gardner, R.J. (1971). Industrial employee attitudes to wards the values of industrial recreation, Master's Thesis, ABD, 13.

Gedik, N. (1985). Gençliğin Boş Zamanları Değerlendirmesi Sorunları, *Türk Hemşireler Dergisi*(2), 33-38

Godbey, G. (1990). *Leisure in your life*. Pennsylvania: Venture Publishing Inc.

Güler, H. (2017). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Boş Zaman Engellerinin Boş Zaman Motivasyonlarına Etkisinin Araştırılması (Bartın Üniversitesi Örneği). (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi SBE.

Güngörmüş, H. A. (2007). Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatif Egzersizlere 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 güvenilirlik çalışması*. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 12 (1), 3-10. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gbesbd/issue/28036/297911>

Güven, M. ve Yeşil, S., (2011). İşletmelerde zaman yönetimi, (Editör: İ. Bakan), 2. Baskı, Çağdaş Yönetim Yaklaşımları İlkeler, Kavramlar ve Yaklaşımlar, Beta Basım A.Ş., İstanbul.

Haines, D. J. (2001). Undergraduate student bene fits from university recreation. *Recreational Sports Journal*, 25(1), 25-33. <https://doi.org/10.1123/nirsa.25.1.25>

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

Hazar, A. (2014). *Rekreasyon ve animasyon (dördüncü baskı)*. Ankara: Detay Yayıncılık, 37-46.

Henchy, A. (2011). The influence of campus recreation beyond the gym. *Recreational Sports Journal*, 35(2), 174-181. <https://doi.org/10.1123/rsj.35.2.174>

Henderson, K. A. Dimensions of choice: A qualitative approach to recreation, parks, and leisure research. 1991; USA: Venture Publishing.

Jensen, B. B. (1997). A case of two paradigms within health education. *Health education research*, 12(4), 419-428. <https://doi.org/10.1093/her/12.4.419>

Stebbins, R. A (2016). The serious leisure perspective, and leisure in Brazil. *World Leisure Journal*, 58(3): 151-162.

Sweet, W. E. (1987). *Sport and recreation in ancient Greece: A sourcebook with translations*. Oxford University Press.

Kara, F. M. (2015). Serbest zamanda sıkılma algısının yaşam kalitesi ve evlilik doyumu üzerine etkisinin belirlenmesi (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Karaküçük, S. (1995). *Rekreasyon (boş zamanları değerlendirme) – kavram, kapsam ve bir araştırma*, Ankara: Seren Matbaacılık

Karaküçük, S. (1999). *Boş zamanları değerlendirme. Rekreasyon*. Ankara: Bağırhan Yayınevi (3. Baskı).

Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon*, Ankara: Gazi Kitabevi

Karasar, N. (2011). Bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Nobel Yayınları.

Karunaanthy, K. and Karunanthy, M., (2014). Leisure activities and attitudes of advanced level students: a study based on urban schools in Trincomalee District. *European Journal of Business and Management*, 6(7), 178-187.

Kaur, J., Malik, N. (2018). Comparison of leisure time activities and BMI between government and private school students. *International Journal of Physiology. Nutrition and Physical Education*, 3(2): 252-254.

Kenneth, R. (2006). *Leisure in contemporary society*. USA: CABÍ Publishing.

Kılbaş Köktaş Ş., (2004). *Rekreasyon serbest zamanı değerlendirme*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım Ltd. Şti.

Köktaş, Ş.K. (2004). *Rekreasyon boş zamanı değerlendirme (Üçüncü Baskı)*. Ankara: Nobel Yayınları, 8.

Lee, B. K. and Shafer, C. S. (2002). The dynamic nature of leisure experience: An application of affect control theory. *Journal of Leisure Research*, 34(3), 290-297. <https://doi.org/10.1080/00222216.2002.11949973>

Mansuroğlu, S. (2002). Akdeniz üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman özellikleri ve dış mekân rekreasyon eğilimlerinin belirlenmesi. *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 15(2), 53-62. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/pub/akdenizfderg/issue/1586/19703>

Millî Eğitim Bakanlığı (2011). Sanatsal ve kültürel etkinlikler. http://megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller_pdf/Sanatsal%20Ve%20Kültürel%20Etkinlikler.pdf adresinden 10 ekim 2022 tarihinde alınmıştır.

Mirzeoğlu, N. (2003). *Spor bilimine giriş*. Ankara: Bağırhan Yayinevi

Munusturlar, S. (2016). *Boş zaman ve rekreasyon kavramı*. [Power Point slaytı]. 10 ekim 2022 tarihinde <https://docplayer.biz.tr/2013966-bos-zaman-ve-rekreasyon-yonetimi.html> adresinden erişildi.

Müderrişoğlu H. ve Uzun S., (2004). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Orman Fakültesi Öğrencilerinin Rekreasyonel Eğilimleri, *Süleyman Demirel Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 5(2), 108-121. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/tjf/issue/20883/224269>

Müftüler, M. (2008). Muğla Üniversitesi'nde Okuyan Öğrencilerin Çoklu Zekâ Alanlarına Göre Rekreasyon Tercihlerinin Belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.

Müştiğil, S. (1993). *Dinlence ve turizm ilişkisi*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayını.

Niemiec, CP, Brown, KW, Kashdan, TB, Cozzolino, PJ, Breen, WE, Levesque-Bristol, C., & Ryan, RM (2010). Varoluşsal tehdit karşısında mevcut olmak: Sürekli farkındalığın ölümlülüğe karşı savunma tepkilerini azaltmadaki rolü. *Kişilik ve sosyal psikoloji dergisi*, 99 (2), 344.

Ozankaya, Ö. (1980). *Toplumbilim Terimleri Sözlüğü (2. Baskı)*. Ankara: TDK Yayını.

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

Parr, M.G., & Lashua, B.D. (2004). What is leisure? The perceptions of recreation practitioners and others. *Leisure Sciences*, 26(1), 1-17.

Ragheb M.G. ve Beard J.G. (1982). Measuring Leisure Attitude. *Journal of Leisure Research*; 14 (2): 155-167. <https://doi.org/10.1080/00222216.1982.11969512>

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

- Ryan, RM ve Deci, EL (2000). İçsel ve dışsal motivasyonlar: Klasik tanımlar ve yeni yönler. *Çağdaş eğitim psikolojisi*, 25 (1), 54-67.
- Sevil, T., Şimşek, K., Katırcı, H., Çelik, O. ve Çeliksoy, A. (2012). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi (Birinci Baskı)*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Web Ofset Tesisleri.
- Smith, H.W., (1998), *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası*, Çeviren: Aslı Cıngıl Çelik, Rota Yayın Yapım Tanıtım, İstanbul.
- Smythe-Francis, J. A. and Robertson, I. T. (1999). *On the relationship between time management and time estimation. British Journal of Psychology*, 90(3), 333-347.
- Sucu, Y., (1996), *Yönetmel Zamanın Etkin Kullanılması, El Kitabı*, Bolu.
- Stebbins, R. A. The serious leisure perspective, and leisure in Brazil. *World Leisure Journal*, 2016; 58(3): 151-162.
- Şahin, H.M. (2005). *Beden eğitimi ve spor sözlüğü*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics (6th ed.)*, Boston: Allynand Bacon.
- Tan, W. K., Yeh, Y. D., Chen, S. Han. (2017). The role of social interaction element on intention to play mmorpg in the future: From the perspective of leisure constraint negotiation process. *Games and Culture*,
- Tatar, G. (2000). Turizm ve rekreasyon açısından Karadeniz Ereğli Cehennem ağzı mağaralarının kullanıcı ilişkilerinin değerlendirilmesi, Yüksel Lisans Tezi, İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Tekin, A., Tekin, G. ve Amman, M. T. (2006). "Serbest Zamanlarda Yapılan Fiziksel Egzersizin Üniversite Öğrencilerinin Depresyon ve Atılganlık Düzeylerine Etkisi", 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla, ss. 19-23, 3-5 Kasım 2006
- Tekin, A., Tekin, G. ve Çalışır, M. (2017). *Rekreasyonel spor*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Tengilimoğlu, D., Tutar, H., Altınöz, M., Öztürk Başpınar, N. ve Erdönmez, C., (2003), *Zaman Yönetimi, (Editör: Hasan Tutar)*, Ankara: Nobet Yayın Dağıtım.
- Tezcan, M. (1977). *Boş Zamanlar Sosyolojisi*, Ankara: Doğan Matbaası
- Tezcan, M. (1993). *Boş Zamanlar Sosyolojisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Yayını.
- Tolukan, E. (2010). Özel yetenekle ilgili bölümlerde okuyan üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılımlarına engel olabilecek unsurların belirlenmesi (Master'sthesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Topal, N., (2009), *Derste Zaman Yönetimi: İlköğretim 3. Sınıf Hayat Bilgisi Dersine Yönelik Bir İnceleme*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Tutar, H. (2015). *Zaman Yönetimi*. Ankara: Seçkin yayıncılık
- Tutar, H., (2007). *Zaman Yönetimi*, Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Türkel, A. (1999). *Globalleşen Dünyanın Süper Yöneticilerine*. İstanbul; Türkmen Kitabevi.

- Uğur, A., (2000), Çalışma Hayatında Zaman Yönetimi. *Kalkınmada Anahtar Verimlilik Dergisi*, 12(143), 18-22.
- Yağcı, P. (2015). Lisans düzeyinde rekreasyon bölümü müfredatlarının incelenmesi ve örnek müfredat çalışması, Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Yaman, M. ve Arslan, S. (2009). Çocuk ve gençlik suçlarının önlenmesinde rekreatif sporlar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 445-459.
- Yazıcıoğlu, Yahşi- Erdoğan, Samiye (2004). “*Spss uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*”, Detay Yayıncılık, Ankara.
- Yerlisu Lapa, T. ve Ardahan, F. (2009). Akdeniz üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve değerlendirme biçimleri, *Spor Bilimleri Dergisi*, 20(4), 132-144. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/pub/sbd/issue/16391/171414>
- Yüncü, D., Coşkun, İ., Sevil, T., Özel, Ç., Yüncü, H. ve Şimşek K. (2013). *Rekreasyon yönetimi (Birinci Baskı)*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Web Ofset Tesisleri.
- Zelinski, E.J. (2005). Çalışma(ma)’nın keyfi, İşkolikler, işsizler ve emekliler için bir rehber. Birinci Baskı. Çolakoğlu D (Çev), İstanbul: Boyner Yayınları.
- Zorba, E. (2002). Türkiye’de rekreasyona bakış, gelişimi ve beklentiler. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Panel Kitabı, 185-194. 27-29 Ekim 2002, Antalya- Türkiye.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler	
Adı Soyadı	Sercan AYDIN
Eğitim	
Lise	Kütahya Ali Güral Lisesi (2016)
Lisans	Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (2016-2019)
Yüksek Lisans	Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı (2019- 2022)
Yabancı Dil Bilgisi	
İngilizce	-
Üye Olunan Mesleki Kuruluşlar	
Kuruluş Adı	-

EKLER

EK-1.Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 23.03.2021-E.21279



T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ
Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı

Sayı : E-94025189-050.04-21279
Konu : Etik Kurul Karar Formu

Sayın Prof. Dr. Fahri AKÇAKOYUN

İlgi : 05/03/2021 tarihli ve 11091771/100/16659 sayılı yazı.

"Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutum ve Engellerinin İncelenmesi (Balıkesir Üniversitesi Örneği)" başlıklı çalışmanız hakkında Etik Kurulumuzun bilimsel ve etik yönden oluşturduğu görüş ekteki karar formunda belirtilmiştir.
Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Fuat EREL
Başkan

Ek: Karar Formu

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BE8456DIP Pin Kodu :46002

Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/balikesir-universitesi-ebys>

Adres:Tıp Fakültesi Çağış Yerleşkesi 10145 Balıkesir

Telefon:0266 6121461-1122 Faks:0266 6121459

e-Posta:etik.bautip@gmail.com Web:http://www.balikesir.edu.tr/index.php/baun/birim/tip_fakultesi

Kep Adresi:balikesiruniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için: Belgin Topçu

Unvanı: Bilgisayar İşletmeni

Tel No: 0266 6121461 - 6707



KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU

ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI	“Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutum ve Engellerinin İncelenmesi (Balıkesir Üniversitesi Örneği)”
-----------------------	--

ETİK KURULU BİLGİLERİ	ETİK KURULUN ADI	BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
	AÇIK ADRESİ:	Çağış Yerleşkesi Uşak Yolu Üzeri, 10145 BALIKESİR
	TELEFON	266 612 14 61-6707
	FAKS	
	E-POSTA	baukliniketik@gmail.com

BAŞVURU BİLGİLERİ	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACI UNVANI/ADI/SOYADI	Prof.Dr.Fahri AKÇAKOYUN			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ UZMANLIK ALANI	Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı(BESYO)			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ BULUNDUĞU MERKEZ	BALIKESİR			
	VARSA İDARI SORUMLU UNVANI/ADI/SOYADI				
	DESTEKLEYİCİ				
	PROJE YÜRÜTÜCÜSÜ UNVANI/ADI/SOYADI (TÜBİTAK vb. gibi kaynaklardan destek alanlar için)				
	DESTEKLEYİCİNİN YASAL TEMSİLCİSİ				
	ARAŞTIRMANIN FAZI VE TÜRÜ	FAZ 1	<input type="checkbox"/>		
		FAZ 2	<input type="checkbox"/>		
		FAZ 3	<input type="checkbox"/>		
FAZ 4		<input type="checkbox"/>			
Gözlemsel ilaç çalışması		<input type="checkbox"/>			
Tıbbi cihaz klinik araştırması		<input type="checkbox"/>			
In vitro tıbbi tanı cihazları ile yapılan performans değerlendirme çalışmaları		<input type="checkbox"/>			
İlaç dışı klinik araştırma	<input checked="" type="checkbox"/>				
DİĞER İSE BELİRTİNİZ					
ARAŞTIRMAYA KATILAN MERKEZLER	TEK MERKEZ <input checked="" type="checkbox"/>	ÇOK MERKEZLİ <input type="checkbox"/>	ULUSAL <input type="checkbox"/>	ULUSLARARASI <input type="checkbox"/>	

Etik Kurul Başkanının
Unvanı/Adı/Soyadı:Prof.Dr.Fuat EREL
İmza:

Not: Etik kurul başkanı, imzasının yer almadığı her sayfaya imza atmalıdır.

KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU

ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI	“Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutum ve Engellerinin İncelenmesi (Balıkesir Üniversitesi Örneği)”
-----------------------	--

DEĞERLENDİRİLEN BELGELER	Belge Adı	Tarihi	Versiyon Numarası	Dili			
	ARAŞTIRMA PROTOKOLÜ			Türkçe <input checked="" type="checkbox"/>	İngilizce <input type="checkbox"/>	Diğer <input type="checkbox"/>	
	BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU			Türkçe <input checked="" type="checkbox"/>	İngilizce <input type="checkbox"/>	Diğer <input type="checkbox"/>	
	OLGU RAPOR FORMU			Türkçe <input checked="" type="checkbox"/>	İngilizce <input type="checkbox"/>	Diğer <input type="checkbox"/>	
	ARAŞTIRMA BROŞÜRÜ			Türkçe <input checked="" type="checkbox"/>	İngilizce <input type="checkbox"/>	Diğer <input type="checkbox"/>	
DEĞERLENDİRİLEN DİĞER BELGELER	Belge Adı	Açıklama					
	SIGORTA	<input type="checkbox"/>					
	ARAŞTIRMA BÜTÇESİ	<input checked="" type="checkbox"/>					
	BIYOLOJİK MATERYEL TRANSFER FORMU	<input type="checkbox"/>					
	İLAN	<input type="checkbox"/>					
	YILLIK BİLDİRİM	<input type="checkbox"/>					
	SONUÇ RAPORU	<input type="checkbox"/>					
	GÜVENLİLİK BİLDİRİMLERİ	<input type="checkbox"/>					
DİĞER:	<input type="checkbox"/>						
KARAR BİLGİLERİ	Karar No:2021/68	Tarih:10.03.2021					
	Yukarıda bilgileri verilen başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın/çalışmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve uygun bulunmuş olup araştırmanın/çalışmanın başvuru dosyasında belirtilen merkezlerden izin alınması şartıyla gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel sakınca bulunmadığına toplantıya katılan etik kurul üye tam sayısının oybirliği ile karar verilmiştir. İlaç ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik kapsamında yer alan araştırmalar/çalışmalar için Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu'ndan izin alınması gerekmektedir.						

KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU	
ETİK KURULUN ÇALIŞMA ESASI	İlaç ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik, İyi Klinik Uygulamaları Kılavuzu
BAŞKANIN UNVANI / ADI / SOYADI:	

Unvanı/Adı/Soyadı	Uzmanlık Alanı	Kurumu	Cinsiyet		Araştırma ile ilişki		Katılım *		İmza
Prof.Dr.Fuat EREL	Göğüs Hastalıkları AD	BAÜN Tıp Fakültesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	
Prof.Dr.Gülten ERKEN	Fizyoloji AD	BAÜN Tıp Fakültesi	E <input type="checkbox"/>	K <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	
Doç.Dr.Akın USTA	Kadın Hastalıkları ve Doğum AD	BAÜN Tıp Fakültesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	
Doç.Dr.Eren ALTUN	Patoloji AD	BAÜN Tıp Fakültesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	
Dr.Öğr.Üyesi Elif AKSÖZ	Tıbbi Farmakoloji AD	BAÜN Tıp Fakültesi	E <input type="checkbox"/>	K <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	
Uzm.Dr.Mehmet ÇALIŞKAN	Halk Sağlığı Bölümü	Balıkesir KEAS Organize Sanayi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	
Av.Erman ARDA	Avukat	Serbest	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	
Hüsnü KUNDAKÇI	Eczacı	Balıkesir Sağlık Uygulama ve Arş.Hast.	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	
Serhat ALDEMİR	Emekli		E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	

*:Toplantıda Bulunma

Etik Kurul Başkanının
Unvanı/Adı/Soyadı:Prof.Dr.Fuat EREL
İmza:

Not: Etik kurul başkanı, imzasının yer almadığı her sayfaya imza atmalıdır.

EK-2.Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Yaş:

18-20 21-23 24-26 26-28 30 ve üzeri

Cinsiyet:

Kız Erkek

Sınıf:

1 2 3 4 4 Üzeri

Fakülte:

Spor Bilimleri Fakültesi
 Fen Edebiyat Fakültesi
 İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi
 Turizm Fakültesi

Haftalık Serbest Zaman Süresi:

1-5 saat 6-10 saat 11-15 saat 16 saat ve üzeri

Bir Hafta İçerisinde Rekreatif Etkinliklere Katılım Sıklığı:

1-2 3-4 5-6 7kez ve üzeri

Serbest Zamanın Nerede Değerlendirildiği:

Açık alan (Park, bahçe, doğa vb.) Kapalı alan (Spor salonu, AVM, sergi vb.)
Ev

EK-3. Boş Zaman Tutum Ölçeği

BOŞ ZAMAN TUTUM ÖLÇEĞİ		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Fikrim yok	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak zamanı akıllıca kullanmaktır	1	2	3	4	5
2	Boş zaman aktiviteleri bireyler ve toplum için faydalıdır	1	2	3	4	5
3	İnsanlar çoğunlukla arkadaşlık ilişkilerini boş zamanlarında geliştirirler	1	2	3	4	5
4	Boş zaman aktiviteleri sağlığa katkı sağlar	1	2	3	4	5
5	Boş zaman aktiviteleri mutluluğu artırır	1	2	3	4	5
6	Boş zaman çalışma verimini artırır	1	2	3	4	5
7	Boş zaman aktiviteleri enerjiyi yenilemeye yardımcı olur	1	2	3	4	5
8	Boş zaman aktiviteleri kişisel gelişim için bir araç olabilir	1	2	3	4	5
9	Boş zaman aktiviteleri bireylerin rahatlamasına yardımcı olur	1	2	3	4	5
10	İnsanlar boş zaman aktivitelerine ihtiyaç duyar	1	2	3	4	5
11	Boş zaman aktiviteleri sosyal ilişkiler için iyi bir fırsattır	1	2	3	4	5
12	Boş zaman aktiviteleri önemlidir	1	2	3	4	5
13	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olduğumda zaman çok çabuk geçiyor	1	2	3	4	5
14	Boş zaman aktivitelerim bana keyif veriyor	1	2	3	4	5
15	Boş zaman aktivitelerime değer veririm	1	2	3	4	5
16	Boş zamanım boyunca kendim olabiliyorum	1	2	3	4	5
17	Boş zaman aktivitelerim bana zevkli deneyimler sağlar	1	2	3	4	5
18	Boş zamanın benim için iyi olduğunu hissediyorum	1	2	3	4	5
19	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmaktan hoşlanıyorum	1	2	3	4	5
20	Boş zaman aktivitelerim canlandırıcıdır	1	2	3	4	5

21	Boş zaman aktiviteleri ile sık sık meşgul olmanın uygun olduğunu düşünüyorum	1	2	3	4	5
22	Boş zaman aktiviteleri için harcadığım zamanın boşa geçmediğini hissediyorum	1	2	3	4	5
23	Boş zaman aktivitelerimden hoşlanıyorum	1	2	3	4	5
24	Boş zaman aktiviteleri dikkatimin tamamını alıyor	1	2	3	4	5
25	Boş zaman aktivitelerine sık sık katılırım	1	2	3	4	5
26	İmkânım olsa boş zaman aktiviteleri için harcadığım zaman miktarını artırırım	1	2	3	4	5
27	Gelir durumum müsaade ettiği ölçüde boş zaman aktivitelerinde kullanmak üzere araç-gereç satın alırım	1	2	3	4	5
28	Zamanım ve param yetse daha yeni boş zaman aktivitelerine katılırım	1	2	3	4	5
29	Boş zaman aktivitelerimde daha yeterli olabilmek için önemli derecede zaman ve efor harcarım	1	2	3	4	5
30	Seçme şansım olsa boş zaman ihtiyaçlarını karşılayan bir şehir ya da çevrede yaşarım	1	2	3	4	5
31	Plansız bile olsa bazı boş zaman aktivitelerine katılırım	1	2	3	4	5
32	Boş zaman aktivitelerini daha iyi yapabilmek için bir seminer ya da kursa katılabilirim	1	2	3	4	5
33	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak için boş zamanımın artması gerektiğini düşünüyorum	1	2	3	4	5
34	Meşgulken bile boş zaman aktivitelerine katılırım	1	2	3	4	5
35	Boş zaman aktivitelerine yönelik eğitim ve ön hazırlık için zaman harcayabilirim	1	2	3	4	5
36	Diğer aktiviteler arasında boş zamanıma yüksek öncelik tanırım	1	2	3	4	5

EK-4. Boş Zaman Engelleri Ölçeği

	BOŞ ZAMAN ENGELLERİ ÖLÇEĞİ	Kesinlikle önemsiz	Önemsiz	Önemli	Çok önemli
1	Aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi	1	2	3	4
2	Kendini yorgun hissetmek	1	2	3	4
3	Sakatlanmaktan korkmak	1	2	3	4
4	Nerden öğreneceğini bilmemek	1	2	3	4
5	Nerede katılacağını bilmemek	1	2	3	4
6	Öğretecek kimsenin olmaması	1	2	3	4
7	Tesis donanımının yetersiz olması	1	2	3	4
8	Tesislerin yetersiz olması	1	2	3	4
9	Tesislerin kalabalık olması	1	2	3	4
10	Arkadaşlarının zamanının olmaması	1	2	3	4
11	Beraber katılacak kimsenin olmaması	1	2	3	4
12	Arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması	1	2	3	4
13	Aile için zaman ayırmak zorunda olmak	1	2	3	4
14	Sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak	1	2	3	4
15	Program zamanlarının uygun olmaması	1	2	3	4
16	Geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek	1	2	3	4
17	İlgili olmamak	1	2	3	4
18	Rutin programı bozmak istememek	1	2	3	4



Eğitimde, bilimde, sanatta çağdaş...



Balıkesir Üniversitesi
Tıp Fakültesi Dekanlık Binası
Çağış Yerleşkesi/BALIKESİR



(0 266) 612 14 62
sagbilen@balikesir.edu.tr
<http://www.balikesir.edu.tr>

