



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



**BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ
FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN
BOŞ ZAMAN TUTUMLARININ İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

CANER ÇORLAK

**Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Bilim Alan Kodu: 130102**



**BALIKESİR
2023**

T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
ÖĞRENCİLERİNİN
BOŞ ZAMAN TUTUMLARININ İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

CANER ÇORLAK

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ ALİ NACİ ARIKAN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Bilim Alan Kodu: 130102

BALIKESİR
2023



T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



TEZ KABUL VE ONAY

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı
Çerçevesinde **Caner ÇORLAK** tarafından yürütülmüş ve tamamlanmış olan

**“Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin
Boş Zaman Tutumlarının İncelenmesi”**

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: 18 / 08 / 2023

TEZ SINAV JÜRİSİ

Prof. Dr. Hamdi PEPE
Düzce Üniversitesi
(Başkan)

Dr. Öğr. Üyesi Ali Naci ARIKAN
Balıkesir Üniversitesi
Üye **(Danışman)**

Prof. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Balıkesir Üniversitesi
Üye

Yukarıdaki Yüksek Lisans Tezi,
Sınav jüri üyeleri tarafından imzalanarak 18 / 08 / 2023 tarihinde teslim
edilmiştir.

Prof. Dr. Ziya İLHAN
Enstitü Müdürü

BEYAN

Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlâk kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmasında 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 kayıplarını kabullendiğimi **beyan ederim.**

15/08/2023

İmza
Caner ÇORLAK

İTHAF

Kızım Tanem ve Oğlum Asilhan'a ithafen.

TEŐEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleőmesinde her daim maddi ve manevi desteğini lisans, yüksek lisans eğitim hayatımda ve sosyal yaőantımda hissettiğim akademisyen olma yolunda bana yol gösteren kıymetli danıőmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Ali Naci ARIKAN'a

Varlığıyla ve yönlendirmeleriyle hayatıma ışık tutan değerli hocam Sayın Prof. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ'a

Tez izleme aőamalarında her türlü bilgi ve deneyimlerini benim ile paylaőan, bu süreçte hem akademik hem de manevi desteğini esirgemeyen kıymetli dostlarım Mehmet Bilgi MEDENİ, İlyas ÖZEN ve Hakan YAYLI'ya,

Her zaman her durumda olduğu gibi tezimin yazım sürecinde de maddi ve manevi olarak yanımda olan, tüm zorluklarla benimle birlikte mücadele eden değerli eőim Esra ÇORLAK'a teőekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	i
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
SİMGE VE KISALTMALAR DİZİNİ	vi
TABLolar DİZİNİ	vii
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	2
1.2. Araştırmanın Amacı	2
1.3. Araştırmanın Hipotezleri	2
1.4. Araştırmanın Önemi	3
1.5. Sayıtlılar	3
1.6. Sınırlılıklar	4
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1. Zaman	5
2.1.1. Serbest Zaman	6
2.1.2. Boş Zaman Kavramı	7
2.1.2.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları	9
2.1.2.2. Boş Zamanın Değerlendirilmesi	10
2.2. Rekreasyon Kavramı	11
2.2.1. Rekreasyonun Özellikleri	12
2.2.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması	13
2.2.3. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Temelleri	15
2.2.4. Rekreasyonun Etkinlik Alanları	18
2.2.5. Rekreasyonun Yararları	19
2.3. Tutum Kavramı	21
2.3.1. Tutumun Özellikleri	22
2.3.2. Tutumun Kaynağı	23
2.3.3. Tutumun Öğeleri	23
2.3.4. Tutum ve Boş Zaman	24
2.4. Üniversite Öğrencileri ve Boş Zaman	24

3. GEREÇ VE YÖNTEM	28
3.1. Araştırma Modeli	28
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	28
3.3. Veri Toplama Araçları	28
3.3.1. Demografik Bilgi Formu	28
3.3.2. Boş Zaman Tutum Ölçeği	29
3.4. Verilerin Toplanması	29
3.5. Verilerin Analizi	30
4. BULGULAR	31
4.1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Analiz Sonuçları	31
Tablo: 4.1.	
Araştırmaya katılan bireylerin sosyo-demografik değişkenlere ilişkin analiz sonuçları.	31
4.2. Güvenirlik Analizi	32
Tablo: 4.2. Ölçekler ve alt boyutları geçerlilik ve güvenilirlik analizi sonuçları	33
4.3. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Cinsiyet” Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	33
Tablo: 4.3. Boş zaman tutum ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre mann whitney	33
4.4. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Yaş” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	33
Tablo: 4.4.	34
4.5. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Spor Branşı” Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	34
Tablo: 4.5. Boş zaman tutum ölçeğinin spor branşı değişkenine göre mann	34
4.6. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Yaşanılan Yer” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	35
Tablo: 4.6. Boş zaman tutum ölçeğinin yaşanılan yer değişkenine göre	35
4.7. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Sınıf” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	36
Tablo: 4.7. Boş zaman tutum ölçeğinin sınıf değişkenine göre	36

4.8. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Bölüm” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	36
Tablo: 4.8. Boş zaman tutum ölçeğinin bölüm değişkenine göre	37
4.9. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Baba Eğitim Durumu” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	37
Tablo: 4.9. Boş zaman tutum ölçeğinin baba eğitim durumu değişkenine göre	38
4.10. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Anne Eğitim Durumu” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	38
Tablo: 4.10. Boş zaman tutum ölçeğinin anne eğitim durumu değişkenine göre	39
4.11. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Aile Gelir Durumu” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	39
Tablo: 4.11. Boş zaman tutum ölçeğinin aile gelir durumu değişkenine göre	40
5. TARTIŞMA	41
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	47
KAYNAKLAR	49
ÖZGEÇMİŞ	57
EKLER	58
EK-1. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU	58
EK-2. BOŞ ZAMAN TUTUM ÖLÇEĞİ	59
EK-3. ETİK KURUL ONAYI	60

ÖZET

BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN BOŞ ZAMAN TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Araştırmanın amacı Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumlarını incelemek, bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılımını ve demografik bilgiler açısından farklılık olup olmadığını belirlemek ve bu sonuçlar doğrultusunda öneriler sunmaktır.

Bu araştırmanın evrenini, Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören bireyler oluşturacaktır. Araştırmamızda 436 kişiye ulaşılmış, yapılan analizler sonucunda eksik ve fazla veriler çıkarıldıktan sonra 420 kişinin anketleri incelenmiştir. Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumlarının incelenmesini amaçlayan bu araştırmada; 1982 yılında Ragheb ve Beard tarafından geliştirilmiş olan, 2010 yılında Akgül ve Gürbüz tarafından Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan “Boş Zaman Tutum Ölçeği” kullanılmıştır.

Boş zaman tutumları incelenen bireylerin demografik özelliklerini belirlemek amacı ile araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Kişisel bilgileri içeren demografik bilgi formu katılımcıların; sınıflarını, yaşlarını, cinsiyetlerini, bölümlerini, yaşadıkları yeri, anne ve baba eğitim durumlarını, branşlarını ve aile gelir durumlarını içeren sorulardan oluşmaktadır. Boş Zaman Tutum Ölçeği, eşit dağılımlı (12'şer maddelik) 3 alt boyuttan (bilişsel, duyuşsal ve davranışsal) ve toplamda 36 madde içermektedir.

Boş zaman tutum ölçeğinin Kruskal Wallis test sonuçlarında; cinsiyet değişkenine göre davranışsal, yaşanılan yer değişkenine göre duyuşsal ve davranışsal, spor branşı, yaşanılan yer, sınıf, bölüm, baba-anne, eğitim durumu ve aile gelir durumu duyuşsal, bilişsel ve davranışsal alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Boş zaman, spor bilimleri, tutum.

ABSTRACT

INVESTIGATION OF LEAVING TIME ATTITUDES OF BALIKESIR UNIVERSITY FACULTY OF SPORTS SCIENCES STUDENTS

The aim of the research is to exam in athleisure time attitudes of Balikesir University Faculty of Sport Sciences students, to determine the participation of individuals in leisure activities and whether there is a difference in terms of demographic information and the offer suggestions in line with these results.

The universe of this research will be individuals studying at Balikesir University Faculty of Sport Sciences. In our research, 436 people were reached, after the deficient and excess data were removed as a result of the analysis, the questionnaires of 420 people were examined. In this research, which aims to examine the leisure time attitudes of Balikesir University Faculty of Sport Sciences students; The Leisure Attitude Scale, which was developed by Ragheb and Beard in 1982 and whose Turkish validity and reliability studies were conducted by Akgül and Gürbüz in 2010, was used.

The personal information form created by the researcher was used to determine the demographic characteristics of the individuals whose leisure attitudes were examined. Demographic information form containing personal information of the participants; It consists of questions including their classes, ages, genders, departments, place of residence, educational levels of parents, branches and family income. The Leisure Attitude Scale consists of three equally distributed (12-item) sub-dimensions (1) cognitive (2) affective and (3) behavioral, and a total of 36 items.

In the research findings, it was determined that athleisure time attitudes of the individuals studying at the faculty of sports sciences caused a significant difference according to different variables. Significant $p > 0.05$ differences were found in the sub-dimensions of Gender, Age and Sports Branch variables. It was determined that there were $p < 0.05$ significant differences in the sub-dimensions of income status, parental education level, department variables, class variable and place of residence

Keywords: Spare time, Sports Science, Attitude

SİMGE VE KISALTMALAR DİZİNİ

BZTÖ: Boş Zaman Tutum Ölçeği

KMO: Kaiser Meyer Olkin

TABLolar DİZİNİ

Tablo: 4.1. Araştırmaya katılan bireylerin sosyo-demografik değişkenlere ilişkin analiz sonuçları	31
Tablo: 4.2. Ölçekler ve alt boyutları geçerlilik ve güvenirlilik analizi sonuçları	32
Tablo: 4.3. Boş zaman tutum ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre mann whitney u testi sonuçları.	33
Tablo: 4.4. Boş zaman tutum ölçeğinin yaş değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları	34
Tablo: 4.5. Boş zaman tutum ölçeğinin spor branşı değişkenine göre mann whitney u testi sonuçları.	34
Tablo: 4.6. Boş zaman tutum ölçeğinin yaşanılan yer değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.	35
Tablo: 4.7. Boş zaman tutum ölçeğinin sınıf değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.	36
Tablo: 4.8. Boş zaman tutum ölçeğinin bölüm değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.	37
Tablo: 4.9. Boş zaman tutum ölçeğinin baba eğitim durumu değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.	37
Tablo: 4.10. Boş zaman tutum ölçeğinin anne eğitim durumu değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.	38
Tablo: 4.11. Boş zaman tutum ölçeğinin aile gelir durumu değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.	39

1. GİRİŞ

Boş zaman etkinlikleri, insanların çalışma saatlerinden ve fizyolojik ihtiyaçlardan arta kalan zamanlarında aktif olmak için seçtikleri faaliyetler ve sosyal, zihinsel ve fiziksel unsurları içeren geniş kapsamlı bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Broadhurst, 2001). Bu etkinlikler, grup veya bireysel olarak, tamamen kendi isteğiyle katılımdan kaynaklanan herhangi bir etkinlik türünü içererek, toplumsal, fiziksel ve duygusal davranışları kazanmayı hedefleyen bir dizi faaliyeti kapsar. Bu kavram, bireyin kişisel gelişimi, tatmini, memnuniyeti ve iyi hissetme üzerinde odaklanan bir duyguya doğru evrim geçirir (Kılbaş, 2010).

Boş zaman, bireylerin hayatlarını sürdürebilmek adına çalışma süreleri dışında, kendi isteğiyle dinlenmek, eğlenmek ve kendini yenilemek için aktivitelere yönelmeleri amacıyla ayrılan bir zaman dilimi olarak ifade edilmektedir (Torkildsen, 2005).

İnsanların tarih boyunca çalışma süreleri onları dönüştürürken, çalışma dışında kalan zaman ise insanların kendileri için farklı şeyler yapabilme, kendi potansiyellerini gerçekleştirme imkanı sunmuştur. Bu nedenle, bireyler tarih boyunca çalışma sürelerine özen gösterirken, çalışma dışı serbest zamanlarında da üzerinde durmuşlardır. İnsanoğlu, tarihten bugüne kadar çalışma dışı zamanın, yani serbest zamanın kullanımıyla rekreasyon kavramını ortaya çıkarmış ve bu kavramı zamanla çeşitlendirmiştir (Soyer, 1997).

Ekonomik ilerlemeler, insanlara boş zaman imkanı sunmuştur; ancak boş zaman, iş hayatıyla bir anlam kazanmaktadır. Sanayi devrimiyle ortaya çıkan ve giderek daha fazla önem kazanan boş zaman kavramı, bugünün sanayi toplumunun özelliklerini açığa çıkarmaktadır ve toplumların geleceğini şekillendirecektir (İlban ve Özcan, 2005).

Boş zaman, farklı faktörlerden dolayı nüfus içinde eşit şekilde dağılmamaktadır. Yaş kategorileri, çocuk sayısı, gelir durumu ve çalışan ile çalışmayan nüfus arasında boş vakit kullanımı konusunda farklılıklar bulunmaktadır. Örneğin, okul çağındaki gençler çalışan nüfusa göre daha fazla boş zaman sahibidir. Ayrıca, evli olanlar ile evli olmayanlar arasında da boş zamanın kullanımı konusunda farklılıklar görülmektedir (Mersinli, 2009).

1.1. Problem Durumu

Boş zamanlarda yapılan eğlenceli aktiviteler, insanlara monoton ve yorucu hayatlarından kısa bir süreliğine kaçış imkanı sağlayarak keyifli ve tatmin edici deneyimler yaşatır. Bu deneyimler, insanların kişisel gelişimlerine katkıda bulunur ve günlük hayatın stresinden uzaklaşarak yenilenmelerine yardımcı olur. Bulduğumuz dönemde boş zamanlarda yapılan faaliyetlerin bireyleri nasıl etkilediği ve bireyler arasında farklılık ortaya koyup koymadığını belirlemek bu çalışmanın önemini belirlemektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Günümüzde insanların genellikle sıkıcı ve monoton bir yaşam sürdüğü kentlerde, stresli çalışma ortamlarında ve teknolojinin sürekli baskısı altında olmaları, rekreasyonun önemini daha da artırmıştır. Yenilenme ve zindelik için gereklidir. Rekreasyon, çağdaş hayatın zorluklarını hafifletmek, mutluluk ve tatmin duygusu yaratan bir kavram olarak kabul edilir (Mattingly, 2003). Buradan yola çıkarak “Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Tutumlarının İncelenmesi” isimli bu çalışma bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılımını ve demografik bilgiler açısından farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla araştırılmıştır.

1.3. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmamızın genel amacı kapsamında aşağıdaki problemlere cevap aranmıştır.

H₁: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumları, cinsiyete göre fark var mıdır?

H₂: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumları, yaşa göre fark var mıdır?

H₃: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumları, spor branşına göre fark var mıdır?

H₄: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumları, sınıflara göre fark var mıdır?

H₅: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumları, bölümlere göre fark var mıdır?

H₆: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumları, baba eğitim durumuna göre fark var mıdır?

H₇: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumları, anne eğitim durumuna göre fark var mıdır?

H₈: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumları, aile aylık gelir durumuna göre fark var mıdır?

1.4. Araştırmanın Önemi

Günümüzde teknolojinin gelişimi ile birlikte insanların boş zamanları daha da çoğalmış olsa da bu zamanı doğru bir şekilde değerlendirebilmek, zamanın kendisinden daha da değerli olduğu bir gerçektir.

Boş zaman, modern hayatın bir sonucu olarak artan iş verimliliği ve teknolojik gelişmelerle birlikte daha da önem kazanmaktadır. Çalışma saatlerinin azalması ve ömrün uzaması ile insanların boş zamanlarını daha verimli kullanması, sağlık, mutluluk ve kişisel gelişim açısından büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda, rekreasyon etkinlikleri, boş zamanı değerlendirme ve kaliteli zaman geçirme açısından önemli bir rol oynamaktadır (Taydaş, 2019).

1.5. Sayıtlar

Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylerin, araştırma kapsamında boş zaman tutum ölçeğine içtenlikle ve dürüst bir şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.6. Sınırlılıklar

Bu araştırma, belirlenen araştırma grubu, kullanılan ölçekler, Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 420 birey ile sınırlandırılmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Zaman

Zaman, hayatımızda en temel ve kritik unsurdur ve onu doğru bir şekilde kullanabilmek için belirli dinamikleri göz önünde bulundurmaya gereksinim vardır. Zamanı etkili bir şekilde yönetmek için gereksinimlerimiz, eğlencemiz ve dinlenmemiz arasında doğru bir denge oluşturulmalıdır, çünkü bu denge, başarılı olmak için gereken temel nedenlerden biridir. Aynı zamanda, zamanı doğru bir şekilde kullanmak, verimli ve faydalı hale getirmek de önemlidir (Canan, 1997).

Zaman, başı ve sonu olmayan, olayların birbiri ardına gelişini görerek kişinin zihninde oluşan ve olayların gelecekte de devam edeceği düşünülen soyut bir kavramdır. Zaman, her meslekte insanı zorlayan evrensel bir kaynaktır (Sucu, 1996).

Zaman, bireyin olaylar dizisini görerek oluşturduğu, olayların bundan sonra da devam edeceğini sandığı, başlangıcı ve sonu olmayan soyut bir kavramdır (Ağduman, 2014). Çağımızda zaman kısıtlılığı hemen hemen tüm insanların ortak sorunudur. Özellikle profesyonel çalışma hayatında insanlar kısıtlı zamanda çok iş yapmak durumunda kalmaktadır. Belli bir süre sonra yapılması gereken işlerin henüz tamamlanmamış olması, insanları zamanlarını yeniden düşünmeye itiyor. Bu nedenle zaman yönetimi, günümüzde en önemli kişisel gelişim konularından biri olmaya devam ediyor (Özdemir ve ark., 2015).

Al Khatib (2014) zamanı, her bireyin aynı düzeyde sahip olduğu ancak farklı nedenlerle eşit şekilde yararlanamadığı bir kaynak biçiminde tanımlamaktadır.

Zamanı etkin kullanmanın bireylerin yaşamlarına sayısız katkıları olduğu söylenebilir. Bunlardan ilki mutlu ve başarılı olmaktır. Yani birey gün içinde yapacaklarını düzenli olarak listelerse ve zamanını etkin yönetirse hem akademik hem de sosyal açıdan başarılı olabilir (Eranıl, 2018).

2.1.1. Serbest Zaman

Serbest zaman kavramı, ilk topluluklardan günümüze kadar evrim geçirmiştir ve insanlar, yorgunluk ve sıkıntılarından uzaklaşmak amacıyla zamanlarını değerlendirmişlerdir. İnançları, yaşam tarzları ve kültürleri doğrultusunda serbest zamanlarını farklı şekillerde kullanarak, bu kavram zaman içinde değişim ve dönüşümler geçirmiştir (Ağaoğlu, 2005). Serbest zaman kavramı, fiziksel çalışmanın tam tersi olarak kabul edilmiş ve Antikçağ ve Orta çağ dönemlerinde, kişinin kendini gerçekleştirebileceği bir özgürlük alanı olarak ve kutsal bilgiye ulaşmanın bir imkânı olarak değerli görülmüştür. Bu dönemlerde, bedensel çalışmaların aksine, serbest zaman yüce amaçlara ulaştıran bir "çalışma alanı" olarak kabul edilmiş, felsefe yapmak veya dini ritüelleri yerine getirmek gibi yüksek amaçları gerçekleştirmek için kullanılmıştır. Serbest zaman kavramının şekillenmesi, tarihsel şartlara bağlı olarak değişiklik göstermiştir (Bahadır, 2016).

Serbest zaman, bireysel ve toplumsal gelişim ile yaşam kalitesi gibi konuları içeren evrensel bir kavramdır ve insan yaşamının her döneminde var olmuştur. Günümüzde ise serbest zaman alanında da modern çağın getirdiği çarpıcı değişimler ve geniş bir etkinlik yelpazesi gözlemlenmektedir. Bu nedenle, doğru tercihler yaparak bu çeşitlilik içinde kendimize uygun serbest zaman etkinlikleri seçmek gereklidir. Günümüzde ise geçmişe göre herkesin daha fazla serbest zamanı olduğu görülmektedir (Arslan, 2011).

Birçok farklı neden ve beklentiyle hareket eden insanlar, serbest zamanlarını değerlendirmek için açık veya kapalı alanlarda, pasif ya da aktif olarak, kırsal veya kentsel alanlarda gerçekleştirilebilecek serbest zaman etkinliklerine katılmayı tercih etmektedirler (Lapa, 2012).

Bugünün yüzyılında, bilimsel ve teknolojik gelişmelerin hızı artmakta, hayatımızı kolaylaştıracak pek çok yenilik keşfedilmekte ve kişilerin çalışma saatlerinin azalması sonucu serbest zamanlar artmaktadır (Tolukan, 2010).

Günlük hayatımızda, çalışma ve diğer rutin etkinliklerimizin sıkıcılığı, serbest zaman etkinliklerinin yaşamımızda önemli bir yer tutmasına ve yenilenme aracı olarak kullanılmasına neden olmuştur. Bu nedenle, birçok sektör serbest zaman etkinlikleri için

hizmetler sunarak, insanların bu zamanlarını bilinçli bir şekilde değerlendirmelerine yardımcı olmaktadır. Serbest zamanın bilinçli ve pozitif kullanımı, ekonomik verimliliği artırırken aynı zamanda ruhen sağlıklı bir yaşam için de katkıda bulunmaktadır. Yapılan araştırmalar, serbest zamanın doğru kullanımının kendini gerçekleştiren bir etkisi olduğunu ve ruhen sağlıklı bireylerin gelişimine olumlu katkı sağladığını göstermektedir (Balcı, 2002).

Şehir hayatının yoğunluğu ve stresi, serbest zaman etkinliklerinin sağladığı rahatlama ve canlılık kazanma fırsatlarını daha da değerli hale getirmektedir. Serbest zaman etkinlikleri, sadece fiziksel sağlık değil aynı zamanda zihinsel sağlığı da olumlu yönde etkilemektedir. Zihinsel sağlığın korunması ve geliştirilmesi için, düzenli olarak boş zaman etkinliklerine zaman ayırmak önemlidir. Bu etkinlikler, insanların kendilerini daha mutlu ve tatmin edilmiş hissetmelerine yardımcı olur ve hayat kalitesini artırır (Altunbay, 2020).

Serbest zaman etkinlikleri, bireylerin zihinsel ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayarak kişisel gelişimlerine katkıda bulunur. Bireylerin kendi ilgi alanları doğrultusunda tercih ettiği aktiviteler, stresle başa çıkmalarına yardımcı olurken aynı zamanda yeni deneyimler edinmelerine, becerilerini geliştirmelerine ve kendilerini keşfetmelerine imkan tanır. Serbest zaman etkinlikleri, bireylerin kendilerini ifade etme, sosyal bağlarını güçlendirme ve yeni arkadaşlıklar edinme gibi sosyal faydalar da sağlar. Tüm bunlar sonucunda, bireyler daha özgüvenli, üretken ve sorun çözme becerileri gelişmiş bireyler olarak hayata devam ederler (Özer, 2014).

2.1.2. Boş Zaman Kavramı

Boş zaman, bir kişinin özgür iradesiyle seçtiği ve yapmak istediği faaliyetler için ayırdığı zaman dilimi olarak tanımlanabilir. Bu zaman dilimi, iş, okul veya diğer zorunlu etkinliklerden bağımsız olarak tercihe bağlı olarak değerlendirilebilir ve kişisel bakım, eğlence, hobiler veya diğer ilgi alanları için kullanılabilir (Amerikan Mesleki Terapi Derneği, 2014).

Durol'un (2017) açıklamasına göre, boş zaman kavramı, kişinin zorunlu olarak yapması gereken eylemlerden uzaklaşarak özgürce davranabileceği bir süreyi ifade

etmektedir. İnsanların sosyal hayatlarını sürdürebilmek için zorunlu olarak yapmak zorunda oldukları fiziksel ve zihinsel yıpranmaya sebep olan eylemlerden boş zaman aracılığıyla uzaklaşabileceklerini belirtmektedirler (Aytaç, 2004).

Boş zaman, çalışma saatleri ile doğrudan ilişkili olduğundan, çalışma süreleri ne kadar uzun olursa boş zaman da o kadar azalmaktadır. Ancak, sanayileşme ile birlikte otomatikleşen işler, insanların daha az çalışmasına neden olmuştur. Bu gelişmelerin yanı sıra, yaşam koşullarındaki iyileşme ve sağlık hizmetlerindeki gelişmeler sayesinde, insan ömrü de uzamıştır. Dolayısıyla, artan boş zaman imkanları sayesinde insanlar daha fazla boş zaman etkinliklerine katılma fırsatı bulmuştur (Demir, 2006).

Boş zaman, kişinin iş veya diğer zorunlu faaliyetler dışında kendine ayırdığı ve isteği doğrultusunda kullanabileceği zamandır. Bu süre zarfında çeşitli etkinliklerle değerlendirilen zaman ise rekreasyon olarak adlandırılır. Günümüzde rekreasyonun yaygınlaşması, toplumsal beklentilerin ve iş alanlarının da değişim göstermesine neden olmaktadır (Karaküçük, 2005).

Boş zaman, insanların temel ihtiyaçlarını karşılamak için harcamak zorunda olmadıkları zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır. Ancak, boş zaman kavramı yalnızca iş odaklı bir bakış açısıyla ele alınmamalıdır, çünkü bu, kavramın tüm yönlerini kapsamayabilir. Bu nedenle, boş zaman "artık zaman", "serbest zaman" veya "çalışma dışı zaman" gibi çeşitli terimlerle ifade edilerek daha kapsamlı bir tanım sağlanabilir. Bu terimler, insanların boş zamanlarını yalnızca iş yapmamakla sınırlamayan daha geniş bir anlayışı yansıtmaktadır (Haworth, 2005).

Boş zaman aktiviteleri, insanların hem ruhsal hem de fiziksel açıdan rahatlama sağlayarak, stresli ve yorucu çalışma hayatından uzaklaşmalarına yardımcı olur. Bu aktiviteler, insanların hayatlarının zorlu koşullarından kurtulmalarını sağlayarak olumsuz etkileri azaltır ve geleceğe daha umutlu bir şekilde bakmalarına olanak tanır. Geçmişte yaşanan olumsuz olayların insanlar üzerindeki etkisinden kurtulmak zor olabilir, ancak boş zaman aktiviteleri sayesinde insanlar kendilerini rahatlatarak olumlu düşünceler edinebilirler (Caldwell, 2015).

2.1.2.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları

Çalışma hayatındaki yoğun tempodan dolayı bedensel ve zihinsel olarak yorgun düşen çalışanlar için dinlenme fonksiyonu, yenilenme ve kendini geliştirme amacını da taşımaktadır. Günümüzde dinlenme sadece fiziksel olarak dinlenmekle kalmayıp aynı zamanda kişisel gelişim ve stresle baş etme yöntemlerini öğrenmek için de bir fırsat sunmaktadır. Bu nedenle çalışanların düzenli olarak dinlenme ve boş zaman aktivitelerine katılması, verimliliklerini arttırmakta ve iş stresiyle baş etmelerine yardımcı olmaktadır (Karaküçük, 2008). İş hayatında, bedensel ve zihinsel yorgunluğun atılması için özellikle boş zaman aktivitelerine ihtiyaç duyulmaktadır. İşten kalan zamanlarda, dinlenme ve kendini yenileme amacıyla, fiziksel aktivitelerin yanı sıra zihinsel aktiviteler de tercih edilmektedir. Boş zaman aktiviteleri, insanların hayatlarına renk katarak, yeni ilgi alanları keşfetmelerine ve kendilerini geliştirmelerine de yardımcı olmaktadır (Kropoktin, 1997).

Zaman zaman hayatın monotonluğundan veya stresli durumlardan kurtulmak için insanlar eğlenme fonksiyonuna ihtiyaç duyarlar. Eğlenme fonksiyonu, aktiviteler aracılığıyla insanların sıkıntılarından kurtulmasını ve keyifli bir zaman geçirmesini sağlar. Rekabet içeren aktiviteler bile kişinin elde edeceği mutluluğu geçemez. Bu fonksiyon, kişilerin günlük hayatın rutin işlerinden uzaklaşmasını da sağlar (İskender, 2017). Boş zaman aktivitelerine katılımın artmasıyla birlikte, insanların sosyal statüsü ve başarıları da bu aktivitelerle ölçülmeye başlamıştır. Bu durum, eğlence ihtiyacının hayatımızdaki önemini arttırmaktadır (Püsküllüoğlu, 2005).

Gelişim fonksiyonu, insanların kişisel ve mesleki gelişimlerini destekleyen bir aktivite olarak tanımlanabilir. Boş zaman, kişilerin iş hayatlarında da gelişimlerini sağlamak için önemli bir fırsat sunar. Özellikle çalışanlar, boş zamanlarında yeni bilgiler öğrenerek kendilerini geliştirebilirler. Bunun yanı sıra, günlük hayatlarında daha ileri düzeyde olmak isteyen çalışanlar için boş zaman, kendilerini geliştirmek için önemli bir araçtır (Karaküçük, 2008). Bireylerin boş zamanlarını verimli bir şekilde geçirmeleri, hem kişisel gelişimleri hem de genel mutluluk düzeyleri açısından son derece önemlidir. Boş zamanlar, bireylerin kendi istekleri ve ilgi alanları doğrultusunda eğlenme, dinlenme ve kendilerini geliştirme fırsatı sunar. Bu nedenle, her bireyin kendi boş zamanını değerlendirme tarzı kişisel tercihlerine göre farklılık gösterir (Bozdağ, 2019).

2.1.2.2. Boş Zamanın Değerlendirilmesi

Günümüzde, iş hayatının yoğunluğu ve stresi insanları boş zaman aktivitelerine yönlendirmekte ve bu aktiviteler yaşamın önemli bir parçası haline gelmiştir. Boş zaman, kişilere yenilenme, arınma, dinlenme ve yeniden toparlanma fırsatları sunarak, zihinsel ve fiziksel sağlık için önemli bir role sahiptir (Tel ve Köksalan, 2008).

Boş zaman, insanların günlük işlerini ve gereksinimlerini yerine getirdikten sonra arta kalan süredir. Bu zaman, bireylerin hiçbir şey yapmayacağı anlamına gelmez. Bu kalan zaman, tam da boş ve serbest zamanın ayırt edici özelliğiyle ortaya çıkar. Ancak bazı araştırmacılara göre, "boş" kelimesi zaman kavramıyla ilgili insanlarda değersizlik algısı oluşturabilir. Bu nedenle, "serbest" kelimesi kullanıldığında, zaman kavramının değeri artar ve kişinin işten arta kalan, özgür ve sınırsız bir süreyi temsil eder (Gökçe, 2020).

Rekreasyonel aktivitelere katılmak, insanların birçok fayda elde etmesine yardımcı olur. Bu faydalar arasında grup içindeki dinamikleri anlama, liderlik becerilerini geliştirme, kendine güveni artırma, risk yönetimi yapabilme, sorumluluk alma ve başkalarına destek olma gibi kişisel gelişim becerileri, sağlıklı ve enerjik hissetme, rahatlama ve yenilenme duyguları, yeni insanlarla tanışma ve öğrenme fırsatları, çevre bilinci ve topluluk bağlarına katkıda bulunma gibi faydalar yer alır (Yerlisu ve ark., 2010).

Sağlıklı bir yaşam sürdürmek için hareket etmek önemlidir, düzenli egzersiz yapmak kalp-damar sistemi sağlığı, vücut ağırlığının kontrolü, kas ve kemik gücü, ruh sağlığı ve genel sağlığın korunmasında etkili bir yöntemdir. Araştırmalar egzersizin kanser, diyabet ve zihinsel hastalıkların önlenmesinde de yardımcı olduğunu göstermektedir. Sağlığı korumak için fiziksel aktivite düzenli olarak yapılmalıdır ve bu konuda bilimsel kanıtlar mevcuttur (Zülal, 2002).

Boş zamanların doğru kullanımı, insan psikolojisi için pek çok fayda sağlar. Bireyler, boş zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirerek kişiliklerinin oluşmasına ve gelişmesine katkıda bulunurlar. Boş zaman etkinlikleri, kişiler arasındaki saygı, hoşgörü ve anlayış gibi olumlu davranışların gelişmesine yardımcı olur. Ayrıca, bu etkinlikler yoluyla bireylerin agresif davranışları azalır ve cinsel stresleri azaltılır. Boş zaman etkinlikleri, insanların yalnızlık hissini azaltarak, sosyal bağlarını güçlendirme ve toplumsal birimlerin

bir parçası olma fırsatı sunar. Bu etkinliklere katılmak, bireylerin dışa dönük kişilik özelliklerinin gelişmesine de yardımcı olur (Gedik, 1985).

Sosyalleşme, bireylerin aileleri ve arkadaş grupları ile birlikte yaptıkları faaliyetlerle artar. Bu tür faaliyetler, bireylerin sosyal ihtiyaçlarını karşılamalarına yardımcı olur ve kişinin kendini daha iyi tanımasına olanak tanır. Boş zaman aktivitelerine katılan bireyler, yeni kimlikler geliştirerek, sosyal statülerini yükseltirler (Cordes ve İbrahim, 1991).

2.2. Rekreasyon Kavramı

Rekreasyon, insanların çalışma hayatından veya günlük streslerden uzaklaşarak beden ve ruh sağlıklarını yenilemek, keyifli vakit geçirmek ve kişisel gelişimlerini desteklemek için tercih ettiği bağımsız ve özgür zaman aktiviteleridir. Bu etkinlikler genellikle bireysel veya gruplar halinde tercih edilir ve kişinin kendi iradesiyle ve isteğiyle gerçekleştirilir, zorunlu olmayan ve isteğe bağlıdır (Karaküçük, 2001).

Rekreasyon, kişinin zevk aldığı ve bedensel, zihinsel ve duygusal olarak yenilenmesine olanak tanıyan, aynı zamanda kültürel, sosyal ve ekonomik fırsatlar sunan, kişisel gelişim ve memnuniyetin sağlandığı boş zaman aktivitelerinin tamamıdır. Bu aktiviteler, insanların bilişsel, fiziksel ve sosyal becerilerini geliştirmelerine ve duygusal refahlarını artırmalarına yardımcı olur (Sevil, 2012).

Rekreasyon, kişilerin genellikle kendi istekleriyle seçtikleri veya faydalı kişisel ve toplumsal değerleri elde edebilecekleri bir faaliyet ya da deneyimdir. Bu faaliyetler boş zamanlarda gerçekleştirilir ve işle ilgili değildir, örneğin bir iş tanıtımı gibi. Rekreasyon genellikle keyiflidir ve toplum hizmeti olarak düzenlendiğinde, bireysel katılımcıların yanı sıra grup ve toplumun ortak ve sosyal olarak yararlı hedeflerine yöneliktir (Kraus, 1966).

Hacıoğlu'nun (2009) tanımına göre, rekreasyon bireylerin serbest zamanlarında hayatın zorlu akışından bir mola vermek, keyifli zaman geçirebilecekleri yerlere gitmek ve kendilerini mutlu edecek deneyimler yaşamak için iç veya dış mekanda, grup halinde ya da bireysel olarak yaptıkları aktiviteleri kapsar.

Serbest zamanın, bireylerin bedensel ve sosyal hayatlarının değerlendirilmesi için bir fırsat olduğu düşünülür. İnsanlar, serbest zamanlarında tercih ettikleri aktivitelerden keyif alarak, fiziksel ve psikolojik açıdan kendilerini iyi hissederler ve bu durum rekreasyon etkinliklerinin temelini oluşturur. Bu etkinlikler sayesinde bireylerin hayat kaliteleri artar ve stresle mücadele etmek, sağlıklı kalmak ve kendilerine zaman ayırmak için bir fırsat elde ederler (Hacıoğlu, 2009).

Rekreasyon etkinlikleri, insanların boş zamanlarında tercih ettikleri her türlü aktiviteyi kapsar. Bu aktiviteler arasında spor, seyahat, sosyal etkinlikler ve üretici faaliyetler bulunur. Rekreasyon kavramı eğlence kavramıyla karıştırılmamalıdır. Eğlence kavramı, insanların ağır iş yükünden, rutin yaşam tarzından ve zorunlu ihtiyaçlardan kurtulup, kendilerini fiziksel ve zihinsel açıdan yeniden kazanmak için ayırdıkları zamanı ifade eder. Bu etkinlikler kişisel memnuniyet sağlar ve insanların bağımsız ve özgür zamanlarında gönüllü olarak gerçekleştirilir. Eğlence, insanların sınırlı bir yaşam süresi içinde doyum sağlamalarını ve kendilerini iyi hissetmelerini sağlayan faaliyetlerdir (Yetim, 2014).

2.2.1. Rekreasyonun Özellikleri

Rekreasyon aktiviteleri, her bireyin farklı ihtiyaçları, arzuları, hedefleri, konumu ve kültürüne göre değişkenlik gösterir, bu nedenle ortak bir tanım yapmak zordur. Ancak, rekreasyon alanında uzmanlar, literatürde temel özelliklerin hemen hemen aynı olduğu konusunda aynı fikirde görünmektedir. Bu temel özellikler arasında; boş zaman faaliyetleri olması, isteğe bağlı olması, bireyin kendini geliştirmesine veya zevk almasına olanak sağlaması, toplumsal faydaya katkı sağlaması, bedensel ve zihinsel sağlığı koruması gibi faktörler yer almaktadır (Demirdağ, 2019).

Rekreasyon etkinlikleri, kişilerin kendilerini iyi hissetme, stres atma, keyifli vakit geçirme gibi ortak hedefler doğrultusunda bir araya gelmelerini sağlar. Bu nedenle rekreasyon, farklı aktivitelerin içerisinde yer alan insanların paylaştığı ortak deneyimlerle karakterize edilir. Bu ortak paydalar, rekreasyonun temel özellikleri arasında yer alır. Bunlar (Erken, 2008)' e göre

- Rekreasyon aktiviteleri, farklı iklim şartlarına uygun olarak yapılabilen geniş bir yelpazede sunulmaktadır.
- Rekreasyon etkinliklerine katılmak, bireylerin kendi özgür iradeleri ile gerçekleştirdikleri bir seçimdir ve her birey kendine özgü aktiviteler arasından kendine en uygun olanı seçerek tercih yapar.
- Etkinlikler bireylerin özgür iradeleriyle katılabilecekleri etkinliklerdir ve yaş ve cinsiyet farkı gözetmeksizin herkesin katılımına uygun olmalıdır. Rekreasyon etkinlikleri, tüm bireylerin faydalanabileceği ve katkıda bulunabileceği bir ortam sağlar.
- Farklı etkinliklere ilgi göstermek ve bu etkinliklerden farklı deneyimler edinmek, kişinin rekreasyonel deneyimini çeşitlendirerek zenginleştirebilir.
- Birçok kültür, toplumlarının değerleri ve geçmişleriyle uyumlu olarak benimsedikleri farklı etkinlikleri barındırır. Bu etkinlikler, toplumun gelenek ve görenekleri ile sıkı bir şekilde bağlantılıdır.
- Rekreasyon etkinlikleri, bireylere sadece keyif ve mutluluk değil aynı zamanda stres atma, yenilenme, enerji kazanma, üretkenliği artırma, öz güveni artırma, sosyal becerileri geliştirme gibi birçok fayda sağlayabilir.
- Rekreasyon etkinlikleri bazen maddi bir yük getirebilir ve sosyal aktivitelere katılım için harcama yapmak gerekebilir.

2.2.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyonun sınıflandırılması birçok ölçüt ve amaçlar doğrultusunda yapılabilmektedir. İnsanların rekreatif etkinliklere katılma istekleri, belirli bir rekreasyon türünün oluşmasına sebep olmaktadır. Farklı kişilerin farklı istek ve amaçlarına yönelik birçok rekreatif etkinlik mevcut olduğundan, belli bir kategorizasyon yapmak zor olabilmektedir (Akbulut, 2020).

Rekreasyonun sınıflandırılması, farklı kültürlerde ve ülkelerde çeşitli ölçütler ve fonksiyonlar göz önünde bulundurularak değişiklik göstermektedir. Örneğin, İngiltere'de rekreasyon yerel yönetim ve merkezlerde, kapalı ve açık alanda yapılan aktiviteler olarak sınıflandırılmaktadır. Açık alanlarda spor, oyun alanları, golf sahaları ve stadyumlar gibi aktiviteler yapılırken, kapalı alanlar ise yüzme havuzları, spor salonları ve jimnastik salonları gibi yerleri içermektedir. Kentsel ve kırsal alanlarda yapılan eğlence aktiviteleri

farklı kategorilere ayrılmaktadır. Şehirlerde rekreasyon faaliyetleri ticari potansiyel oluştururken, kırsal alanlarda insanlar genellikle kısa veya uzun boş zamanlarını değerlendirmek için turizm ve hafta sonu gezileri gibi farklı aktiviteler yapmaktadırlar (Işık, 2014).

Turizm amaçlı yapılan rekreasyon, insanların kendilerini yenilemek, huzur bulmak ve streslerinden uzaklaşmak için seyahat ettiği bir faaliyettir. Bu tür rekreasyon aktiviteleri, insanların günlük hayatın sıkıcılığından ve iş yaşamının doğurduğu olumsuz etkilerden kurtulmalarına yardımcı olur. Böylece hem zihinsel hem de fiziksel açıdan yenilenirler ve kendilerini daha iyi hissederler (Taşkıran, 2018).

Toplumsal amaçlı rekreasyon etkinlikleri, insanların bir araya gelerek sosyal etkileşimlerini arttırmak için katıldıkları etkinliklerdir. Bu tür etkinlikler konserler, tiyatrolar, festival ve spor müsabakaları gibi çeşitli etkinlikleri içermektedir. Ayrıca kültürel amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri de mevcuttur. Bu etkinlikler, geçmişte önemli bir yere sahip olan toplumları ve onların kültürel mirasını incelemek için yapılan gezileri kapsar. Bu geziler, tarihi yerleri ziyaret etmek, müzeleri gezmek ve diğer kültürel etkinliklere katılmak gibi faaliyetleri içermektedir (Demirdağ, 2019).

Rekreasyonun sportif amaçlı yapılan etkinlikleri, sporun birçok farklı dalında aktif ya da pasif olarak yer alarak gerçekleştirilebilir. Bu etkinlikler arasında futbol, voleybol, basketbol gibi takım sporları, dağcılık, doğa yürüyüşü, kamp yapma gibi doğa sporları yer alabilir. Bu etkinlikler, insanların bedensel ve zihinsel sağlıklarını korumalarına, yeni sporlar keşfetmelerine ve eğlenmelerine olanak tanır (Demirdağ, 2019).

Sanatsal amaçlı rekreasyon etkinlikleri, insanların sanatla iç içe geçerek üretkenliklerini ortaya çıkardığı ve farklı kültürleri tanıyarak kendilerini entelektüel açıdan geliştirdiği bir boş zaman aktivitesidir. Bu tür rekreasyon faaliyetleri arasında el işçiliği, resim, heykel, fotoğrafçılık, edebiyat gibi sanatsal alanları kapsayan etkinlikler yer alabilir. Ayrıca, müzik konserleri, tiyatro oyunları ve sanatsal sergiler gibi pasif katılımı gerektiren etkinlikler de sanatsal amaçlı rekreasyon faaliyetlerine örnek olarak verilebilir (Demirdağ, 2019).

2.2.3. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Temelleri

Rekreasyon ihtiyacının anlaşılabilmesi için, öncelikle "ihtiyaç" kavramının ne anlama geldiği ve insanlar arasında farklılık gösterip göstermediği konularına değinmek gerekmektedir. Genel olarak, ihtiyaç, bir eksiklik duygusu ve bu duyguyu gidermek için doğal veya toplumsal hayattan kaynaklanan bir gereksinimi ifade eder. İnsanlar, bir şeyin eksikliğini hissettiklerinde, bu eksikliğı gidermek amacıyla harekete geçerek tatmin olmak isterler. Bu tür eylemler, ihtiyaçların giderilmesi amacıyla gerçekleştirilir ve davranışların başlamasına ve devam etmesine yol açar. İhtiyaçlar, insanların düşüncelerini ve karakterlerini doğrudan etkileyen bir faktördür ve herkes için aynıdır, ancak çeşitlilik ve yoğunluk açısından farklılık gösterebilir (Kaya, 2015).

İhtiyaçlar, her insan için temelde aynı olsa da, çeşitlilik ve şiddet açısından farklılık gösterirler. Bazı bireyler için en öncelikli ihtiyaç iyi beslenmedir, diğerleri için ise eğlence daha önemlidir. Eğlence ihtiyacı da kişiden kişiye değişebilir; bazıları tiyatro veya maç gibi etkinliklerle tatmin olurken, diğerleri farklı aktivitelerle ihtiyaçlarını karşılar ya da söz konusu etkinliklerde aktif bir şekilde yer alırlar (Karaküçük, 2005).

Bireyler, günlük hayatın sıkıcılığında kaçmak ve kendilerini tazelemek için bir hedef belirleyip o doğrultuda çalışmak istediklerinde, bu yaklaşım onlarda bir rekreasyon ihtiyacı oluşturur çünkü insanlar kendi yaşamlarında çeşitlilik ve farklılık arzularlar. Rekreasyon ihtiyacı da bu çeşitlilik ve farklılıkları karşılamak için ortaya çıkan bir ihtiyaçtır (Balcı ve İlhan, 2006).

Rekreasyon programı; boş zaman felsefesi, planlama, yönetim, tesis, faaliyet ve işlevlerini içeren karmaşık bir süreçtir. Programlama, bir sanat olarak kabul edilir ve pratik bilgi ve yeteneklerle birleştirilmelidir. Rekreasyonun başarılı bir şekilde uygulanabilmesi için, yönetim ve gözlemcilerin önemi büyüktür. Günümüzde rekreasyon, giderek artan bir değer olarak görülmektedir ve üniversitelerdeki rekreasyon programları, üniversite gençliği üzerinde önemli bir rol oynamaktadır ve büyük bir öneme sahiptir (Balcı ve İlhan, 2006).

Dünyada insanların yaşadığı ortam, teknoloji ile hızlı tüketen ve yaşayan insanlara dönüşmüştür. Bu durum, insanların davranışı ve psikolojisinde bozulmalara yol açabilecek bir dizi etkeni içermektedir. İnsanların iş yüküne ek olarak stres, göç, biyolojik değişimler ve hareketsizlik gibi faktörler, psikolojik bozukluklara neden olabilecek ortamları tetikleyebilir. Aynı zamanda yaşam beklentisi, yeşil alanların varlığı, nüfus artışı, ekonomik gelişmeler ve endüstrinin ilerlemesiyle birlikte makine kullanımının artması ve insan gücü tüketiminin azalması gibi faktörler de bu durumu etkileyen unsurlardır. Tüm bu gözlemler, boş zamanı değerlendirme ve dinlenme ihtiyacını karşılamak için seyahat kolaylığı gibi çözümlere yönelik talebi artırmaktadır (Akcan, 2010).

Rekreasyon ihtiyacı, kişisel ve toplumsal açıdan sağladığı faydaların kaynaklandığı rekreasyon etkinliklerine dayanmaktadır. Bu faydalar farklı kategorilere ayrılabilir (Tezcan, 1993):

- Fiziki Sağlık Gelişimine Katkıda Bulunur: Rekreasyonel aktiviteler arasında birçok kişinin rekreasyonel gücü karşılık bulmakta olup, çeşitli ve karakteristik özellikte olan beden eğitimi ve spor aktiviteleri önemli bir yer tutmaktadır. Aktiviteler, kişinin yavaş hareketlerinden doğan yardım ve sağlıkta büyük rol oynamıştır (Zorba, 2004).
- Ruh Sağlığına Katkıda Bulunur: Bireylerin aile, okul veya iş hayatındaki zorluklar, sinir sistemlerinin bozulmasına ve dayanıklılıklarının azalmasına yol açabilir. Sonrasında yapılan rekreasyonel aktiviteler bireylerin ruh sağlığının düzelmesine yardımcı olur (Cevahircioğlu, 2007).
- İnsanı Sosyalleştirir: Çoğunlukla grup olarak yapılan faaliyetler, rekreasyon amaçlı sosyal ilişkilerin kurulmasında ve geliştirilmesinde büyük rol oynar (Cevahircioğlu, 2007).
- Kişisel Beceri ve Yetenek Gelişimine Destek Olur: İnsanlar genellikle kendi beceri ve yetenek seviyelerini fark etmezler. Ancak, bir işi isteyerek ve severek yapmak, kişinin kendini geliştirmesine olanak sağlar (Cevahircioğlu, 2007).
- Rekreasyonel etkinlikler, insanın her yaş dönemindeki becerilerinin geliştirilmesine katkı sağlar. Üreticilik, her insanın içinde mevcut olan ve çoğu insanın farkında olmadığı bir yetenektir. Üreticilik, yalnızca deneyim yoluyla gelişebilir. İnsan

emeğinin kalitesine önem veren biri, başarılı ya da başarısız olacağını düşünmeden birçok deneme yaparak rekreasyon sürecini geçirir (Cevahircioğlu, 2007).

Çalışma Başarısı ve İş Verimin Artırır: Rekreasyon, uygun aktiviteyi seçmek, iyi bir lider ebeveynin iş kazancını artırmakta ya da organize bir programa katılmak için başarıya olumlu katkı sağlamaktadır (Zorba, 2004).

- Rekreasyonel etkinlikler, ekonomik faaliyetlerin geliştirilmesine katkı sağlar. Bireyler boş zamanlarını değerlendirirken seçtikleri aktiviteler, ekonomik işlemlere dönüşebilir. Örneğin, kırsal kesimde açılan halıcılık kursları veya el sanatları eğitimleri gibi faaliyetler, ekonomik üretim sağlamaktadır. Ayrıca, cezaevlerinde mahkumlara verilen kunduracılık, tamircilik veya marangozluk gibi hizmetler de ekonomik açıdan örnek teşkil etmektedir (Cevahircioğlu, 2007).
- Rekreasyon, insanın mutluluğunu sağlama amacını taşır. İnsanlar, genel olarak mutlu olmak isterler ve mutluluğu gerçekleştirmek için sürekli çaba sarf ederler. Mutlu oldukları zaman üretken olma ihtiyacı duyarlar ve enerjilerini hem iş yaşamlarında hem de kişisel zamanlarında kullanmak istemektedirler (Zorba, 2004).
- Rekreasyon aktiviteleri, toplumsal dayanışmayı ve bütünleşmeyi destekleyerek, toplumun farklı kesimlerindeki insanların bir araya gelmesine olanak tanır. Günümüz dünyasında insanları ayıran farklılıklar, toplumun bir arada olma ve dayanışma hissini zedeleyebilir. Ancak rekreasyon faaliyetleri, farklı gruplar arasındaki çatışmaların azaltılmasına ve insanların ortak noktalarını keşfetmelerine yardımcı olarak, toplumsal uyum ve barışa katkı sağlar (Cevahircioğlu, 2007).
- Rekreasyonel etkinlikler, demokratik bir toplumun oluşumunda önemli bir rol oynar. Bu etkinlikler, insanların birbirleriyle ilişkilerini düzenlemelerine ve toplumsal kurallara uymalarına katkıda bulunur. İyi bir vatandaş olmayı öğretmek, insanların sosyal düşünce toplumunun kurallarına uymasını ve tüketicileri kontrol etmesini gerektirir. Bu özellikler, sporcuların bir voleybol veya futbol antrenmanı veya maçında hazırlanmaları gereken kurallara veya davranışlara benzer olduğu için, bireyin rekreatif etkinliklerle kazanacağı belirli kuralların içinde yaşayarak, bu kurallara uyum sağlamak ve uygulamakta zorluk çekmeme yeteneğiyle birlikte,

başkalarının haklarına saygılı olmak ve böylece medeni bir toplumun oluşumuna katkıda bulunmak amaçlanmaktadır (Karaküçük, 1999).

2.2.4. Rekreasyonun Etkinlik Alanları

Rekreasyon faaliyet alanları, boş zaman, süre, yayılma tarzı, iklim, ekonomik, mimari tarz ve toplumlara göre gruplar veya değişkenler göstermektedir (Zorlu, 1973). Toplumun sanayisinin gelişmesi uygulama ve politika açısından önemlidir. Sanayileşmiş toplumda boş zamanlarının alışkanlıkları ve anlayışları değişiklik göstermektedir. Kişilerin çevrelerindeki yaşam, hayvan türlerinin mevcut özellikleri, ailelerinin sosyoekonomik düzeyi, yerel gelenek ve görenekler, yaş, cinsiyet gibi kişilik özellikleri ve arkadaş çevresi, amaç seçiminde etkili olabilir (Akcan, 2010).

Rekreatif etkinlik alanları, Turizm Bakanlığı tarafından da 5 grupta toplanarak etkinlik listesi çıkarılmıştır.

- Deniz alanında çeşitli aktiviteler bulunmaktadır, bunlar arasında kanoculuk, yüzme, dalgıçlık, kürek, zıpkınla balıkçılık, deniz motorları, yatçılık, rüzgâr sörfü ve su kayağı yer almaktadır.
- Dağcılık ve kış sporları alanında çeşitli aktiviteler bulunmaktadır. Bunlar arasında dağcılık, kar futbolu, buz festivali, buz heykel traşçılığı, alp kayağı, buz dansı, kaya tırmanışları, kuzey disiplini kayak ve kayak sörfü yer almaktadır.
- Tabiat ve yeşil turizm alanında çeşitli aktiviteler bulunmaktadır. Bunlar arasında arıcılık, botanik, gençlik kampları, avcılık, madencilik, hayvan eğitimi, çiftçilik, nehir yolculuğu, jeoloji, ornitoloji (kuş izleme-gözetleme), balıkçılık yer almaktadır.
- Sosyal hayatın içerisinde çeşitli aktiviteler bulunmaktadır. Bunlar arasında bowling, paraşütçülük, sağlık çiftlikleri, müzik festivalleri, ralli, paten, tenis, briç, sıcak hava balonculuğu ve okçuluk yer almaktadır.

- Kültür, sanat ve el iŐleri alanında çeşitli aktiviteler bulunmaktadır. Bunlar arasında uak modelciliği, antikacılık, mücevhercilik, iek tanzimi, astroloji, astronomi, el iŐleri-nakiŐ, sinema, video, modern dans, klasik dans, müzik, satranç, makrome, kuklacılık, fotoğrafçılık ve heykelcilik yer almaktadır (Karaküçük, 2005).

Dumadezier (1990) tarafından boş zaman değerlendirme etkinlikleri beŐ farklı gruba ayrılmaktadır. Bu gruplar fiziksel, sanatsal, pratik işler, entelektüel ve toplumsal faaliyetler olarak belirlenmiştir.

- Fiziksel aktiviteler arasında spor yapma, yürüyüŐe çıkma, seyahat etme, avlanma gibi etkinlikler bulunmaktadır.
- Sanatsal aktiviteler arasında resim yapma, heykelcilik, fotoğrafçılık, sinemaya ilgi duyma, tiyatro izleme, edebiyatla ilgilenme gibi güzel sanatların çeşitli dalları yer almaktadır.
- Pratik işler kategorisine el iŐleri ve bahçecilik gibi aktiviteler dahildir. El iŐleri yapmak, örgü örmek, dikiŐ dikmek gibi el becerisi gerektiren uĐraŐlarla ilgilenmek pratik işler arasında yer alırken, bahçecilik ise bitki yetiŐtirme, bahçe düzenleme ve bitki bakımı gibi faaliyetleri içermektedir.
- Entelektüel aktiviteler arasında kitap okuma, konferanslara katılma, seminerlere katılma, yeni konular araştırma, bilgi paylaŐımı gibi faaliyetler bulunmaktadır. Kişinin zihinsel gelişimine katkıda bulunan bu etkinlikler, bilgi edinme, düŐünme becerilerini geliştirme ve farklı perspektiflerden bakabilme gibi unsurları içermektedir.
- Toplumsal aktiviteler arasında sosyal etkinliklere katılma, toplumla bağlantı kurma, arkadaŐlarla buluŐma, aile ziyaretleri, topluluk etkinliklerine katılma gibi faaliyetler yer almaktadır. Bu tür etkinlikler, sosyal ilişkileri güçlendirme, yeni insanlarla tanışma, toplumun bir parçası olma ve paylaŐımı teşvik etme gibi önemli rol oynamaktadır.

2.2.5. Rekreasyonun Yararları

Boş zaman uygun ve verimli bir şekilde kullanılabilirse, kişiye kendi başına olma, kendi iradesini, zevkini, yeteneğini, sorumluluğunu, özgürlüğünü hissetme, zamanını kullanma, iş yapma ve dolayısıyla işine göre seçim yapma fırsatı verir. Aynı zamanda boş zamanı iyi kullanmak, kişinin kendini ifade etmesine, becerilerini geliştirmesine, yeni deneyimler kazanmasına, sosyal çevresini geliştirmesine, mutlu ve sağlıklı bir yaşam sürmesine, üretkenliğini artırmasına olanak sağlar (Tutal, 2004).

Rekreasyon etkinliklerinin kişiye sağladığı faydalar şunlardır (Önal, 2007):

- İnsanların dinlenme ve eğlenme ihtiyacı: Boş zamanlarını karşılayarak hayatla bağları güçlenir ve mutlu olurlar.
- Kendini İfade Etme İhtiyacı: Kişi sağlıklı bir kişilik geliştirir. Toplumdaki ana hedeflerden biri sağlıklı bir kişiliktir.
- Keşfetme İhtiyacına Cevap Veriyor: Yeni bir roman yazmak resim yapmaya benzer.
- Macera ve Yeni Deneyimler Arkadaşlık Gereksinimleri: İnsanlarla birlikte olmak, arkadaş edinmek, sosyal ilişkiler ve iş birliği için arkadaşlıklar kurulur. Özellikle takım oyunlarında birlik olma duyguları gelişir.
- Fiziksel Güç: Boş zaman etkinlikleri, motor gelişim ve daha iyi koordinasyon için fırsatlar sağlar.
- Zihinsel Güçlerin Kullanımı: Forumlar, münazaralar, tartışma grupları, münazaralar, doğa çalışmaları, yazmak, beste yapmak, şarkı söylemek, briç oynamak teknik olduğu kadar zeka işidir.
- Hizmet Anlayışı: Grup lideri, grubun yenilikleri karşısında hizmet duygusuyla mutlu olur. Bir bahçıvanın yetiştirdiği çiçekten duyduğu memnuniyet de benzer bir sonuca yol açar.
- Dinlenme: Heyecanlı ve sıkıntılı bir günün sonunda keyifli bir dinlenme etkinliği (TV izlemek, kitap okumak, sinema, tiyatro, spor yapmak vb.) kişiyi rahatlatır. Dinlenme fiziksel, zihinsel ve ruhsal yönelim olabilir.
- Güzelliğin Tadını Çıkarmak: Rekreatif aktivite ve doğru bir rekreatif eğitim insanların güzelliklerinin tadını çıkarmayı

öğrenmelerini sağlar. Örneğin; peyzajın güzelliği, bahçeler, el sanatları, şiir gibi güzel bir mimari eserden etkilenmek.

İnsanların sahip olduğu tüm bu faydalar ve rekreasyon harcamaları, insanların sahip olduğu ruh ve sosyal sağlık açısından önemli rol oynamaktadır. İnsanların mutluluğunu sağlamak adına hayata bakış açılarını da olumlu yönde etkilemektedir.

2.3. Tutum Kavramı

Tutum, çeşitli bilim alanlarında farklı anlamlarla kullanılan bir kavramdır ve koruma kurallarını ifade eder. Bilgisayar şemaları, sosyal algılar ve bakış açıları gibi sosyal psikolojinin temel yapı taşları, farklı kuramsal yaklaşımlara sahip bilim insanları tarafından yorumlanmaya çalışılmıştır. Tutum öğrenmeyle kazanılan, insanların davranışlarına yön veren, karar verme sırasında yanlılığa sebep olan bir olgudur. Bir nesne ya da bir olaya yönelik geliştirdiğimiz tutum, şayet olumlu ise, onunla ilgili hükümlerimizin pozitif olma ihtimali; eğer tutumumuz negatipse onunla ilgili hükümlerimizin olumsuz olma olasılığı vardır. Genel manada tutum, kişinin belli bir nesneye karşı düşünce ile belirttiği önyargılı bir tepkidir (Ülgen, 1997). Tutum, kişinin yaşadığı inançlara dayanmaktadır. Tutum, durum veya bir şeyin olumsuz ve olumlu şekilde göstergesi olarak kabul görmektedir (Rıza, 1996).

Bireylerin tutumları, eyleme yönelmelerine neden olan bir niteliğe sahiptir. Tutumlar, deneyimlerin bir sonucu olarak zamanla oluşur ve davranışları yönlendiren genelleştirilmiş değerlere dönüşebilir. Tutumlar, iletişim halinde birbirleriyle etkileşime girerek grupları birleştirir ve değiştirir, daha genel bir yapı oluşturur. Bu yapı içinde yerleşerek bireye özgü özellikler kazanır. Tutumlar, planlı veya plansız öğrenme sonucunda ortaya çıkabilir ve yeni öğrenme deneyimleriyle şekillenebilir. Ancak yerleşik tutumların değiştirilmesi zor olabilir. Tutumlar, insanları eyleme yönlendirir ve iyi, faydalı ve güzel gördükleri şeyleri isteme ve onun için çaba harcama motivasyonu sağlar. Bu şekilde insanlar hareket eder, zararlı durumlardan korunmak için önlemler alır veya gereken çabalara destek olur (Ünal, 1981).

Tutum, "belirli bir dikkat veya faaliyete tepki veya hazırlık" olarak verilecektir. Dolayısıyla grubun kendisi bir davranış değil, davranışın ön yöneticileridir. Ona göre

tavırlar eylemin rehberidir; Bir yanıt verilmeden önce yeni deneyimlere başvuru ve değerlendirilen zihinsel davranışlardır (Ünal, 1981). Tutumun konusu bir eşya, obje veya bir kişi, bireyler gurubu olabileceği gibi, herhangi soyut bir kavram-mutluluk, yaratıcı vb. de olabilir. Kişinin etrafındaki, pek çok tutum mevzuları ile dolu olduğunu göz önünde bulundurduğumuzda, her biri için farklı bir tutum oluşturmanın karşılığı net şekilde fark edilebilir. Bu sebeple, kişi belirli mevzuları, belirlenen değerlere göre sınıflandırılmakta ve bu guruplara yakışır tutumlar oluşturmaktadır. Kişilerin belli bir konuya ait ilişkin tutum oluşturması için o konu ile direk bir ilişki içerisinde bulunması gerekmez. Vasıtalı olarak başka bireylerden ya da medyadan aldığı haberleşmeye göre tutum sergileyebilir. Tutumlu insanlar, basitçe bir şeyi kabul etme veya reddetme, onaylama veya onaylamama, evet veya hayır deme gibi eylemleri gerçekleştirmeye çağırırlar. Bu nedenle tutumlar, kişiyi eyleme yönlendiren önemli bir niteliğe sahiptir (Akgül, 2011).

2.3.1. Tutumun Özellikleri

Tavşancıl (2002) tutumla ilgili yapılmış olan tanımlardan yola çıkarak, tutumun çeşitli özelliklerini aşağıdaki gibi sıralamıştır:

- Tutumlar kaybolmaz, evde yaşayarak kazanılır. Bireyler tutumları sosyalleşme sırasında öğrenirler. Yani tutumlar hayat boyunca öğrenilir.
- Tutumlar geçici değil, belli bir süre kalıcıdır.
- Tutumlar, kişilik ve tutum tartışması arasındaki ilişkide bir düzenlilik sağlar. Ayrıca, öğrenme sürecinde onları yavaş yavaş şekillendirdikleri için insanların çevrelerini anlamalarına yardımcı olurlar.
- Tutumlar, insan-tutum ilişkisinde yerleşik bir önyargıyı ortaya çıkarır. Tutum tartışmasına ilişkin bir tutumdan sonra birey tarafsız bakamaz.
- Bir tutum, belirli bir konuya yönelik olumlu veya olumsuz bir tutum yapısını içerir, ancak bu tutum, diğer tutum konularıyla karşılaştırıldığında ortaya çıkar.
- Kişisel tutumların yanı sıra sosyal tutumlar da vardır. Sosyal tutumlar; sosyal değerlere, gurplara ve hedeflere yönelik tutumlar.
- Tutum bir tepki biçimi değildir; Daha çok bir tepkidir. Yani; Tutumlar tepki verme eğilimidir.

- Tutumlar, olumlu veya olumsuz davranışlara sebep olabilir ve bu davranışları etkileyebilir.
- Tutumlar, benlik ve motivasyonla yakından ilişkilendirilmelidir. Bu nedenle, bireylerin yetişkinlik dönemine ulaşmalarından sonra bile tutum ve inançların gelişmesine yönelik tam ve kesin olmayan bir araştırma yapmak yerine önemli bir rol oynar (Ünal, 1981).

2.3.2. Tutumun Kaynağı

Tutumların yerleşimini, değişkenlerini ve alışkanlıklarını anlamının yanı sıra kaynaklarının nasıl ve nerede ortaya çıktığının ya da başka bir örneğin ortaya çıkmasının büyük önem taşıdığı ve bunun da araştırmanın kapsamı ile ilgili olduğu düşünülmüştür. Tutumlar, bebeklikten itibaren, bir kişinin tüm hayatı boyunca gelişir. Tutumların ortaya çıkmasında çocukluk yılları hem önemli hem de anlaşılması güç bir dönemdir. Tutumlar, aile odaları, toplanmalar, arkadaşlar, komşular vb. her kullanıcı, tutumların ve tercihlerin oluşumunda değişen derecelerde etkiye sahiptir. Tutumlar, öğrenilen bilgilere göre kazanılır veya zarar görür. Ancak düşük düzeyde koşullanma ve bilinçsiz taklit, inançların benimsenmesi ve özdeşleşme önemli rol oynar (Ünal, 1981).

Tutumların oluşumunda rol oynayan çeşitli etkenler bulunmaktadır. Tutumlar genellikle;

- İlişkilendirme (association),
- Tutum konusu (obje) ile doğrudan deneyim,
- Başkalarından öğrenme,
- Genetik (kalıtımsal) aktarım,
- Fizyolojik etkenler sonucunda oluşurlar (İnceoğlu, 2004).

2.3.3. Tutumun Öğeleri

Tutum, çağrışım, duygu ve bedenlerdeki değişkenlerin dalgalanmalarını uyumlaştırarak etkiler. Tutumlarda genellikle uyum içinde olan bu üç faktörlü tutumlar, öğeler olarak adlandırılır (Kağıtçıbaşı, 1988).

Tutumun oluşumunda çeşitli unsurlar bulunur ve bu unsurlar "tutumun bileşenleri" olarak adlandırılır. İnceoğlu (2004) tarafından yapılan sınıflandırmaya göre, bu bileşenler aşağıdaki gibi gruplandırılmıştır.

Duyuşsal öge: Kişiden kişiye değişen ve objektif gerçeklerle açıklanamayan tutumlar, hoşlanma veya hoşlanmama durumunu ifade eder (Baysal, 1996).

Bilişsel öge: Tutuma konu olan nesne ya da duruma ilişkin bireyin sahip olduğu inanç ve bilgilerin tümüdür (İnceoğlu 2004),

Davranışsal öge: Bireyin tutum tartışması, davranış yürütme ile bağlantılıdır. Gruplama şeklindeki bu hareket ile kullanıcı tiplerinin tarzındaki gibi komuttur (İnceoğlu2004).

2.3.4. Tutum ve Boş Zaman

Boş zaman tutumu; boş zaman ve boş zaman etkinliklerine yönelik düşünce, duygu ve davranışlar, deneyimlerden, duygulardan, anılardan ve bilgilerden derlenen olumlu veya olumsuz tepkiler veya eğilimlerdir. Örneğin seyahat etmeyi seven biri spor yapmaktan kaçınabilir ya da çevreye karşı olumlu bir tutum sergileyen biri dağ bisikleti, trekking gibi doğa ile iç içe aktivitelere yönelebilir. Ragheb ve Beard'a göre genel tutum kavramının yanı sıra serbest zaman gruplarını kullanan duyuşsal ve davranışsal içerikten oluşur. Boş zaman seyahatlerine ilişkin bilgi ve inançtan kaynaklanan arkadaş edinme, rahatlama, kişisel gelişim, mutluluk gibi bilişsel unsurlar, boş zaman kavramının sağlık, mutluluk, iş hayatı, boş zaman, mülk sahipleri ve boş zaman gibi alanlarla ilişkisi olabilir. Duyuşsal öge, avantajlar açısından romantikten oluşurken, birimlerin boş zaman geçişlerindeki deneyimlerini, deneyimledikleri boş zaman etkinliklerini sevip sevmediklerini ve boş zamanlarında hissettikleri duyguları nasıl değerlendirdiklerini açıklamaktadır. Davranışsal öge ise, boş zaman seçimlerine ve kullanılan ya da bir şekilde katılım sağlanan boş zamanın inşasına karşı birimlerin davranışsal dalgalanmalarını içermektedir (Akgül, 2011).

2.4. Üniversite Öğrencileri ve Boş Zaman

Üniversite bir kurum olarak toplumu ve kültürü ayırmanın bir aracı olduğu gibi, aynı zamanda üniversiteyi toplum ve kültür şekillendirir. Mevcut gereksinimleri çeşitli ve

karmaşık, üniversitenin işlevi de benzer şekilde görünür. Bu nedenle miktarına göre rekreasyon eğitimi ile zamanla nasıl kullanılacağını öğrenmeli ve merkez üssü yönlerinden nasıl yararlanılacağını bilmeliyiz. Bu, boş zamanın oluşturulması ve kullanılması, ilgi alanlarının öğrenilmesi ve deneyimlerin paylaşılması yoluyla gerçekleşir (Hacıoğlu, 2003).

Rekreasyon, zihinsel performansın artışı, üreticilik ve kültürel gelişim açısından önemli bir faaliyettir. Özellikle üniversitelerde akademik eğitim alan öğrencilerin başarılarını belirleyen faktörler arasında, akademik geçmişlerinin yanı sıra kültürel, sosyal ve beceri donanımlarının da etkili olduğu görülmektedir (Yağmur, 2006).

Üniversitelerin dış toplumu ve kültürü belirleyen bir kurum ve araç olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda kültür ve ihtiyaç görevlerinde üniversitelerin rolü açıktır. Buradan hareketle tesisler, üniversiteler ve rekreasyonel eğitim yoluyla bireyler zamanlarını nasıl sürdürmektedir. Boş zamanın nasıl yaratılacağı, algılanacağı ve öğrenileceği gözlemlerin paylaşılmasıyla gerçekleştirilebilir. Bu bağlamda günlük rutinleri bir arada yaşayan üniversite öğrencilerinin boş zaman tutumlarının gelecek nesillerin taşıyıcısı olması büyük önem taşımaktadır (Hacıoğlu, 2003).

Means'e göre üniversitede boş zaman eğitimine önem verilmesinin temel sebepleri üç tanedir.

- Geleceğin liderleri ve vizyon sahibi kişileri yetiştirecek olanlar üniversitelerdir.
- Şartlar gereği, boş zamana sahip olan insan sayısı sürekli olarak artmaktadır.
- Boş zamanın olumlu veya olumsuz şekilde değerlendirilmesi, toplumlar üzerinde ciddi sonuçlara neden olabilmektedir (Means,1973).

Günümüz okullarında boş zaman eğitimini gerektiren nedenler aşağıdaki şekilde ifade edilebilir. (Tezcan, 1993).

- Eğitim amaçlarının gerçekleşmesini desteklemek,
- Toplumsallaşma süreci için,
- Kültür aktarımını sağlama,

- Eğitimcilerin eğitilmesi için,
- Okul içi ve dışı etkileşimin gerçekleşmesi için,
- Okul başarısını belirleme yönünden,
- Oyunun eğitsel bir araç olarak ele alınmasından,
- Toplumsal statü elde etmek için.

Zamanın etkili bir şekilde kullanılmasıyla akademik başarı arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Zamanı verimli bir şekilde değerlendirmek, üniversite öğrencilerinin akademik başarılarını olumlu yönde etkilemektedir (Alay, 2000). Rekreasyon yöneticisine katılarak öğrenci üzerindeki psikolojik değerlerin azalmasında ve bireysel ve organize etkinliklerle serbest zamanın değerlendirilmesinde olumlu bir düşünce elde edilir (Means, 1973).

Üniversitelerde boş zamanın değerlendirilmesindeki temel hedeflerden biri, öğrenci ve çalışanların fiziksel sağlığını korumaktır ve bu amaç, planlı bir rekreasyon birimi aracılığıyla başarılabilir. Rekreasyonel fiziksel aktiviteler ve yetenek geliştirme unsurları, derslerin ve akademik hayatın bir parçası olarak kabul edilmelidir. Eğitim kurumları, genel eğitim hedeflerini korurken aynı zamanda öğrencileri, personeli, programları ve uygulamaları rekreasyonel tesislere uygun şekilde desteklemelidir (Karaküçük, 1999).

Üniversite yerleşkelerinin planlamasında rekreasyonel aktivitelere yönelik olarak belirli kriterlerin esas alınması uygun olacaktır. Bunlar;

- Rekreasyonel faaliyetlerin gerçekleştirileceği mekanlar dikkatlice seçilmelidir.
- Planlamalarda, çevreyle uyumlu, yeşil ve doğaya saygılı kullanım alanları ve tesislerin yapılması gerekmektedir. Bu planlamalar, hem mevcut ihtiyaçları karşılayacak şekilde tasarlanmalı hem de gelecekteki ihtiyaçları göz önünde bulundurmalıdır.
- Yerleşke yerleşimine bağlı olarak belirli fonksiyonlara sahip açık alanlar, faaliyetin türüne ve katılımcı sayısına uygun bir şekilde yeterli ölçüde bulunmalıdır.

- Üniversite yerleşkelerindeki açık alan tipleri, bilimsel, kültürel, fonksiyonel ve estetik amaçlar doğrultusunda kullanılabilir şekilde tasarlanmalıdır.
- Yerleşkedeki açık alanlar, farklı yaş gruplarının ihtiyaçlarına uygun olarak ele alınmalıdır.
- Yerleşkedeki farklı türdeki açık alanlar, peyzaj planlama alanının tamamında organik bir bütünlük sergilemelidir.
- Açık alanların peyzaj planlaması, bölgenin doğal koşullarına (iklim, toprak, topografi vb.) uygun bir şekilde düzenlenmelidir (Kırtepe, 2011).

Gençlerin boş zamanlarını geçirecekleri yerlerin ruhlarını ve gelişimlerini olumsuz etkileyecek ortamlara kaymasına neden olabilir. Şiddete meyilli, kötü düşüncelere sahip olmanın ya da yanlış arkadaşlıklar kurmanın sonuçlarını gözlemleyen ve diğer zararlı içerikleri kullanan çocuk ve gençlerin sayısı her yıl artmaktadır (Büküşoğlu ve Bayturan, 2005).

Üniversite gençliği üzerine inşa edilen bazı birikimlerde, gençlerin büyük lojmanlarda boş zamanlarını nasıl değerlendireceklerini bilmedikleri ya da edilgen faaliyetlerle kaldıkları, ancak fırsat buldukça birçok aktif faaliyette buldukları ortaya konulmuştur (Demir, 2003). Olumlu bir boş zaman anlayışının, sosyal uyumu güçlendirmede, özellikle genç nüfusu zararlı alışkanlıklardan korumada faydalı olabileceği tartışılmaktadır (Dieter, 1998). Ayrıca yapılan araştırmalar, insanların boş zamanlarında kantine pek uğramadıklarını ortaya koymuştur; bunun yerine arkadaşlarıyla sohbet etmek, müzik dinlemek, karşı cins bir arkadaşlarını ziyaret etmek veya kahveye gitmek gibi etkinliklere daha çok zaman ayırdıkları görülmüştür (Kır, 2007).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Balıkesir üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumlarının belirlenmesi amaçlanan bu çalışmada çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile evrenden alınan bir grup üzerinde yapıldığı için genel tarama modeli kullanılmıştır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Bu araştırmanın evrenini, Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören bireyler oluşturmaktadır. Örneklem büyüklüğü belirlenirken; Epiinfo programında %50 prevalans, %95 güven düzeyi, 1.5 örüntü etkisi ve %5 sapma dikkate alınarak 1000 kişilik bir evrende 417 kişi hesaplanmıştır. Araştırmamızda 436 kişiye ulaşılmış, yapılan analizler sonucunda eksik ve fazla veriler çıkarıldıktan sonra 420 kişinin anketleri incelenmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumlarının incelenmesini amaçlayan bu çalışmada; 1982 yılında Ragheb ve Beard tarafından geliştirilmiş olan, 2011 yılında Akgül ve Gürbüz tarafından Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan “Boş Zaman Tutum Ölçeği” kullanılmıştır.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Boş zaman tutumları incelenen bireylerin demografik özelliklerini belirlemek amacı ile araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Kişisel bilgileri içeren demografik bilgi formu katılımcıların; sınıflarını, yaşlarını, cinsiyetlerini, bölümlerini, yaşadıkları yeri, anne ve baba eğitim durumlarını, branşlarını ve aile gelir durumlarını içeren sorulardan oluşmaktadır.

3.3.2. Boş Zaman Tutum Ölçeği

Boş Zaman Tutum Ölçeği, toplamda 36 maddeyi kapsayan ve eşit dağılımlı olarak (1) bilişsel, (2) duyuşsal ve (3) davranışsal olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ), Ragheb ve Beard, boş zamana yönelik tutumları değerlendiren 18 maddelik bir öz bildirim ölçüsüdür. Her birinde altı maddeden oluşan boş zaman tutumunun üç bileşenini içerir: bilişsel (Boş zaman faaliyetlerinde bulunmak zamanın akıllıca kullanılmasıdır), duygusal (Boş zaman etkinlikleri bana zevk verir) ve davranışsal (Boş zaman faaliyetlerimde daha yetkin olmak için zaman ve çaba harcıyorum).

Ölçekte yer alan ifadeler, 5'li Likert tipi kullanılarak değerlendirilmektedir. Katılımcılar, ifadelere Kesinlikle katılmıyorum (1), Katılmıyorum (2), Kararsızım (3), Katılıyorum (4), Kesinlikle katılıyorum (5) şeklinde yanıt vererek puanlama yapmaktadır. Ölçekte en düşük 1 puan, en yüksek ise 5 puan alınabilmektedir. Bilişsel Tutum 1-12 arası, Duyuşsal tutum 13-24 arası ve Davranışsal tutum 25-36 arası sorular oluşturmuştur.

Ölçeğin güvenilirlik düzeyini test etmek için Cronbach Alpha analiz yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek için yapılan analiz sonuçları alpha değerleri Bilişsel .938, Duyuşsal .926, Davranışsal 0.942 ve BZTÖ 0,977 değeriyle “yüksek güvenilirlik” olduğu göstermektedir. Alpha değeri ölçek alt boyutlarının iç tutarlılık kat sayılarındaki güvenilirlik değerini vermektedir. Ölçeğin KMO değeri 0.931 ve kıkare 15390,00 olarak bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma boyunca verilerin elde edilmesinde kullanılan veri toplama aracı, Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören bireyler tarafından Google forms üzerinden uygulanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada kullanılacak ölçek formlarının analizinde SPSS 25.0 programı kullanılmıştır. Bireylerle yüz yüze yapılan anketler daha sonra eksik ve aşırı verilerden arındırılarak SPSS programına aktarılmış ve ham veriler üzerinde ilgili analizler

yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için Kolmogorov-Smirnov değerlerine bakılmıştır. Bu değerlerin $p < 0,05$ olması nedeniyle normal dağılım göstermediği belirlenen verilere yüzde ve frekans, Mann Whitney-U ve Kruskal Wallis analizi uygulanmıştır.

4. BULGULAR

4.1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Analiz Sonuçları

Yapılan araştırmada boş zaman tutum ölçeğine katılan bireylerin demografik özellikleri **Tablo 4.1.**'de verilmiştir.

Tablo: 4.1. Araştırmaya katılan bireylerin sosyo-demografik değişkenlere ilişkin analiz sonuçları.

DEĞİŞKENLER	ALT KATEGORİLER	n	%	TOPLAM
Cinsiyet	Kadın	162	38,6	420
	Erkek	258	61,4	
Yaş	18-21	80	19,0	420
	22-25	259	61,7	
	26 ve Üzeri	81	19,3	
Spor Branşınız	Bireysel Spor	179	42,6	420
	Takım Sporu	241	57,4	
Yaşanılan Yer	Köy	48	11,4	420
	İlçe	97	23,1	
	Büyükşehir	275	65,5	
Sınıf	1.Sınıf	85	20,2	420
	2.Sınıf	64	15,2	
	3.Sınıf	123	29,3	
	4.Sınıf	148	35,2	
Bölüm	Spor Yöneticiliği	231	55,0	420
	Antrenörlük Eğitimi	67	16,0	
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	122	29,0	
Baba Eğitim Durumu	İlkokul veya İlköğretim	194	46,2	420
	Lise Mezunu	161	38,3	
	Üniversite Mezunu (Lisans)	65	15,5	
Anne Eğitim Durumu	İlkokul veya İlköğretim	274	65,2	420
	Lise Mezunu	81	19,3	
	Üniversite Mezunu (Lisans)	65	15,5	
Aile Gelir Durumu	Asgari Ücret	81	19,3	420
	8501-10000 TL	96	22,9	
	10001-15000 TL	163	38,8	
	15001 TL ve Üzeri	80	19,0	

Tablo 4.1.' de çalışmaya katılan bireylerin sosyo-demografik bilgileri incelendiğinde; 162 (%38.6) Kadın, 258 (%61.4) Erkek birey, 18-21 yaş 80 (%19.0), 22-25 yaş 259 (%61.7), 26 yaş ve üzeri 81 (%19,3), Bireysel Spor 179 (%42.6), Takım Sporu 241 (%57.4), Köy 48 (%11.4), İlçe 97 (%23.1), Büyükşehir 275 (%65.5) yaşayan birey, 1.Sınıf

85 (%20.2), 2.Sınıf 64 (%15.2), 3.Sınıf 123 (%29.3), 4.Sınıf 148 (%35.2), öğrenim gören birey, Spor Yöneticiliği 231 (%55.0), Antrenörlük Eğitimi 67 (%16.0), Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği 122 (%29.0) bölümünde öğrenim gören birey, Baba eğitim durumu İlkokul veya İlköğretim Mezunu 194 (% 46.2), Lise Mezunu 161 (%38.3), Üniversite Mezunu (Lisans) 65 (%15.5), Anne eğitim durumu İlkokul veya İlköğretim Mezunu 274 (%65.2), Lise Mezunu 81 (% 19,3), Üniversite Mezunu (Lisans) 65 (%15.5) olan birey, aile gelir durumu Asgari Ücret 81 (%19,3), 8501-10000 TL 96 (%22.9), 10001-15000 TL 163 (%38.8), 1500 TL ve Üzeri 80 (%19.0) olan toplam 420 birey bulunmaktadır.

4.2. Güvenirlilik Analizi

Araştırmamızın bu kısmında, elde edilen verilerin istatistiksel analizleri sonucunda çıkan bulguları içermektedir. Araştırmamızda kullanılan ölçek toplam puanlarının ve alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları, ayrıca ölçek toplam puanlarına ve ölçek alt boyutlarına ilişkin tanımlayıcı değerler **Tablo 4.2.**'de verilmiştir.

Tablo: 4.2. Ölçekler ve alt boyutları geçerlilik ve güvenirlilik analizi sonuçları.

ÖLÇEK – ALT BOYUT	CRONBACH'S ALPHA	MADDE SAYISI
Duyuşsal	0.85	12
Bilişsel	0.94	12
Davranışsal	0.92	12
Boş Zaman Tutum Ölçeği	0.95	36

Tablo 4.2.'de görüldüğü üzere yaptığımız çalışmada Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören bireylere uygulanan 36 maddelik “Boş Zaman Tutum” ölçeği'nin Cronbach's Alpha güvenirlilik katsayısının 0,95, “Duyuşsal” alt boyutunun Cronbach's Alpha güvenirlilik katsayısının 0.85, “Bilişsel” alt boyutunun Cronbach's Alpha güvenirlilik katsayısının 0.94, “Davranışsal” alt boyutunun Cronbach's Alpha güvenirlilik katsayısının 0.92 olduğu görülmektedir.

4.3. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Cinsiyet” Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman tutum ölçeğinden ve ölçek alt boyutlarından aldıkları toplam puanların cinsiyet değişkenine göre bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Mann Whitney U Testi analizi yapılmış ve sonuçları **Tablo 4.3.**'te verilmiştir.

Tablo 4.3. Boş zaman tutum ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre mann whitney u testi sonuçları.

ALTBOYUT	CINSİYET	n	SIRA ORT.	SIRALAR T.	U	P
Duyuşsal	Kadın	162	214,69	34780,00	20219,000	.573
	Erkek	258	207,87	53630,00		
Bilişsel	Kadın	162	191,23	30979,00	17776,000	.009
	Erkek	258	222,60	57431,00		
Davranışsal	Kadın	162	164,23	26604,50	13401,500	.000**
	Erkek	258	239,56	61805,50		

Tablo 4.3.'te araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet değişkeni “Mann Whitney U” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın erkek bireylerden kaynaklandığı, “Duyuşsal” (.573; $p > 0.05$) ve “Bilişsel” (.009; $p > 0.05$) alt boyutlarında ise anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

4.4. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Yaş” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman tutum ölçeğinden ve ölçek alt boyutlarından aldıkları toplam puanların yaş değişkenine göre bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Kruskal Wallis Testi analizi yapılmış ve sonuçları **Tablo 4.4.**'te verilmiştir.

Tablo: 4.4. Boş zaman tutum ölçeğinin yaş değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.

ALT BOYUT	YAŞ	n	SIRA ORT.	SD	X ²	P
Duyuşsal	18-21	80	253,80	2	18,401	.000**
	22-25	259	191,59			
	26 ve üzeri	81	228,20			
Bilişsel	18-21	80	192,30	2	10,036	.007
	22-25	259	204,63			
	26 ve üzeri	81	247,26			
Davranışsal	18-21	80	289,30	2	63,296	.000**
	22-25	259	175,59			
	26 ve üzeri	81	244,29			

Tablo 4.4.'te araştırmaya katılan bireylerin yaş değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın 18-21 yaş arası bireylerden kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın 18-21 yaş arası bireylerden kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda (.007; $p > 0.05$) ise anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

4.5. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Spor Branşı” Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman tutum ölçeğinden ve ölçek alt boyutlarından aldıkları toplam puanların spor branşı değişkenine göre bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Mann Whitney U Testi analizi yapılmış ve sonuçları **Tablo 4.5.**'te verilmiştir.

Tablo: 4.5. Boş zaman tutum ölçeğinin spor branşı değişkenine göre mann whitney u testi sonuçları.

ALT BOYUT	SPOR BRANŞI	n	SIRA ORT.	SIRALAR T.	U	P
Duyuşsal	Bireysel Spor	179	131,86	14505,00	8100,000	.801
	Takım Spor	241	129,50	19425,00		
Bilişsel	Bireysel Spor	179	117,77	12955,00	6850,000	.018
	Takım Spor	241	139,83	20975,00		
Davranışsal	Bireysel Spor	179	105,05	11555,00	5450,000	.000**
	Takım Spor	241	149,17	22375,00		

Tablo 4.5.'te araştırmaya katılan bireylerin spor branşı değişkeni “Mann Whitney U” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın takım sporuyla uğraşan bireylerden kaynaklandığı, “Duyuşsal” (.801; $p>0.05$) ve “Bilişsel” (.018; $p>0.05$) alt boyutlarında ise anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

4.6. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Yaşanılan Yer” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman tutum ölçeğinden ve ölçek alt boyutlarından aldıkları toplam puanların yaşanılan yer değişkenine göre bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Kruskal Wallis Testi analizi yapılmış ve sonuçları **Tablo 4.6.**'da verilmiştir.

Tablo: 4.6. Boş zaman tutum ölçeğinin yaşanılan yer değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.

ALT BOYUT	YAşANILAN YER	n	SIRA ORT.	SD	X ²	P
Duyuşsal	Köyde	48	102,50	2	62,913	.000**
	İlçede	97	177,91			
	Büyükşehirde	275	240,85			
Bilişsel	Köyde	48	99,83	2	46,479	.000**
	İlçede	97	217,33			
	Büyükşehirde	275	227,41			
Davranışsal	Köyde	48	103,67	2	43,661	.000**
	İlçede	97	217,74			
	Büyükşehirde	275	226,59			

Tablo 4.6.'da araştırmaya katılan bireylerin yaşanılan yer değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın büyükşehirde yaşayan bireylerden kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın büyükşehirde yaşayan bireylerden kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın büyükşehirde yaşayan bireylerden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

4.7. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Sınıf” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman tutum ölçeğinden ve ölçek alt boyutlarından aldıkları toplam puanların sınıf değişkenine göre bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Kruskal Wallis Testi analizi yapılmış ve sonuçları **Tablo 4.7.’de** verilmiştir.

Tablo: 4.7. Boş zaman tutum ölçeğinin sınıf değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.

ALT BOYUT	SINIF	n	SIRA ORT.	SD	X ²	P
Duyuşsal	1.Sınıf	85	206,41	3	30,467	.000**
	2.Sınıf	64	284,72			
	3.Sınıf	123	203,25			
	4.Sınıf	148	186,78			
Bilişsel	1.Sınıf	85	205,64	3	13,465	.004**
	2.Sınıf	64	255,15			
	3.Sınıf	123	215,26			
	4.Sınıf	148	190,03			
Davranışsal	1.Sınıf	85	206,15	3	68,985	.000**
	2.Sınıf	64	321,61			
	3.Sınıf	123	196,53			
	4.Sınıf	148	176,56			

Tablo 4.7.’de araştırmaya katılan bireylerin sınıf değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın 2. sınıfta öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.004; $p < 0.05$) ve bu farkın 2. sınıfta öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın 2. sınıfta öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

4.8. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Bölüm” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman tutum ölçeğinden ve ölçek alt boyutlarından aldıkları toplam puanların bölüm değişkenine göre bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Kruskal Wallis Testi analizi yapılmış ve sonuçları **Tablo 4.8.’de** verilmiştir.

Tablo: 4.8. Boş zaman tutum ölçeğinin bölüm değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.

ALT BOYUT	BÖLÜM	n	SIRA ORT.	SD	X ²	P
Duyuşsal	Spor Yöneticiliği	231	229,82	2	25,440	.000**
	Antrenörlük Eğitimi	67	145,37			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	122	209,69			
Bilişsel	Spor Yöneticiliği	231	229,55	2	21,884	.000**
	Antrenörlük Eğitimi	67	151,88			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	122	206,61			
Davranışsal	Spor Yöneticiliği	231	230,07	2	36,509	.000**
	Antrenörlük Eğitimi	67	130,60			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	122	217,33			

Tablo 4.8.'de araştırmaya katılan bireylerin bölüm değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın ise spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

4.9. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Baba Eğitim Durumu” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman tutum ölçeğinden ve ölçek alt boyutlarından aldıkları toplam puanların baba eğitim durumu değişkenine göre bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Kruskal Wallis Testi analizi yapılmış ve sonuçları **Tablo 4.9.**'da verilmiştir.

Tablo: 4.9. Boş zaman tutum ölçeğinin baba eğitim durumu değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.

ALT BOYUT	BABA EĞİTİM	n	SIRA ORT.	SD	X ²	P
Duyuşsal	İlkokul veya İlköğretim	194	235,61	2	15,772	.000**
	Lise Mezunu	161	190,97			
	Üniversite Mezunu (Lisans)	65	183,92			
Bilişsel	İlkokul veya İlköğretim	194	246,58	2	32,642	.000**
	Lise Mezunu	161	177,71			
	Üniversite Mezunu (Lisans)	65	184,03			
Davranışsal	İlkokul veya İlköğretim	194	236,23	2	51,569	.000**
	Lise Mezunu	161	158,57			
	Üniversite Mezunu (Lisans)	65	262,33			

Tablo 4.9.'da araştırmaya katılan bireylerin baba eğitim durumu değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın ilkokul veya ilköğretim mezunu babalardan kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın ilkokul veya ilköğretim mezunu babalardan kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda ise anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın üniversite mezunu babalardan kaynaklandığı tespit edilmiştir.

4.10. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Anne Eğitim Durumu” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman tutum ölçeğinden ve ölçek alt boyutlarından aldıkları toplam puanların anne eğitim durumu değişkenine göre bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Kruskal Wallis Testi analizi yapılmış ve sonuçları **Tablo 4.10.**'da verilmiştir.

Tablo: 4.10. Boş zaman tutum ölçeğinin anne eğitim durumu değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.

ALT BOYUT	ANNE EĞİTİM	n	SIRA ORT.	SD	X ²	P
Duyuşsal	İlkokul veya İlköğretim	274	230,03	2	21,468	.000**
	Lise Mezunu	81	165,75			
	Üniversite Mezunu (Lisans)	65	183,92			
Bilişsel	İlkokul veya İlköğretim	274	242,03	2	62,971	.000**
	Lise Mezunu	81	125,07			
	Üniversite Mezunu (Lisans)	65	184,03			
Davranışsal	İlkokul veya İlköğretim	274	202,03	2	14,539	.001**
	Lise Mezunu	81	197,56			
	Üniversite Mezunu (Lisans)	65	262,33			

Tablo 4.10.'da araştırmaya katılan bireylerin anne eğitim durumu değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın ilkokul veya ilköğretim mezunu annelerden kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın ilkokul veya ilköğretim mezunu annelerden kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.001; $p < 0.05$) ve bu farkın ise üniversite mezunu annelerden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

4.11. Boş Zaman Tutum Ölçeğinin “Aile Gelir Durumu” Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman tutum ölçeğinden ve ölçek alt boyutlarından aldıkları toplam puanların aile gelir durumu değişkenine göre bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Kruskal Wallis Testi analizi yapılmış ve sonuçları **Tablo 4.11.**'de verilmiştir.

Tablo: 4.11. Boş zaman tutum ölçeğinin aile gelir durumu değişkenine göre kruskal wallis testi sonuçları.

ALT BOYUT	SINIF	n	SIRA ORT.	SD	X ²	P
Duyuşsal	Asgari Ücret	81	230,53	3	8,342	.039**
	8501-10000 TL	96	181,92			
	10001-15000 TL	163	218,41			
	15001TL ve Üzeri	80	208,40			
Bilişsel	Asgari Ücret	81	239,62	3	27,839	.000**
	8501-10000	96	166,92			
	10001-15000	163	234,66			
	15001 TL ve Üzeri	80	184,10			
Davranışsal	Asgari Ücret	81	211,27	3	27,110	.000**
	8501-10000	96	177,17			
	10001-15000	163	201,38			
	15001TL ve Üzeri	80	268,30			

Tablo 4.11.'de araştırmaya katılan bireylerin aile gelir durumu değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.039; $p < 0.05$) ve bu farkın asgari ücret alan ailelerden kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın asgari ücret alan ailelerden kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın ise 15001 TL ve üzeri alan ailelerden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

5. TARTIŞMA

Balıkesir üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören bireylerin cinsiyet, yaş, spor branşı, yaşanılan yer, sınıf, bölüm, baba-anne eğitim durumu ve aile gelir durumu değişkenlerine göre boş zaman tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Boş zaman tutum ölçeğinin yaş, spor branşı, yaşanılan yer, sınıf, bölüm, baba-anne eğitim durumu ve aile gelir durumuna göre değerlendirilmesi;

Tablo 4.3.'te araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet değişkeni "Mann Whitney U" testi sonuçlarına göre incelendiğinde "Boş Zaman Tutum Ölçeği" alt boyutu olan "Davranışsal" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p < 0.05$) ve bu farkın erkek bireylerden kaynaklandığı, "Duyuşsal" (.573; $p > 0.05$) ve "Bilişsel" (.009; $p > 0.05$) alt boyutlarında ise anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Erkek bireyler işlerinden arta kalan vakitlerde kendilerine ilgi alanlarına göre sosyal faaliyet edinirler. Bunun sonucunda da boş zaman faaliyetleri erkek bireylerin davranışlarına direkt olarak etki eder. Akgül (2011) tarafından yapılan çalışma, boş zaman tutum ölçeğinde cinsiyete göre yapılan karşılaştırmada sadece bilişsel tutum alt boyutunda erkek katılımcılar lehine sonuçlar elde etmiştir. Bürhan (2021), cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin boş zaman tutum puan ortalamalarının kadınlar lehine olduğu tespit etmiştir. Bilişsel boyutta, boş zaman tutum puanları açısından kadınlarla erkekler arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Ancak duyuşsal ve davranışsal boyutlarda, kadınların ortalama bilişsel tutum puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Ayverdi (2022), kadın ve erkek öğrenciler arasında boş zaman aktivitelerine ilişkin tutumlarının puan ortalamaları açısından davranışsal alt boyutunda anlamlı bir farklılık gözlenmezken, bilişsel ve duyuşsal alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Bölükbaş (2019) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada boş zaman tutum ölçeğinin alt davranışsal, duyuşsal ve bilişsel alt boyut puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Ayrıca, bu çalışmada kadın öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek bir boş zaman tutumuna sahip oldukları tespit edilmiştir. Sönmezoğlu (2014) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmaya göre, Ankara, Bolu ve Düzce'deki gençlik merkezi üyeleri üzerinde yapılan çalışmada, serbest zaman

doyum ölçeğinin tüm alt boyutlarında kadınların ortalamalarının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Tablo 4.4.'te araştırmaya katılan bireylerin yaş değişkeni "Kruskal Wallis" testi sonuçlarına göre incelendiğinde "Boş Zaman Tutum Ölçeği" alt boyutu olan "Duyuşsal" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın 18-21 yaş arası bireylerden kaynaklandığı, "Davranışsal" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın 18-21 yaş arası bireylerden kaynaklandığı, "Bilişsel" alt boyutunda (.007; $p>0.05$) ise anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir. 18-21 yaş arası bireylerin boş zaman etkinliklerinden mutluluk duydukları ve boş zaman faaliyetlerinde daha aktif olmak için gayret gösterdikleri yorumu yapılabilir. Murathan (2019), Ardahan Üniversitesi öğrencilerinin boş zaman tutumlarını inceledikleri çalışmada, davranış alt boyutunda bireylerin yaşları ile boş zaman tutumları arasında farklılık bulmuştur. Taş (2023), Bilişsel Tutum ve Tutum Toplam puanlarının, 19-20 yaş grubu ile 23 yaş ve üzeri yaş grubu arasında karşılaştırıldığında, daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çelik (2014) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, polis koleji öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada, yaş değişkenine göre boş zaman tutum puan ortalamalarında belirgin bir farklılık tespit edilmiştir. Sanin (2019), üniversite öğrencilerine yapmış olduğu çalışmasında 35 yaş ve üzeri bireylerin bilişsel alt boyutta anlamlı fark olduğunu belirlemiştir.

Tablo 4.5.'te araştırmaya katılan bireylerin spor branşı değişkeni "Mann Whitney U" testi sonuçlarına göre incelendiğinde "Boş Zaman Tutum Ölçeği" alt boyutu olan "Davranışsal" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın takım sporuyla uğraşan bireylerden kaynaklandığı, "Duyuşsal" (.801; $p>0.05$) ve "Bilişsel" (.018; $p>0.05$) alt boyutlarında ise anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Takım sporuyla uğraşan bireylerin bireysel spor yapan bireylere göre sosyalleşme oranının fazla olmasının bu duruma sebep olduğu yorumu yapılabilir. Dönmez (2019)' un yapmış olduğu bir çalışmada, boş zaman tutumu ve alt boyutları, "Katılımcıların sportif aktivite yapıyor musunuz?" değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel olarak gruplar arasında sadece davranışsal alt boyutta anlamlı bir fark bulunmuş, diğer alt boyutlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Katılımcılar arasında "sportif aktivite yapıyor musunuz" değişkenine göre, en yüksek ortalama bilişsel alt boyutta "evet" diyen katılımcılardan oluşurken, en düşük ortalama davranışsal alt boyutta "hayır" diyen katılımcılardan oluştuğu gözlemlenmiştir. Ancak, mevcut literatürde boş zaman tutum algıları ile sportif aktivite

yapma değişkeni arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Elde edilen bulgulara dayanarak, "evet" diyen katılımcıların tüm alt boyutlarda daha yüksek ortalama tutuma sahip olmasının sebebi, kurumun spor yapmayı teşvik eden bir göreve sahip olması ve sportif açıdan yeterli tesislere sahip olması olarak gösterilebilir. Bizim yapmış olduğumuz çalışmada da aktif spor yapıyor musun değişkeni yerine spor branşınız nedir değişkeni kullanılmıştır. Öğrencilere takım veya bireysel spor olarak tercih etmeleri bilgilendirilmiştir.

Tablo 4.6.'da araştırmaya katılan bireylerin yaşanılan yer değişkeni "Kruskal Wallis" testi sonuçlarına göre incelendiğinde "Boş Zaman Tutum leği" alt boyutu olan "Duyuşsal" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın büyükşehirde yaşayan bireylerden kaynaklandığı, "Bilişsel" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın büyükşehirde yaşayan bireylerden kaynaklandığı, "Davranışsal" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın büyükşehirde yaşayan bireylerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Büyükşehirde yaşayan bireylerin yoğun iş yaşamı ve kalabalıktan uzaklaşarak kendilerini boş zamanlarında sosyal faaliyetlerle meşgul etme isteklerinin bu duruma sebep olduğu söylenebilir. Bürhan (2021)' ın yapmış olduğu çalışmada, öğrencilerin ikamet ettikleri yerlerin değişkenliği, il merkezinde yaşayan öğrenciler ile ile ve köyde yaşayan öğrenciler arasında BZTÖ ve alt boyutları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. Dönmez (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, katılımcıların ikamet durumlarına göre boş zaman tutumunun ve alt boyutlarının incelendiği, istatistiksel olarak gruplar arasında anlamlı bir farka rastlanmadığı ancak alt boyutlar arasında en yüksek ortalamanın bilişsel alt boyutta şehirlerde ikamet eden katılımcılar tarafından gösterildiği, en düşük ortalamanın ise davranışsal alt boyutta ilçelerde ikamet eden katılımcılar tarafından gösterildiği gözlenmiştir.

Tablo 4.7.'de araştırmaya katılan bireylerin sınıf değişkeni "Kruskal Wallis" testi sonuçlarına göre incelendiğinde "Boş Zaman Tutum leği" alt boyutu olan "Duyuşsal" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın 2. sınıfta öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı, "Bilişsel" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.004; $p<0.05$) ve bu farkın 2. sınıfta öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı, "Davranışsal" alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın 2. sınıfta öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Bireylerin niversite eğitimlerinin ilk senesinde

alışma sürecini atlatmalarından sonra, 2. Sınıfa geçtiklerinde boş zamanlarında sosyal aktivitelere katılım göstermeleri ve çevrelerini tanımaya başlamaları yorumu yapılabilir. Erdoğan (2012)'ın yaptığı bir çalışmada öğrencilerin sınıf düzeylerinde boş zaman tutumlarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Tablo 4.8.'de araştırmaya katılan bireylerin bölüm değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören bireylerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Spor yöneticiliği bölümünde diğer bölümlere oranla uygulama derslerin daha az teorik derslerin fazla olması bireylerin okul dışı zamanlarda yani boş zamanlarında sosyal ve aktif rol oynadıkları aktivitelere yönelmelerine sebep olmaktadır. Karakullukçu (2020) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, öğrenim görülen bölümün Boş Zaman Tutum Ölçeği alt boyutları ve toplam ölçek skorları üzerinde anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi, bu farklılığın beden eğitimi öğretmenliği öğrencileri ile matematik öğretmenliği öğrencileri arasında kaynaklandığını tespit etmiştir.

Tablo 4.9.'da araştırmaya katılan bireylerin baba eğitim durumu değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum Ölçeği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın ilköğretim veya ilköğretim mezunu babalardan kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın ilköğretim veya ilköğretim mezunu babalardan kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın üniversite mezunu babalardan kaynaklandığı tespit edilmiştir. Duyuşsal ve bilişsel alt boyutlarda ilköğretim mezunu babalardan kaynaklanması sonucuna çocuklarını kendi eğitim durumlarından daha üst seviyede olmaları adına teşvik etmelerinden dolayı olduğu söylenebilir. Davranışsal alt boyutunda ise üniversite mezunu babaların akademik başarısının yanında çocuklarının kişiliklerini de ön plana çıkarmak istedikleri yorumu yapılabilir.

Tablo 4.10.'da araştırmaya katılan bireylerin anne eğitim durumu değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum leği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın ilkokul veya ilköğretim mezunu annelerden kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın ilkokul veya ilköğretim mezunu annelerden kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.001; $p<0.05$) ve bu farkın niversite mezunu annelerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Duyuşsal ve bilişsel alt boyutlarda ilkokul mezunu annelerden kaynaklanması sonucuna çocuklarını kendi eğitim durumlarından daha st seviyede olmaları adına teşvik etmelerinden dolayı olduğu söylenebilir. Davranışsal alt boyutunda ise niversite mezunu annelerin akademik başarının yanında çocuklarının kişiliklerini de ön plana çıkarmak istedikleri yorumu yapılabilir.

Tablo 4.11.'de araştırmaya katılan bireylerin aile gelir durumu değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde “Boş Zaman Tutum leği” alt boyutu olan “Duyuşsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.039; $p<0.05$) ve bu farkın asgari ücret alan ailelerden kaynaklandığı, “Bilişsel” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın asgari ücret alan ailelerden kaynaklandığı, “Davranışsal” alt boyutunda anlamlı fark gösterdiği (.000; $p<0.05$) ve bu farkın 15001 TL ve üzeri alan ailelerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Bu duruma refah düzeyi düşük ailelerin öncelikle mesleki ve maddi bir biçimde çocuklarının başarisına odaklanmaları, refah düzeyi yüksek ailelerin ise akademik başarının yanında davranışlarında bireyin gelişimi açısında önemli olduğu yorumu yapılabilir. Serdar (2020)' in yapmış olduğu çalışmada ise; katılımcıların refah durumunun, BZTÖ düzeyi üzerinde belirgin bir etkisi olduğu tespit edilmiştir. Alt boyutlara dair yapılan analizlerde, tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir. Bu farklılık, refahı yüksek olan katılımcıların lehine işaret etmektedir. Bürhan (2021)' in yapmış olduğu çalışmada, öğrencilerin gelir düzeyine göre gruplandırıldığında, 1000 TL gelir grubundaki öğrencilerin boş zaman tutum puan ortalamasının, 1001-2000 TL arası gelir grubundaki öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Benzer Şekilde, 3001-4000TL arası ve 4000TL zeri gelir düzeyine sahip ğrencilerin 1001-2000TL arası ve 2001-3000TL arası gelir düzeyine sahip öğrencilere kıyasla boş zaman tutum puanı ve alt boyutlarında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmamızın bu bölümünde, elde edilen sonuçlar ve öneriler sunulmuştur. Araştırmamızın sonuçları, cinsiyet, yaş, spor branşı, yaşanılan yer, sınıf, bölüm, baba-anne eğitim durumu ve aile gelir durumu bağımsız değişkenlerinin Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman tutumlarının incelenmesi biçiminde ele alınmıştır.

“*Boş Zaman Tutum*” ölçek ve alt boyutlarının cinsiyet, yaş, spor branşı, yaşanılan yer, sınıf, bölüm, baba-anne eğitim durumu, aile gelir durumu açısından sonuçları;

- Boş zaman tutum ölçeği cinsiyet değişkeni davranışsal alt boyutunda erkek bireyler farkı oluşturmuştur,
- Boş zaman tutum ölçeği yaş değişkeninde duyuşsal ve davranışsal alt boyutunda 18-21 yaş bireyler farkı oluşturmuştur,
- Boş zaman tutum ölçeği spor branşı değişkeninde davranışsal alt boyutunda takım sporuyla uğraşan bireyler farkı oluşturmuştur,
- Boş zaman tutum ölçeği yaşanılan yer değişkenindeduyuşsal, bilişsel, davranışsal alt boyutunda büyükşehirde yaşayan bireyler farkı oluşturmuştur,
- Boş zaman tutum ölçeği spor branşı değişkeninde duyuşsal, bilişsel, davranışsal alt boyutunda 2. Sınıfta öğrenim gören bireyler farkı oluşturmuştur,
- Boş zaman tutum ölçeği spor branşı değişkeninde duyuşsal, bilişsel, davranışsal alt boyutunda spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören bireyler farkı oluşturmuştur,
- Boş zaman tutum ölçeği spor branşı değişkeninde duyuşsal ve bilişsel alt boyutunda ilkokul, davranışsal alt boyutunda üniversite mezunu babalar farkı oluşturmuştur,
- Boş zaman tutum ölçeği spor branşı değişkeninde duyuşsal ve bilişsel alt boyutunda ilkokul, davranışsal alt boyutunda üniversite mezunu anneler farkı oluşturmuştur,

- Boş zaman tutum ölçeği spor branşı değişkeninde duyuşsal ve bilişsel alt boyutunda asgari ücret, davranışsal alt boyutunda 15001 TL ve üzeri aile gelir durumu olan bireyler farkı oluşturmuştur.

Araştırmamızda kullanılan değişkenlerin yanı sıra farklı değişkenlerden de yararlanarak boş zaman tutumuyla ilgili daha kapsamlı bilgilere ulaşılabilir. Bu sayede, öğrencilerimizin boş zamanlarını daha etkili bir şekilde değerlendirebilmelerine yardımcı olmak amacıyla Spor Bilimleri Fakültesi yönetimi tarafından konuyla ilgili seminerler, etkinlikler ve çalıştaylar düzenlenebilir.

Spor bilimleri fakültesi öğrencileriyle yapılan araştırmalar, boş zamanlarında aktif olarak zaman geçirdiklerinde, öğrencilerin boş zaman etkinliklerine yönelik içsel ve dışsal motivasyonlarının arttığını göstermektedir. Bu bağlamda, üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını daha verimli değerlendirmeleri, duyuşsal, bilişsel ve davranışsal tutumlarını geliştirmeleri önem arz etmektedir. Bu gelişim süreci, motivasyonel süreçleri olumlu yönde etkileyerek öğrencilerin özgüven düzeylerini ve kendilik yeterlilik algılarını artırabilir. Sonuç olarak, bu olumlu etkiler öğrencilerin yaşam kalitelerinin yükselmesine katkı sağlayabilir.

KAYNAKLAR

- Ağaoğlu, Y. S., Taşmektepligil, (2005). M. Y. ve Bayrak, M. Dünyada ve Türkiye'de serbest zaman kavramının tarihsel gelişimi. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(11), 1-10. <https://doi.org/10.11616/AbantSbe.138>
- Ağduman, F. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Motivasyon ve Tatminlerinin İncelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Akbulut, B. (2020). *Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü Çalışanlarının Rekreatif Etkinliklere Katılımını Kolaylaştıran Faktörlerin Ve İş Yeri Rekreasyon Farkındalıklarının İncelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Giresun Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü].
- Akcan, Z.B. (2010). *Çalışan ve çalışmayan kadınların rekreatif etkinliklerden sportif faaliyetlere katılım düzeylerinin araştırılması (Muğla ili örneği)*. [Yüksek Lisans Tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Akgül BM ve Gürbüz B. (2011), Boş Zaman Tutum Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(1): 37-43. <https://dergipark.org.tr/en/pub/gbesbd/issue/28050/305073>
- Akgül, B. M. (2011). *Farklı Kültürlerdeki Bireylerin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi: Ankara-Londra Örneği* [Yayımlanmamış Doktora tezi]. Gazi Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Al Khatib, A. S. (2014). Time management and its relation to students' stress, gender and academic achievement among sample of students at Al in University of science and technology, UAE. *International Journal of Business and Social Research*, 4(5), 47-58.
- Alay, S. (2000). *Relationship Between Time Management and Academic Achievent Of Selected University Student*. [Yüksek lisans tezi, ODTÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü].
- Altunbay, M. (2020). Türkçe öğretmeni adaylarının serbest zamanlarında yaptıkları etkinliklerin kişisel ve mesleki gelişimlerine etkisi. *Turkish Journal of Educational Studies*, 7(2), 64-77. <https://doi.org/10.33907/turkjes.682926>
- Amerikan Mesleki Terapi Derneği. (2014). Mesleki Terapi Uygulama Çerçevesi: Etki Alanı ve Süreç (3. Baskı) *American Journal of Occupational Therpay*, 68 (Ek 1):S1-S48.

- Arslan, S. (2011). Serbest zaman kullanımı: Sıradan serbest zaman etkinlikleri ve sistemli serbest zaman etkinlikleri. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(2), 1-10.
- Aytaç, Ö. (2004). Kapitalizm ve hegemonya ilişkileri bağlamında boş zaman. *CÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 28, 115-138. Eskidergi.cumhuriyet.edu.tr/makale/1014.pdf. (erişim tarihi:02.05.2020).
- Ayverdi, E. (2022). *Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri İlediğeri Fakültelerde Öğrenim Gören Öğrencilerin Boş Zaman Tutumlarının Dijital Oyun Bağımlılığına Etkileri (Uşak İli Örneği)*, [Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Bahadır, M. (2016). Antikçağ'dan günümüze boş zaman üzerine bir değerlendirme. *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 103-116. <https://dergipark.org.tr/en/pub/etusbed/issue/35461/393989>
- Balcı V, Demirtaş M, Gürbüz P, İlhan A. ve Ersöz V. Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması. 7.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 2002; 123- 131, Antalya.
- Balcı, V. ve Aydın, İ. (2006). Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerinin belirlenmesi, *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 11-18. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000117
- Baysal, A. C.,ve Tekarslan, E. (1996). İşletmeciler için davranış bilimleri. İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi.
- Bozdağ, Ö. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılım Düzeylerinin Boş Zaman ve Yaşam Tatminlerine Etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi].
- Bölükbaş, S.,ve Büyükipekci, S. (2019). Kop bölgesi üniversiteleri turizm fakültesi öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine bakış açılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 23(1), Sayfa: 341-357. <https://doi.org/10.29249/selcuksbmyd.691936>
- Broadhurst, R. (2001). Managing environments for leisure and recreation. *Psychology Press*.
- Büküşoğlu, N. ve Bayturan, A. F. (2005). Serbest zaman etkinliklerini gençlerin psiko-sosyal durumlarına ilişkin algısı üzerindeki rolü. *Ege Tıp Dergisi*, 44(3), 173-177.
- Bürhan, T. (2021). *Güzel Sanatlar ve Spor Lisesi Öğrencilerinin Boş Zaman Tutumlarının İncelenmesi*, [Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü].

- Caldwell LL (2015) Leisure And Health: Why is Leisure Therapeutic (British Journal Of Guidance and Counselling).
- Canan İ. (1997). Vakti En iyi Değerlendirme: İslam'da Zaman Tanzimi, İstanbul: Cihan Yayınları.
- Cevahircioğlu, B. (2007). *Efes ile İlk Adım Basketbol Okulları Projesine Katılan 9-15 Yaş Grubu Çocukların Rekreasyon Aktivitelerine Katılımlarının Değerlendirilmesi*. [Yüksek lisans tezi, Konya Selçuk Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Cordes, K.A. ve İbrahim, H.M. (1991). Application İn Recreation&Leisure For Today and Future. London: Mosby Company. .262–268.
- Çelik, Z. (2014). *Ankara Polis koleji öğrencilerinin boş zaman aktivitelerine yönelik tutumlarının incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Demir, C. (2003). Demografik özellikler ile sağlanan imkânların sportif faaliyet tercihleri üzerine etkileri; üniversite gençliğine yönelik bir uygulama. 1. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Ankara: Türk Hava Kurumu Basım Evi İşletmeciliği.
- Demir,, C. Ve Çevirgen,A, (2006) *Turizm ve Çevre Yönetimi*, Nobel Yayın
- Demirdağ Ş.A.(2019). *Otel İşletmelerinde Rekrasyonel Liderliğin İş Etiğine Etkisi Animasyon Personeli Üzerine Bir Uygulama*, [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Gazi Üniversitesi.
- Dieter, V. (1998). Spor Sosyolojisi. Çeviri: Ayşe Atalay, İstanbul: Alkım Yayınları.
- Dönmez, E. (2019). Gençlik spor il müdürlüğü çalışanlarının boş zaman tutumlarının incelenmesi (Master's thesis, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü).
- Dumazedier, J. (1990). Boş zaman ve kültür. (E. Topbaş, Çev.). Türk Yurdu Dergisi, 38.
- Durol, E. (2017). *Milli eğitime bağlı görev yapan öğretmenlerin rekreasyon etkinliklerine katılımlarının ve serbest zaman engellerinin incelenmesi (Antalya örneği)*, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Akdeniz Üniversitesi.
- Eranıl, A. K., ve Özcan, M. (2018). Lise öğrencilerinin boş zaman yönetimi becerisinin incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(6), 779-785. <https://dergipark.org.tr/en/pub/anemon/issue/39085/373396>

- Erdoğan, M. (2012). *Boş zaman etkinliği yapan ve yapmayan üniversite sınavına hazırlanan 12. sınıf öğrencilerinin test başarı ve kaygı düzeylerinin incelenmesi*[Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü].
- Erken, K. (2008). *Öğretmenlerin Serbest Zamanlarında Spor Faaliyetlerine Katılmalarının İncelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Gedik, N. (1985). Gençliğin Boş Zamanları Değerlendirme Sorunları. *Türk Hemşireler Dergisi*. XXXV. 2. 33–38.
- Gökçe, H. (2020). *Rekreasyon ve yerel yönetimler (1. bs.)*. Pegem Akademi.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., Dinç, Y. (2003). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi*. Detay Yayıncılık.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., ve Dinç, Y. (2009). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi örnek animasyon uygulamaları*.(güncellenmiş ikinci baskı). Ankara: Detay Yayıncılık, 15-16.
- Haworth, J., and Lewis, S. (2005). *Work, leisure and well-being*. *British Journal of Guidance&Counselling*, 33(1), 67-79.
- Işık U. (2014). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda Okuyan Ciddi Boş Zaman Katılımcılarının Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi*. *Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı*. [Yüksek Lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi].
- İlban, O. ve Özcan, K. (2005). Demografik Özelliklerine Göre Boş Zaman Değerlendirme Tercihleri ve Etkileri Üzerine Bir Araştırma. *Pazarlama Dünyası Dergisi*,19(1), s.49–57.
- İnceoğlu, M. (2004). *Tutum Algı İletişim*. Elips Kitap.
- İskender A (2015) *İşgörenlerin İş ve Serbest Zaman Çatışma Düzeyleri İle Mesleki Tükenmişlik ve Yaşam Tatmini İlişkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü].
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1988). *İnsan ve İnsanlar (7. Baskı)*. Evrim Y.
- Karakullukçu, Ö. F. (2020). Öğretmen Adaylarının Boş Zaman Tutumlarının İncelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(1), 264-272.<https://doi.org/10.33689/sportmetre.675690>
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon boş zaman değerlendirme*. Basım: Gazi.
- Karaküçük S (2008) *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme (Gazi Kitapevi)*.

- Karaküçük, S. (1999). *Rekreasyon*. 4. Baskı, Ankara.
- Karaküçük, S. (2001). *Rekreasyon boş zamanları değerlendirme* (4. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi, 38-53.
- Kaya, S. (2015). An Examination of university students' attitudes towards leisure activities. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 6(3), 46-60. <https://dergipark.org.tr/en/pub/psbd/issue/20588/219411>
- Kılbaş, Ş. (2010). *Rekreasyon (Boş Zamanı Değerlendirme)*, Gazi Kitabevi, 4. Baskı.
- Kır, İ. (2007). Yükseköğretim gençliğinin boş zaman etkinlikleri. Ksü Örneği, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 307-328.
- Kırtepe, A. (2011). *Fırat Havzasında Bulunan Bazı Üniversitelerde Öğrenim Görmekte Olan Öğrencilerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Etkinliklerine Katılımlarının ve Beklentilerinin Tespiti*. [Yüksek lisans tezi, Elazığ Fırat Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Kraus, R. (1966). *Recreation today: program planning and leadership*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Kropoktın, P. (1997). Keyifli İş. Çeviren: Saatçioğlu N. İçinde: Şimşek I, (Ed.), *Çalışmak Yorar, Cogito: Üç Aylık Düşünce Dergisi*. Yapı Kredi Yayınları.
- Lapa Y.T. ve Ağyar E. (2012) "Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Katılımlarına Göre Algılanan Özgürlük" *Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1):24-33. <https://dergipark.org.tr/en/pub/sbd/issue/16376/171340>
- Mattingly JM. Ve Bianchi SB. (2003). Gender Differences in the Quantity and Quality of FreeTime: The U.S. Experience. *Social Fores*. 81(3): 999-1030.
- Means, L.E. (1973). *Intramurals, their organization and administration*. PrinticeHall, Inc, Englewood Cliffs N.J., USA.
- Mersinli, D. (2009). *Yerel yönetimlerde spora yönelik rekreasyon hizmetleri ve büyükşehir belediyelerinin rekreasyonel faaliyetlere olan yaklaşımlarının değerlendirilmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi], Akdeniz Üniversitesi.
- Murathan T, Türker A. ve Murathan, F. (2019). Investigation of University Students Attitudes toward Leisure Time Activities (Ardahan University Sample). *Turkish Journal of SportandExercise*. 21 (2): 162-169. <https://doi.org/10.15314/tsed.473228>

- Önal, A. (2007). *Ev Hanımlarının Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının ve Beklentilerinin Tespiti*. [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi/Sosyal Bilimleri Enstitüsü].
- Özdemir, S., Utkun, E. ve Yeşil, E. (2015). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri: Pamukkale Üniversitesi örneği. *Ejovoc (Electronic Journal of Vocational Colleges)*. <https://doi.org/10.17339/ejovoc.73399>
- Özer, B., Gelen, İ. ve Öcal, S. İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıklarının Günlük Problem Çözme Becerilerine Etkisinin İncelenmesi, *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2014; 6 (12) , 235-257.
- Püsküllüoğlu, A. (2005). Türkçe Sözlük, 10. Baskı, Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Rıza E. *Sosyal Psikolojiye Giriş*, İzmir, Anadolu Matbaacılık, 1996: 70-116.
- Sanin, B. (2019). *Türkiye'deki Meslek Yüksekokulları Spor Yönetimi Programı Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi*, [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Serdar, E. (2020). *Serbest zaman tutumu, serbest zaman doyumu ve rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları arasındaki ilişki*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa lisansüstü Eğitim Enstitüsü].
- Sevil, T. (2012). Boş zaman ve rekreasyon: kavram ve özellikler. İçinde S. Kocaekşi (Edt.), Boş zaman ve rekreasyon yönetimi (ss. 3-4). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Soyer, F. ve Can, Y. (1997). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Alışkanlıkları ve Sportif Eğilimlerinin Mesleki Yönelişlerine Göre Karşılaştırılması*, [Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Sönmezoğlu, U., Polat, E., ve Aycan, A. (2014). Gençlik merkezi üyeleri ve bazı değişkenlere göre serbest zaman tatmin düzeyleri. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2 (Special Issue 1), 219-229.
- Sucu, Y., (1996), *Yönetmel Zamanın Etkin Kullanılması*, El Kitabı, Bolu.
- Taş, M. (2023), *Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Tutumlarının Serbest Zaman Motivasyonu İle İlişkisi*, [Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü].

- Taşkıran, B. (2018). Rekreasyon eğitimi alan bireylerin liderlik becerileri ile otorite tercihlerinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi].
- Tavşancıl, E. (2002). Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi. Ed. Hakkı Mirici, Ankara: Nobel Yayınları.
- Taydaş, O., ve Karakoç, E. (2019). Sanal Üretim ve Sanal Tüketim Bağlamında Bilgisayar Oyunları ve Boş Zaman Kavramı: Farmville Örneği. *Erciyes İletişim Dergisi*, 6(2), 1191-1208. <https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.562713>
- Tel, M. ve Köksalan, B. (2008). Öğretim üyelerinin spor etkinliklerinin sosyolojik olarak incelenmesi. *Fırat University Journal of Social Science*, 18(1), 261-278.
- Tezcan, M. (1993). Boş zamanlar sosyolojisi. Ankara: Ankara Üniversitesi Yayını.
- Tolukan E. (2010).*Özel Yetenekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü].
- Torkildsen, G. (2005). Leisure and Recreation Management. (5th. Edition). Taylorand Francis Group. USA.
- Tural, Y. (2004). *Öğretmenlerin boş zamanlarını değerlendirme biçimleri*. [Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi].
- Ülgen, G. (1997). Eğitim psikolojisi: Kavramlar, ilkeler, yöntemler, kuramlar ve uygulamalar. Alkım Yayınevi.
- Ünal, C. (1981). Genel tutumların veya değerlerin psikolojisi üzerine bir araştırma. Eğitim Psikolojisi Dizisi-1, Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Yayınları.
- Yağmur, R. (2006). *Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerle Farklı Bölümlerdeki Öğrencilerin Serbest Zaman Aktivitelerinin Karşılaştırılması*. [Yüksek lisans tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Yerlisu, L.T., Ardahan, F. ve Yıldız, F. (2010). Bisiklet etkinliklerine katılan bireylerin profilleri, bu sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar. 11. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi.
- Yetim G. (2014). *Boş Zaman İlgileniminin Boş Zaman Tatmini ve Sadakati Üzerine Etkisi: Eskişehir'deki Fitnes Merkezleri Üzerine Araştırma*. [Yüksek Lisans tezi, Anadolu Üniversitesi].

Zorba, E. (2004). Muğla üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu rekreasyon bölümü 2. çalışma grubu toplantısı raporu.

Zülal, A. (2002). Sağlık İçin Hareket Edin. *Bilim ve Teknik Dergisi*..72-75.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler	
Adı Soyadı	Caner ÇORLAK
Eğitim	
Lise	
Lisans	Balıkesir Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü (2006-2010)
Yüksek Lisans	Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı (
Doktora	
Yabancı Dil Bilgisi	
İngilizce	

EKLER

EK-1. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

AÇIKLAMA: Aşağıda sizinle ilgili bilgileri içeren sorular bulunmaktadır. Cevaplarınız bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Sizden istenen kendinizle ilgili en doğru bilgiyi vermenizdir. Teşekkürler.

1- Cinsiyetiniz () Bayan () Erkek

2- Yaşınız () 18-21 () 22-25 () 26 ve Üstü

3- Spor Branşınız () Bireysel Spor () Takım Sporları

4- Yaşamınızın çoğunu aşağıdaki yerleşim birimlerinden hangisinde geçirdiniz?

() Köyde () İlçede () Şehirde - Büyük şehirde

5- Sınıfınız : () 1. Sınıf () 2. Sınıf () 3. Sınıf () 4. Sınıf

6. Bölümünüz : () Spor Yöneticiliği () Antrenörlük Eğitimi
() Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

7. Babanızın öğrenim durumu :

() İlkokul veya ilköğretim mezunu () Lise mezunu
() Üniversite mezunu (Lisans) () Yüksek Lisans/ Doktora

8. Annenizin öğrenim durumu :

() İlkokul veya ilköğretim mezunu () Lise mezunu
() Üniversite mezunu (Lisans)

9. Ailenizin Aylık Geliri :

() Askeri ücret ve Altı () 1301-2000 TL Arası () 2001-2500 TL Arası
() 2501-3000 TL Arası () 3001 – 4500 TL Arası () 4501-5000 TL Arası
() 5001 TL ve Üzeri

EK-2. BOŞ ZAMAN TUTUM ÖLÇEĞİ

BOŞ ZAMAN TUTUM ÖLÇEĞİ		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katsayım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Her bir ifadeyi dikkatli bir şekilde okuduktan sonra buna ne derece katıldığınızı ya da katılmadığınızı ifadenin yanındaki kutucukları işaretleyerek belirtiniz. Lütfen her ifadeyi bir kez işaretleyiniz ve cevaplamama; hiçbir ifade bırakmayınız.						
1	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak zamanı akıllıca kullanılmaktadır.					
2	Boş zaman aktiviteleri bireyler ve toplum için faydalıdır.					
3	İnsanlar çoğunlukla arkadaşlık ilişkilerini boş zamanlarında geliştirirler.					
4	Boş zaman aktiviteleri sağlığa katkı sağlar.					
5	Boş zaman aktiviteleri mutluluğu artırır.					
6	Boş zaman çalışma verimini artırır.					
7	Boş zaman aktiviteleri enerjiyi yenilemeye yardımcı olur.					
8	Boş zaman aktiviteleri kişisel gelişim için bir araç olabilir.					
9	Boş zaman aktiviteleri bireyin rahatsızlanmasına yardımcı olur.					
10	İnsanlar boş zaman aktivitelerine ihtiyaç duyar.					
11	Boş zaman aktiviteleri sosyal ilişkiler için iyi bir fırsattır.					
12	Boş zaman aktiviteleri önemlidir.					
13	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olduğumda zaman çok çabuk geçiyor.					
14	Boş zaman aktiviteleri bana keyif veriyor.					
15	Boş zaman aktiviteleri değer verebilir.					
16	Boş zamanın boyunca kendim olabiliyorum.					
17	Boş zaman aktiviteleri bana zevk deneyimler sağlar.					
18	Boş zamanın benim için iyi olduğunu hissediyorum.					
19	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmaktan hoşlanıyorum.					
20	Boş zaman aktivitelerim canlandırıcıdır.					
21	Boş zaman aktiviteleri ile sık sık meşgul olmama uygun olduğunu düşünüyorum.					
22	Boş zaman aktiviteleri için harcadığım zamanı boşa geçmediğini hissediyorum.					
23	Boş zaman aktivitelerimden hoşlanıyorum.					
24	Boş zaman aktiviteleri dikkatimin tamamını alıyor.					
25	Boş zaman aktivitelerine sık sık katılıyorum.					
26	İmkânın olsa boş zaman aktiviteleri için harcadığım zaman miktarını artırırdım.					
27	Geçir durumum müsaade ettiği ölçüde boş zaman aktivitelerinde kullanmak üzere araç gereç satın alırım.					
28	Zamanım ve param yetse daha yeni boş zaman aktivitelerine katılırdım.					
29	Boş zaman aktivitelerimde daha yeterli olabilmek için önemli derecede zaman ve efor harcarım.					
30	Seçme şansım olsa boş zaman ihtiyaçlarımı karşılayan bir şehir ya da çevrede yaşardım.					
31	Plansız bile olsa bazı boş zaman aktivitelerine katılırdım.					
32	Boş zaman aktivitelerimi daha iyi yapabilmek için bir seminer ya da kursa katılabılırdım.					
33	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak için boş zamanımın artması gerektiğini düşünüyorum.					
34	Meşgulken bile boş zaman aktivitelerine katılırdım.					
35	Boş zaman aktivitelerine yönelik eğitim ve on hazırlık için zaman harırlayabilirdim.					
36	Diğer aktiviteler arasında boş zamanıma öncelik tanırım.					

EK-3. ETİK KURUL ONAYI

**T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KOMİSYONU
ONAY BELGESİ**

Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisi Caner ÇORLAK'ın Dr. Öğr. Üyesi Ali Naci ARIKAN'ın danışmanlığında yürüttüğü "Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Tutumlarının İncelenmesi" başlıklı çalışmalarını için bilimsel etik kurul onay belgesi talebi komisyonumuzca değerlendirilmiş ve etik açıdan uygun bulunmuştur. 24.02.2023

Komisyon Başkanı
Prof.Dr. Bayram ŞAHİN

Prof.Dr. Elif ÇİMEN
Üye

Prof.Dr. Sebahattin KARAMAN
Üye

Prof.Dr. Salim ÇONOĞLU
Üye

Prof.Dr. Uğur GÜRGAN
Üye



Eğitimde, bilimde, sanatta çağdaş...

