



**ÜNİVERSİTE TOPLULULARINDA REKREATİF FAALİYETLERE
KATILAN BİREYLERİN SERBEST ZAMAN TATMİN
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

İsmihan YİĞİT

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

**Tez Danışmanı
Doç. Dr. Cemal GÜNDOĞDU**

Yüksek Lisans Tezi – 2018

T.C.
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ÜNİVERSİTE TOPLULULARINDA REKREATİF FAALİYETLERE
KATILAN BİREYLERİN SERBEST ZAMAN TATMİN
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

İsmihan YİĞİT

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI
Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Cemal GÜNDOĞDU

Bu Araştırma İnönü Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi Tarafından 888 proje numarası ile desteklenmiştir.

MALATYA- 2018

KABUL VE ONAY SAYFASI

İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı çerçevesinde yürütülmüş olan; **İsmihan YİĞİT'in "Üniversite Topluluklarında Rekreatif Faaliyetlere Katılan Bireylerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi"** konulu bu çalışması, aşağıdaki jüri tarafından Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 23/05/2018



Dr. Öğr. Üyesi Süreyya Yonca SEZER
Fırat Üniversitesi
Jüri Başkanı



Doç. Dr. Cemal GÜNDOĞDU
İnönü Üniversitesi
Tez Danışmanı
Üye



Dr. Öğr. Üyesi Özgür KARATAŞ
İnönü Üniversitesi
Üye

ONAY

Bu tez, İnönü Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri üyeleri tarafından kabul edilmiş ve Enstitü Yönetim Kurulu'nun/...../2018 tarih ve 2018/..... sayılı Kararıyla da uygun görülmüştür.

Prof. Dr. Yusuf TÜRKÖZ
Enstitü Müdürü

Bu tezi beni bugünlere getiren, sabrı ve gururuyla destekleyen, en büyük emekçim, güzel çınar ağacım, canım babama ithaf ediyorum.

İÇİNDEKİLER

ÖZET	vii
ABSTRACT	viii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ	x
TABLolar DİZİNİ	xi
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Önemi.....	2
1.2. Araştırmanın Amacı.....	2
1.3. Problem Durumu.....	3
1.4. Alt Problemler Durumu	3
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	3
1.6. Araştırmanın Varsayımları.....	3
1.7. Hipotezler.....	4
2. GENEL BİLGİLER.....	5
2.1. Zamanın Kavramı.....	5
2.1.1. Zamanın Önemi	5
2.1.2. Zaman Kullanım Bölümleri.....	6
2.2. Boş Zaman Kavramı	7
2.2.2. Boş Zamanın Önemi.....	13
2.2.3. Boş Zamanın Özellikleri	13
2.2.4. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları	13
2.2.5. Boş Zamanın Değerlendirmesinin Özellikleri.....	14
2.3. Rekreasyon.....	14
2.3.1. Rekreasyon Tanımı ve İlgili Kavramlar	14
2.3.2. Rekreasyon Özellikleri	16
2.3.3. Rekreasyonun Sınıflandırılması	17
2.3.4. Rekreasyon Etkinliklerinin Sınıflandırılması.....	19
2.3.5. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri.....	20
2.3.6. Rekreasyon Yararları.....	21

3. MATERYAL METOT.....	23
3.1. Araştırma Modeli	23
3.2. Araştırma Grubu.....	23
3.3. Verilerin Toplanması	23
3.4. Veri Analizleri.....	24
4. BULGULAR	26
4.1. Nicel Bulgular	26
4.2. Nitel Bulgular.....	33
4.2.1. Tema 1: Topluluğa Üye Olmasındaki Sebep	33
4.2.2. Tema 2: Psikolojik ve Fiziksel İyi Oluş	35
4.2.3. Tema 3: Sosyal Etkileşim ve Sosyal Entegrasyon	37
4.2.4. Tema 4: Kişisel Gelişim	38
5. TARTIşMA	40
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	46
KAYNAKLAR.....	48
EKLER.....	53
Ek 1. Özgeçmiş	53
Ek 2. Etik Kurul	54
Ek 3. Anket Formu	55
Ek 4. Serbest Zaman Tatmin Ölçeği	56

TEŞEKKÜR

Bu araştırmanın tamamlanmasında değerli görüş ve yardımlarını esirgemeyen ayrıca yüksek lisans yaptığım dönem içerisinde akademik anlamda tecrübe sahibi olmama katkı sağlayarak destek ve motivasyonundan ötürü danıőman hocam sayın Doç. Dr. Cemal GüNDOğDU'ya,

Yüksek lisans yaptığım dönem içerisinde yardımlarını esirgemeyen Arő. Gör. Yalın AYGÜN'e

Yüksek lisans yaptığım dönem içerisinde yardımlarını esirgemeyen Arő. Gör. Özgür EKEN'e,

Bu araştırmanın tamamlanması için verileri toplamam için yardımcı olan İnönü niversitesi topluluk baőkanlarına ve topluluk üyelerine ayrıca teşekkür ederim.

Araştırmamın her aőamasında manevi desteği ile yanımda olan aileme teşekkür ederim.

Son olarak projenin gerçekleőmesi için maddi destek sağlayan İnönü Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Projeleri Birimi'ne teşekkür ederim.

ÖZET

Üniversite Topluluklarında Rekreatif Faaliyetlere Katılan Bireylerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi

Amaç: Bu araştırma İnönü Üniversitesindeki topluluklarda rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenerek keşfedilmesini amaçlamaktadır.

Materyal ve Metot: Bu araştırma yakınsayan paralel desende hazırlanmış olup, karma araştırma modelinden yararlanılmıştır. Araştırmanın evreninde İnönü Üniversitesindeki rekreasyonel faaliyetlere katılan öğrenci topluluklarının 2071 üyesi oluştururken örneklemini ise rekreasyonel faaliyetlere katılan 485 topluluk üyesi oluşturmaktadır. Araştırmada Karlı ve arkadaşlarının (2008) Türkçeye çevirdiği serbest zaman tatmin ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların serbest zaman tatmin düzeylerinin değişkenler ile aralarındaki farklar tek yönlü varyans analiziyle test edilmiştir. Katılımcıların cinsiyet ve gelir düzeyine ait değişkenleri bağımsız tek örneklem testi ile karşılaştırılmıştır. Nitel verilerde Nvivo 11 yazılım paketinden yararlanılarak söylemlerine tematik analiz uygulanmıştır.

Bulgular: Serbest Zaman Tatmin Ölçeği alt boyutlarında katılımcıların en yüksek aritmetik ortalama değerinin rahatlama boyutunda, en düşük ise fizyolojik boyutta olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet ve gelir düzeylerine göre katılımcıların serbest zaman tatmin düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Nitel bulgularda topluluğa üye olmasındaki neden, sosyal etkileşim ve entegrasyon, fizyolojik ve psikolojik iyi oluş, kişisel gelişim temalarına ulaşılmıştır.

Sonuç: Sonuçlara göre yaş arttıkça serbest zaman tatmin düzeyinin arttığı, halk oyunları topluluğunun diğer topluluklara göre serbest zaman tatmin düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Topluluklara üye olmak ve aktivitelere katılımın ilgi, merak, stres atmak ve kişisel gelişim için olduğu, fiziksel ve psikolojik olarak kendilerini iyi hissettikleri, sosyal etkileşim ve entegrasyonun önemli payı olduğu, kişisel gelişim gösterdiklerini aynı zamanda aktivitelere katılımların kişisel gelişimlerini sağlamak olduğunu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelime: Serbest Zaman, Rekreasyon, Topluluk, Tatmin Düzeyi

ABSTRACT

An Examination of Leisure Satisfaction Level of Individuals Participating in Recreational Activities in University Communities

Objective: The purpose of this study is to examine leisure satisfaction level of individuals participating in recreational activities in university communities.

Materials and Methods: This research is based on the convergent parallel design and it is benefit from the mixed research model. The study population consists of the 2071 members of the community of scholars participating in the recreational activities at the Inonu University, while the sample consists of the 485 members if the communities participating in the recreational activities. In the study, the prediction scale, which Karlı and his friends adapted to Turkish, was used. The differences between the variables of the participants' leisure satisfaction levels were tested using one way ANOVA. Variables of participants' gender and income level were compared with independent single sample test. In the qualitative data, the content analysis conversation casts were applied the thematic analysis to the discourses using the Nvivo 11 software package.

Findings: It was determined that the highest arithmetical mean value of the participants' was in the relaxation dimension and the lowest arithmetical mean value of the participants' was in the physiological dimension in the leisure satisfaction level scale sub dimensions. According to gender and income variables, there were no significant difference between participants' leisure satisfaction levels. A statistically significant difference was found in age variables. The reasons for being a member of the community in qualitative findings are social integration, physiological and psychological well-being, personal development themes.

Conclusion: When the results are examined, it is determined that as the age level increases, the physiological level of leisure time satisfaction increases. It has been observed that the folk dance group has higher levels of leisure time satisfaction than other groups. It has come to the conclusion that being a member of the communities and participating in the activities is for personal development, interest, curiosity, stride away from stress and personal development, physical and psychological self-esteem. At the same time, it was concluded that these people showed their personal development and provided the personal development of their participation in the activities.

Key Words: Leisure Time, Recreation, Community, Satisfaction Level

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

SZTÖ	: Serbest Zaman Tatmin Ölçeği
T	: Topluluk
E	: Erkek
K	: Kadın



ŞEKİLLER DİZİNİ

Sekil No

Sayfa

Şekil 1.1. Zaman Kullanım Bölümleri 7



TABLULAR DİZİNİ

Tablo No	Sayfa
Tablo 4.1.1. Katılımcılara ilişkin demografik değişkenlerin sıklık ve yüzdelerik dağılımları.	26
Tablo 4.1.2. SZTÖ alt boyutlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri.	27
Tablo 4.1.3. Katılımcıların cinsiyeti ile SZTÖ alt boyutları arasındaki t testi sonuçları.	27
Tablo 4.1.4. Katılımcıların yaşları ile SZTÖ alt boyutları arasındaki ANOVA testi sonuçları.	28
Tablo 4.1.5. Katılımcıların gelir düzeyi ile SZTÖ alt boyutları arasındaki t testi sonuçları.	29

1. GİRİŞ

Son yüzyılda teknolojinin hızla gelişmesi ile birlikte değişimi de beraberinde getirmiştir. Bu değişim bireylerin zaman kullanımlarını etkilemiş ve bunu sonucunda bazı kavramlar hayatımıza girmiştir. Sanayinin ve teknolojinin gelişmesi ile insan gücüne duyulan ihtiyaç azalmış ve bu iş yükünden geri kalan serbest (boş) zaman kavramı karşımıza çıkmaktadır (1).

Günümüzde insan ihtiyaçları da tüketilmeye hazır bir şekilde ulaşmaktadır. Modern ve ileri teknolojilerin uygulanması ve yeni birtakım buluşların yapılması, gelişmiş ülkelerde zaman olarak daha az emeğe ihtiyaç hissettirmektedir. Sanayileşme ve teknolojik gelişmelerin insan yaşamında kolaylıklar sağladığı boş zaman kavramını ortaya çıkarmaktadır. 19. yüzyıl sonlarından günümüze baktığımızda serbest zamana ayrılan zaman artmıştır (2).

Günümüz toplumlarında artık gelişmiş ve gelişmekte olan ülkeler serbest zamanlarını iyi değerlendiren, aktivitelerden haz alan, aktiviteleri keyif döngüsüyle yapan bireyler çalışma hayatlarında iş verimliliğini artırmayı başaran bu noktada haz ve keyif döngüsüyle yaşantılarını pozitif yönde etkilemeyi hedefleyen bir politika izlemeye başlamışlardır. Serbest zamanlarını planlı, etkili ve verimli kullanan bireylerin duygusal, ruhsal, zihinsel, toplumsal, mesleki ve fiziksel olarak sağlıklı bireyler olmalarını pozitif yönde etkiler. İnsanların olumlu sağlık düzeyini elde etmede en önemli unsurlardan birisi bireyin boş zamanlarını ne kadar etkili ve verimli kullandığı ile alakalı olduğu düşünülmektedir (3). Bundan dolayı bireyler, serbest zaman aktivitelerini kendileri seçerek boş zamanlarını ne şekilde ve nasıl değerlendirdikleri tatmin düzeylerini de etkilediği söylenebilir.

Bu araştırmada da bireylerin yaşantılarında olumlu etkileri olan rekreasyonel amaçlı katıldıkları bisiklet topluluğu, dağcılık topluluğu, dans topluluğu, fotoğrafçılık topluluğu, halk oyunları topluluğu, izcilik topluluğu, su altı topluluğu, oryantiring topluluğu, uzak doğu spor severler topluluğunun etkinlikleri sonucunda serbest zamanlarını istedikleri ve tatmin oldukları düzeyde kullanıp kullanamadıklarını belirlemek adına çalışmalar yapılmıştır.

1.1. Araştırmanın Önemi

İnsanların yaşamlarında sosyo-ekonomik ve kültürel alanda meydana gelen değişimler nedeniyle bireylerin serbest zamanlarında yaşam kalitelerini pozitif yönde etkileyecek faaliyetlere katıldıkları söylenebilir. Bu nedenle insanlar farklı sosyal çevrelere girme, stresten uzaklaşma, beden ve ruh sağlığını koruma ve geliştirme gibi kişisel gelişimlerine katkı sağlayacak faaliyetlere daha çok katılım gösterme eğiliminde oldukları görülmektedir. Serbest zaman tatmini günümüzde gelişmekte olan toplumların dikkatle üzerinde durması gereken bir konu iken ülkemizde bu alanda yapılmış çalışmaların sınırlı sayıdadır. Günümüzde rekreatif aktivite düzenleyen topluluklar sadece spor aktivitelerinin yanı sıra topluma hizmet uygulamaları altında bir çok etkinlik düzenlemekle birlikte şehir dışı kısa turlar, turistik geziler, trekking, dalma ve tırmanma gibi özel yetenek ve bilgi gerektiren aktiviteler, yeni yıl partileri, yaz aylarında açık hava organizasyonları gibi farklı imkânlar da sunarak yaşam kalitelerine vurgu yapma yoluyla farklı imkanlar sunduklarını söyleyebiliriz. Rekreatif olarak aktivitelere katılımın bireylerin tüm yaşam alanlarına nüfuz ederek, bireyin serbest zamanlarını daha iyi değerlendirmesi önemli ve üzerinde durulması gereken bir nokta olarak görülmelidir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı; Malatya ili İnönü Üniversitesindeki bisiklet topluluğu, dağcılık topluluğu, dans topluluğu, fotoğrafçılık topluluğu, halk oyunları topluluğu, izcilik topluluğu, oryantiring topluluğu, sualtı topluluğu, Uzakdoğu sporseverler topluluğuna üye lisans öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenerek keşfedilmesidir. Yapılan literatür taraması sonucunda serbest zaman tatmin düzeyi üzerine birçok çalışma olmasına rağmen farklı toplulukların serbest zaman tatmin düzeylerine rastlanmamıştır. Aynı zamanda karma araştırma yöntemi ile Türkçe alan yazında bu konuda herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Nicel ve nitel araştırma yöntemlerinin beraber kullanılarak araştırma konunun derinlemesine araştırması diğer araştırmalara yön göstermesi açısından önemli veriler sağlayabilecektir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışma, Malatya ili İnönü Üniversitesindeki Bisiklet, Dağcılık, Dans, Fotoğrafçılık, Halk Oyunları, İzcilik, Oryantiring, Sualtı ve Uzakdoğu Sporseverler Topluluklarına üye lisans öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenerek derinlemesine keşfedilmesini amaçlamaktadır.

1.3. Problem Durumu

İnönü üniversitesi topluluklarında aktif olarak rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeyleri nasıldır ve bu düzeyler nasıl açıklanmaktadır?

1.4. Alt Problemler Durumu

- Üniversite topluluklarında aktif olarak rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeyleri yaş gruplarına göre farklılık göstermekte midir ve bu düzey nasıl açıklanmaktadır?
- Üniversite topluluklarında aktif olarak rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermekte midir ve bu düzey nasıl açıklanmaktadır?
- Üniversite topluluklarında aktif olarak rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeyleri gelir seviyelerine göre farklılık göstermekte midir ve bu düzey nasıl açıklanmaktadır?
- Üniversite topluluklarında aktif olarak rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeyleri topluluklara göre farklılık göstermekte midir ve bu düzey nasıl açıklanmaktadır?
- Üniversite topluluklarında aktif olarak rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin kazanımları nelerdir?

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma İnönü Üniversitesinde aktif olarak rekreatif faaliyete katılan öğrenci toplulukları ile sınırlıdır.

1.6. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmaya İnönü Üniversitesinde aktif olarak rekreatif faaliyete katılan katılımcıların serbest zaman tatmin düzeyi ölçeğini içtenlik ve samimi olarak cevapladıkları ve örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

1.7. Hipotezler

H1: Rekreatyonel faaliyetlere katılan katılımcıların gelir düzeyleri arttıkça serbest zaman tatmin düzeyleri artmaktadır.

H2: Rekreatyonel faaliyetlere katılan katılımcıların yaşları arttıkça serbest zaman tatmin düzeyleri artmaktadır.

H3: Rekreatyonel faaliyetlere katılan katılımcıların serbest zaman tatmin düzeyleri yüksektir.

H4: Rekreatyonel faaliyetlere katılan katılımcıların cinsiyete göre farklılık vardır. Şeklinde düşünülmüştür.



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Zamanın Kavramı

Zaman; canlı veya cansız hayat ölçüsü olan tüm varlıkları kapsayan sadece kullanılan ve kaybedilen, ödünç alınamayan, tasarruf edilemeyen, ne olursa olsun bir daha tekrarlanamayan nesnelerin uzaydaki hareketlerine göre ölçülebilen aynı zamanda bölümlere ayrılabilen bir kavramdır (4).

Zaman olayların geçmişten günümüze gelip geleceğe doğru birbirini takip eden kesintisiz bireyin kontrolü dışındaki süreçtir (5).

Zaman, yaradılıştan bu zamana kadar insan için büyük önem arz etmektedir. Zaman insanlar için gerek gelişimlerinde olsun her meslek başarısında büyük bir payı olması yanı sıra fertler ve toplumların gelişiminde de önemli role sahiptir. Diğer toplumlara nazaran sosyal ilişkilerini, iş hayatlarını, eğlence ve dinlenme alışkanlıklarını bu anlayış içinde sürdüren toplumlar daha gelişmişlerdir (6).

Zamanı verimli ve kullanamayan bireylerin birçoğuna bakıldığında yaşamlarını olumsuz etkileyerek yaşam dengelerini bozar, asıl kendileri için önem arz eden işlere daha az vakit ayırmalarına sebep vermiştir ki buda insanların yaşam dengesini bozar (5).

İnsan zamana bağlı olarak yaşar, ancak herkes bu zaman sürelerini birbirinden farklı algılar. Zaman insanlar tarafından psikolojik olarak farklı olarak algılanmasının yanı sıra olayların birbiriyle bir zincir gibi olması, anıların etkisi ve geleceğe yönelik istekler ve arzular gerçek zamanın daha kısa veya daha uzun olarak algılanmasına yol açar (6). En çok yokluğundan şikayet edilen konuların başında zaman gelmektedir ve geçen zamanın geri dönüşü imkansızdır. Bu nedenle zaman kullanılırken planlanmalı ve verimli bir şekilde kullanılmalıdır yani “zamandan, zaman tasarruf edilmelidir (7).

2.1.1. Zamanın Önemi

Zaman etkili ve verimli kullanılması eğitim ve uygarlık işidir. Eğitim, okul ve çevreyle bütünleşir. Bireyin zamanı verimli kullanabilmesi veya planlayabilmesi için bireyin kendini iyi tanıması gerekmektedir ki zamanı etkili bir şekilde kullansın. Yani birey hedeflerini iyi bilmeli ve kavramalıdır, ne yapacağını ya da ne yapmayacağını iyi bilip sınırlarını çizmelidir. Ayrıntılarda zaman kaybetmeyip zamanı iyi kullanıp kısa zamanda çok iş yapmalıdır. Bunların uygulanması zamanın iyi kullanılması demektir (8). Belli bir ritimle akan, paha biçilmez bir kaynak olan zaman her dakika 60 saniye,

her saat 60 dakikadır (9). Çok değerli olan zaman kavramında olaylar planlanır, sıralanır ve değerlendirilir. Zaman hayattır, bu kavram içinde olaylar ve olgular olur bundan dolayıdır ki zamanı dolu geçirmek hayatı dolu geçirmek anlamı taşımaktadır (8).

İnsan, zamanı iyi planlamak ve kullanmak zorundadır. Çünkü zaman (10);

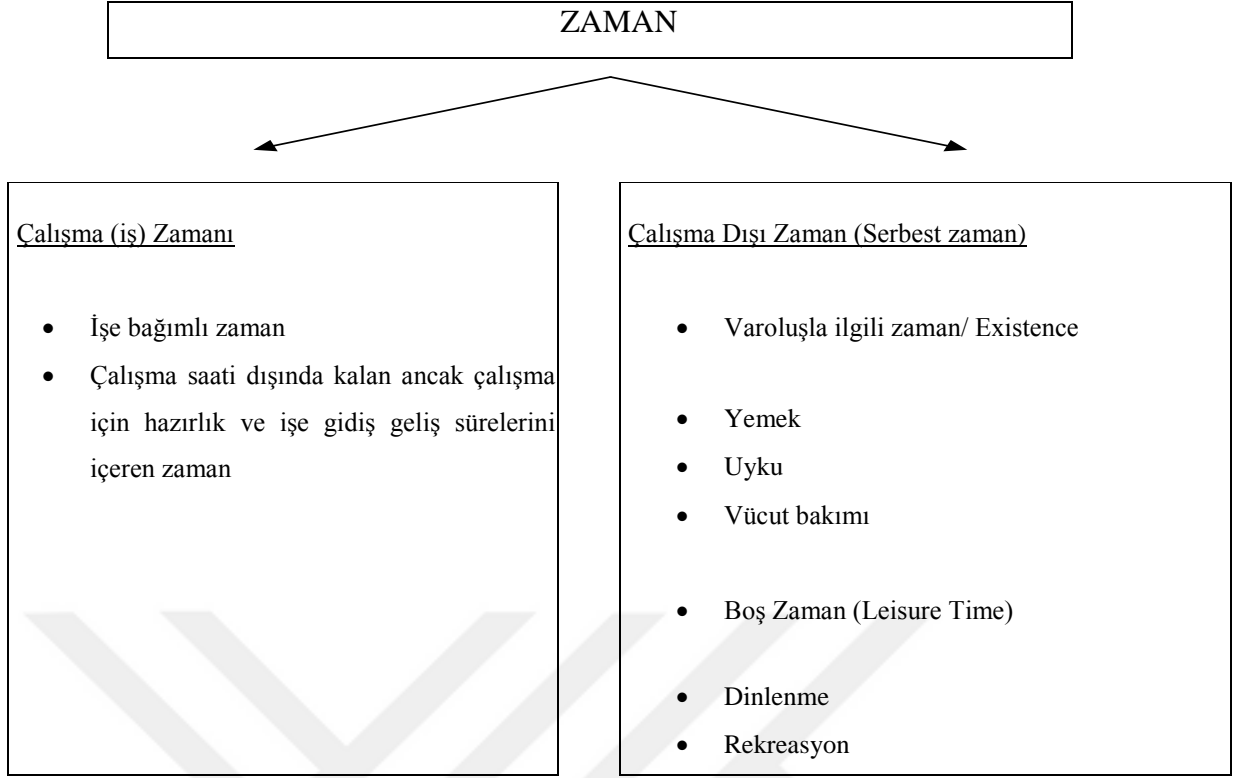
- 1- Tasarruf edilemeyen,
- 2- Ödünç alınamayan, kiralanamayan,
- 3- Satın alınamayan, çoğaltılamayan,
- 4- Toplanamayan ve hammadde gibi depolanamayan,
- 5- Sadece kullanılan ve kaybedilendir.

Özetleyecek olursak zaman kıymetli bir kavramdır, ona yaklaşım ve kullanım şeklimiz; sağlıklı ya da gergin, başarılı veya başarısızlık dengesi veya depresif biri olmamıza sebebiyet verebilir (5). İnsanların zamanı nasıl kullanacağını bilmesi veya bu konuda bilinçli olması, çalışma biçimimizi sürekli geliştirmenin anahtarıdır. Zamanı iyi kullanan bireyler zamanı etkili biçimde değerlendirir harcayabilir aynı zamanda bireylerin yaşam kaliteleri yükselir (11).

2.1.2. Zaman Kullanım Bölümleri

Zaman kullanımı konusu gelişmiş ülkelerin diğer ülkelere oranla daha bilinçli olduğunu söylemek olasıdır. Gelişmiş ve gelişmemiş ülkeler arasındaki en önemli farklardan birisi zamanı etkili ve bilinçli kullanımınıdır. Zamanın iyi kullanılması insanların çalışma yaşamına, toplumsal yaşamına ve kendisine ayırdığı zaman arasında dengeyi kurarak daha etkili şekilde kullanmasına bağlıdır. Descartes, toplumların ileri veya geri zekâlı diye ayrılmayacağını, ülkelerin gelişmişlik ve zenginliklerinin zamanı planlı ve programlı kullanarak çalışmalarından ve dinlenmelerinden kaynaklandığını ileri sürmektedir. Zamanın etkili ve bilinçli kullanılması hem bireyi hem toplumu etkilemektedir (12).

Zamanın yemek, uyumak gibi fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasıyla ilgili ve oyun, eğlence, spor gibi etkinliklerin yapıldığı kullanım bölümleri mevcuttur (6).



Şekil 1.1. Zaman Kullanım Bölümleri (6).

Garsia zamanı,

Çalışma zamanı,

1. Çalışmaya bağlı etkinliklere ayrılan zaman,
2. Yaşamı sürdürmeye yönelik etkinlikler,
3. Serbest zaman olarak bölümlere ayırırken,

Megyeri,

Temel ihtiyaçların giderilmesine ayrılan zaman (uyku, temizlik, yemek vb),

1. Çalışma ve buna bağlı etkinlikler ve görevler için ayrılan zaman (iş, yolculuk, ödev, öğrenim için geçen süre vb.),
2. Serbest etkinliklere ayrılan zaman (eğlence, spor, dinlenme vb.),
3. Diğer etkinliklere ayrılan zaman olarak gruplama yapmıştır (13).

2.2. Boş Zaman Kavramı

Boş zaman kelimesi “izin vermek” veya “müsaade etmek” anlamına gelmesinin yanı sıra Latin kökenindeki “licer” kelimesinden gelmektedir. Yapılması zorunlu olan eylemlerin olmadığı, kişinin arzu ettiği gibi kullanılan bir zaman dilimi olarak

tanımlanmasının yanı sıra genelde özgürlük ve özgür seçme hakkı gibi kavramlarla ilişkilendirilmektedir (14).

Boş zaman konusunda çeşitli tanımlar yapılmıştır. Bu tanımlardan bazıları şunlardır. İnsanların başarı kazanma, başarılarını arttırma, eğlenme için kullandıkları zaman boş zaman olarak ifade edilmektedir (15).

En temel anlamına bakıldığında, boş zaman kişinin çalışma, dinlenme, günlük işlerinden sonra arzu ettiğince kullanabileceği zaman dilimidir. Bu bahsedilen zamanın nasıl kullanılacağı veya değerlendirileceği kişinin özgür iradesine bağlıdır (16).

Çeşitli olanaklara cevap veren boş zaman kavramı genelde çalışmanın zıttı olarak düşünülür. Ancak kişinin çalışma saati bir başkasının serbest vakti olabilir ve serbest zamanın özelliklerini bir araya getirir. Mecburiyetlerden kurtuluş, boş zamanın çekiciliği olarak düşünülür (17). Boş zamanın tanımı kişiden kişiye farklılık gösterir (18).

Kemp ve Pearson' a göre boş zaman; iş, çalışma, fiziki veya mental yorgunluğun atılması için arılan dinlenme zamanı, uyku, yemek yeme ve diğer zorunlu işler için ayrılan zaman sonrasında arta kalan vakittir (19). Başka bir bakış açısına göre boş zamanı zorunlu olarak yapmak durumunda olduğumuz aktiviteler ve işe ayrılan vakit dışında kalan zaman birimi olarak görürken, bir toplumun kültürünü anlamının en iyi yolunun boş zaman olduğunu savunur (20). "Dünya Boş Zaman ve Rekreasyon Birliği" nin tanımına göre ise boş zaman; kişisel doyumu arttıran, hoşnutluk ve memnuniyet içeren aktivitelere yönlendiren insan hayatının özel bir alanıdır. Entelektüel, sosyal, estetik ve ruhsal özellikteki öğelerinin çok yönlü formlarını kapsayan aktiviteler kavramı boş zaman olarak düşünülmektedir (21).

Çalışma dışı zaman kişinin hayatını sürdürmek ve kazanmak amacıyla gerek bedensel gerek dşşsel ihtiyaçlar için, harcanan zorunlu zaman dışında kalan zamandır. Çalışma dışı zaman, kişinin biyolojik olarak hayatını sürdürmesi için yemek, uyumak, kişisel ihtiyaçların karşılanması, işe gidiş-geliş süreleri, çocuk bakımı ile zorlama duygusunun en az olduğu ve insanın kendi yargı ve seçimine göre kullanacağı, isteğe bağlı kullandığı boş zamanı kapsamaktadır (6).

Boş zamana etkinlikleri psikolojik, sosyal ve fiziksel olarak sahip olduğu değerlere destek sağlayarak kendi felsefesini oluşturmalıdır. Kişinin uğraş alanı içindeki yaşam tarzını etkileyen gayretleri içermeli ve onların toplum içinde yer alan bireyler olmasına yardım etmeli bununla birlikte kişi kendi yaşam biçimini güzelleştirmelidir (22).

Boş zaman terimini açıklamak amacıyla birçok yaklaşımlar vardır. Bu yaklaşımların birçoğu sanayi devrimi sonucunda yaşanan sıkıntılar sonucu ortaya çıkmıştır. Boş zaman hakkındaki görüşlere baktığımızda klasik görüş; Bu görüşe göre amaçlı, planlı yapılan bir eylem yerine onun zıttı olan politik tartışmalar ve genel öğrenmeyi kapsayan faaliyetler olarak kabul edilir. Bireyin istediği gibi kullanabileceği zamandır (23).

Boş zamanı sosyal bir sınıfın fonksiyonu olarak kabul eden görüşe göre; Amerikan sosyoloğu Thorstein Weblen'in 19. yüzyıl sonlarındaki çalışma ile boş zamanın sosyal sınıfla ilişkisi ortaya çıkmıştır. Boş zamanı imtiyazlı sınıfın, burjuvaların yaşantısı olarak kabul etmiş olan Weblen başkalarının yaptığı çalışmalar sonucunda yaşam standartları yüksek olan insanların kendileri gibi çalışmayan tembel zenginlere saldırdığını ortaya çıkarmıştır. Sanayi devriminden sonra çalışmaya büyük önem verilmiştir ve haftada 70 saat çalışma uygun görülmüştür (23).

Çalışma tasarrufu büyük sanayi devrimi ile, sermaye birikimi gibi kavramlar toplumda yeni değerler olarak ortaya çıkmıştır. Bu nedenle boş zaman toplumda savurganlık olarak değerlendirmeye başlanmıştır. İşçilerin zor çalışma hayatı ile küçük yaştaki çocukların 12 saat çalıştırıldığı bu döneme rastlamaktadır (24).

On yıl önce felsefe profesörü Barrett şunları yazmış: “Boş zaman önemsiz bir meşguliyet değildir; işin zayıf bir uzantısı değildir; yaşamın hengâmesi içindeki bir şekilde doldurulması gereken bir aralık ya da boşluk değildir. Boş zaman tam anlamıyla, en dolu ve tamam haliyle yaşanan bir yaşamdır.” En temel anlamıyla, boş zaman hayatın görünen anlam ve amacını sorgulamaya olanak sağlar. Boş zaman sükûnet, sabır, özen gerektirir. Sükûnet düşünceyi besler, yansıtma aklı geliştirir, dinleme ise insanlığı yaratır (25).

Boş zaman; bireyin başkaları ve kendileri için sorumluluklardan kurtulduğu ve kişinin özgür olarak seçeceği ve uğraşacağı zamandır. Tezcan boş zamanın iki şekilde sınıflandırmıştır (15);

Uzun süreli boş zamanlar

- Çocukluk dönemi boş zamanları
- Yıllık izinler
- Emeklilik dönemi boş zamanlar

Kısa süreli boş zamanlar

- İş günlerinin sonunda boş zamanlar, akşamüstü ve akşamları boş zamanlar
- Hafta sonları
- Kısa süreli tatiller diye değerlendirebiliriz.

Tüm toplum ve kültürlerde boş zamanları etkileyen etmenler vardır. Bu etmenler, daha çok sanayileşmiş toplumlarda ve sanayileşmekte olan toplumlar için de önemini arttırmaktadır (15).

Torkildsen boş zamanı dört kategoriye ayırmıştır. Bunlar (17);

1- Vakit Olan Boş Zaman: Boş zaman bir insanın maddi olarak bir getiri için çalışmadığı zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır. Ancak bu tanım bazı yanlış farklı anlaşmalara yo açabilir. Bu nedenle Torkildsen'e göre "Boş Zaman" sadece para kazanmak için ayrılan zamanı değil kişinin ayrıca yemek, uyumak gibi zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan süreden arta kalan zamanı da simgeler.

2- Etkinlik Olarak Boş Zaman: Uluslararası Boş Zaman ve Sosyal Bilimler grubuna göre boş zaman kişinin dinlenmek, eğlenmek, yeteneklerini geliştirmek, yeteneklerinin farkına varmak, yaşantısındaki sorumluluklarını yerine getirdikten sonra hür iradesi ile faaliyet aktivitelerdir. Bu faaliyet ve etkinlikler genellikle fiziksel aktiviteler olarak görünüp bilirse de, bu faaliyet ve aktiviteler fiziksel olduğu kadar zihinsel ve duygusal öğeleri de içerebilir.

3- Yaşam Biçimi Olarak Boş Zaman: Geçmişe baktığımızda Antik Yunan toplumunda "zihnin hazineleri" hayatın eğlence ve coşkusunu içeren boş zamanların ürünleriydi. Aristo, boş zamanın bir var olma, çalışma gerekliliğinden kalan zamanı ve bir yaşam biçimini karakterize ettiğini düşünmekteydi. Bu nedenle boş zamanda yapılan aktiviteler bireyin yaşamında önemli sayılacak derecede bir yer olarak bazen bireyin yaşamındaki diğer öğelerin faaliyetlerin değerini belirlemektedir.

4- Rekreasyon Olarak Boş Zaman: Rekreasyon ve boş zaman anlamsal olarak bir biri içerisindeki iki kelimedir. Aralarındaki farkın ne olduğunu belirlemek ise rekreasyon ve boş zaman kavramlarını bizim nasıl düşündüğümüz ile ilgilidir. Başka bir görüşe göre ise bu kavramlar birbirlerinden farklı ancak birbirini tamamlayan iki kavramdır. Buna göre zorunlu ihtiyaçlardan sonra arta kalan zamanı simgelerken, rekreasyon ise zorunlu ihtiyaç dışında kalan boş zamanlarda gerçekleştirilen aktivitelere verilen isimdir.

Her tanım ve sınıflandırma kişiden kişiye farklı yorumlanmasına bağlı olarak kabul görür ya da görmez. Bunun sebebi ise kişinin kendinin belirlediği hedeflere uygun olup olmamakla alakalıdır. Ancak, "kavramın geniş ve amaca uygun düşebilecek

kapsamlı bir açıklaması şu şekilde yapılabilir; boş zaman, insanın zorunluluklara bağlı olmadan, amaç, şart koşmadan, kişinin eğilim ve arzusu yönünde, kendi örf, adet ve geleneklere uygun tarzda başkaları ile birlikte veya yalnız başına meşguliyeti ve dinlenmesi için hak ettiği zamandır” (6).

2.2.1. Boş Zamanın Tarihsel Gelişimi

En eski uygarlıklardan beri, boş zaman aktivitelerini soylular yâda yüksek sınıf imtiyazlarıyla nitelendirmektedir. Oysaki boş zaman ilkel kültürlerde; insanların hayatlarını sürdürebilmesi için zorunlu ihtiyaçlarını beslenme, barınma ihtiyaçların karşılanması için yapılan avcılık gibi faaliyetlerden sonra kutlamak amacıyla şenlikler düzenlenmiş bu şekilde ortaya çıkmıştır. En eski medeniyetlerden beri boş zaman aktiviteleri soylular veya yüksek sınıf imtiyazlara özgüydü. Hâlbuki ilkel kültürlerde boş zaman hayatlarını sürdürmeleri için beslenme, barınma ihtiyaçların karşılanması gibi yapılan avcılık gibi faaliyetlerden sonra kutlamak amacıyla şenlikler düzenlenmiş bu şekilde ortaya çıkmıştır. Daha sonraki zamanlarda ise arımın gelişmesi, toplumu yönetici kısmı ile geri kalan diğer kısmı arasındaki zamanı daha da genişletmiştir. En eski uygarlıklardan beri, boş zaman aktivitelerini soylular ya da yüksek sınıf imtiyazlarıyla nitelendirmektedir. Oysaki boş zaman ilkel kültürlerde; insanların hayatlarını sürdürebilmesi için zorunlu ihtiyaçlarını beslenme, barınma ihtiyaçların karşılanması için yapılan avcılık gibi faaliyetlerden sonra kutlamak amacıyla şenlikler düzenlenmiş bu şekilde ortaya çıkmıştır. Daha sonraları tarımın gelişmesi, toplumu yönetici kısmı ile geri kalan diğer kısmı arasında boşluğu daha da genişletmiştir ve rolleriyle eski gelişmiş kültürler, elit sınıflar oluşturmuş ve boş zaman, yüksek kültür, sosyal kalkınma ve siyasi statü ile ilişkilendirilmiştir. Örneğin Mısır, Asur ve Babil kültürlerine bakıldığında boş zaman aktiviteleri kültürlerinde rastlanmaktadır fakat bu aktiviteler öncelikli olarak üst düzey soylular, askerler ve dini liderlere ait aktivitelerdir. Antik Yunan medeniyetlerinde ise boş zaman düşüncesi diğer medeniyetlere göre daha çok gelişmiştir. Bu medeniyette gelişmesinin sebebi Plato ve Aristotle’ nin yazılarının bir sonucu olarak ortaya çıkmıştır. Yunan uygarlığında “boş zaman ahlakının” doğumuna neden olması profesyonel spor, eğlence ve yarışmalardır. Ancak Fakat toplumun tamamının ideal boş zamana sahip olamayacağı ayrılıklar dile getirilmiştir. Antik Yunan medeniyetlerinde boş zaman bir amaç hatta toplumu bir araya getiren bir öge olarak görülmüştür. Roma İmparatorluğu döneminde ise daha fazla boş zamanın beraberinde gelmesinin sebebi güçlü bir ulusa ve sınıfsal bir yapıyla tarımsal demokrasiden sanayi toplumu olmaya yönelik harekete neden olmasıdır. Geçmişte spor

fiziksel zindeliği elde etmek ve savaflara hazırlık için yapıldı. Roma'da boş zaman estetikten çok faydacıydı fiziki zindelik ön plandaydı bundan dolayı boş zaman anlayışı bir sorun haline gelmişti. Yöneticiler halkı bedava yiyecek ve eğlenceyle memnun etmeye çalışıyorlardı. Köleler ise çalıştırılmadan önce müzik, tiyatro ve spor müsabakalarında eğlence amaçlı, sonrasında ise kara ve deniz savaşlarında, at arabası yarışlarında ve şiddet gösterilerinde kullanıldı. Bu şiddet gösterileri müsabakalar için inşa edilen Collesseum, Roma'daki hayatın merkezi oldu. Tarihçilerin yaptığı yorumlara göre imparatorluğun çöküşünü serbest zamanı değerlendiremediklerinden kaynaklandığı çıkarımında bulunmuşlardır (17).

Bilim hayatının Rönesans ve Reform hareketleriyle gelişmesi ve yeni keşiflerin ortaya çıkmasıyla fabrikaların kurularak hızlı ve seri üretim otomasyon gibi çalışma içi veya dışı hayatta önemli değişikliklerin meydana geldiği 18' inci yüzyıl sonlarına doğru oluşan I. Sanayi Devrimi döneminde çalışmaya büyük önem verilmiş ve çalışma saati 70 saat olarak belirtilmiş (6).

II. Sanayi devrimi ile birlikte 1870'li yıllarda gelişen sanayi, teknoloji çalışma ortamı özellikle 1930' lu yıllardan sonra insan yaşamındaki iş ve yaşam şartlarını hafifletmiş boş zaman vaktini ortaya çıkarmıştır. 18. yüzyılın başlarında meydana gelen ekonomik ve sosyal yenilikler, her alanda olduğu gibi boş zamanların değerlendirilmesi konusunda da kendini hissettirmiştir. Günümüzde çağdaş sanayi toplumunun yapısal bir özelliğini oluşturmaktadır (26).

18. yüzyılda gerçekleşen sanayi devrimi buhar gücünün ve elektriğin keşfi ve kullanımı ile günümüze nükleer bilim, bilgisayar ve iletişim teknolojileri olarak yansımaktadır. 18.yy üretim yapabilmek için hayvan, doğa ve kendi gücünü kullanmaktaydı. Günümüzde ise insan ihtiyaçları da tüketilmeye hazır bir şekilde ulaşmaktadır. Modern ve ileri teknolojilerin uygulanması ve yeni bir takım buluşların yapılması, gelişmiş ülkelerde zaman olarak daha az emeğe ihtiyaç hissettirmektedir. Sanayileşme ve teknolojik gelişimlerin insan yaşamında kolaylıklar sağladığı boş zaman kavramını ortaya çıkarmaktadır. 19. yüzyıl sonlarından günümüze baktığımızda serbest zamana ayrılan zaman artmıştır. Amerikada ki Bucher'ın 1885, 1950 ve 2000 yıllarındaki yaptığı çalışmada sanayileşme ve teknolojik gelişmelerin serbest zaman kullanımındaki farklılığı göstermektedir (2).

2.2.2. Boş Zamanın Önemi

Dru Scott; “Çalışma zamanı berrak düşünmeyi ve etkili çalışmayı ifade eder. Dinlenme zamanı, akülerimizin yeniden dolmasını ve gücümüzün yenilenmesini sağlar. Çalışmak mecburiyetinde olduğumuz günlerde muntazam, yüksek verimli sabahlar istiyorsanız, kendinize devamlı bir miktar dinlenme zamanı ayırınız. Tam olarak verimli zaman, toplam dinlenme zamanına bağlıdır.” şeklinde boş zamanın önemini vurgulamaktadır. Teknolojinin gelişmesiyle üretim ve sermaye birikimi sağlanmış ve insan gücüne daha az ihtiyaç duyulmuştur. Bu durumun yarattığı monotonluk karmaşadan kurtulmak ve kendini dengelemek için boş zamanlara ihtiyaç duymaktadır. Stres bireyi olumsuz etkimesinden dolayı uzmanlar serbest zaman aktivitelerinin pozitif etkileyeceğini düşünmektedirler (27).

2.2.3. Boş Zamanın Özellikleri

- İnsanların boş zamanı sorumluluk taşıyan bir görev,
- Çalışma hayatı sonucu ortaya çıkan gerek mental gerek fiziki gerilimi azaltma olanağı dinlenme, vakit geçirme işlevi olması,
- Rutinlikten kurtulmayı sağlayan eğlenme işlevi olması,
- Kişinin gerek fiziki gerekse zihinsel kapasitenin gelişme ve kişilik geliştirme işlevi olmasıdır.

Bu özellikleri gerçekleştiren kişiler kendi istek ve özgür iradelerine göre çaba harcarlar. Bu faaliyetleri gerçekleştiren kişilerin kişilere zorlama yapılmaz. Kişi yaptığı her şeyden kendini sorumlu tutar, zamanı ve yeri kendisi belirler (24).

2.2.4. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları

Boş zaman, dinlenme, eğlenme, kendini gerçekleştirme veya gelişim olmak üzere üç önemli fonksiyona sahiptir (28);

Dinlenme Fonksiyonu; dinlenme, iş sonrası stres ve yorgunluk atma ile fiziki ya da zihinsel olarak sinir gerilimlerini ortadan kaldıran bir fonksiyonu vardır. Sanayi devriminin ilk dönemlerinde 12-15saat saat işçiler dinlenmeyi sadece fiziki gücü yenilenmesi için kullanılmıştır. Çalışan için dinlenme kavramı fiziki gücü yenilenmesini ifade etmektedir (27).

Eğlence Fonksiyonu;hayatın tek düzeliğini yaşam kalitesini ve güzelliğini ve buldukları yaşam atmosferini değiştirmek isteği özellikle daha genç insanlarda görülür. İnsanın yaşamında stres acı gibi negatif duyguları atmak için eğlenceye ihtiyaç duyar. Eğlenmek zamanı kişinin istekleri doğrultusunda hoş ve zevkli geçirmek merakı gidermek için yapmak anlamını da taşımaktadır (29).

Gelişim Fonksiyonu;insan düşüncesini günlük eylemlerin monotonluğundan kurtaran, sosyal aktiviteye katılımı sağlayan bireyin kişiliğini geliştirmesini sağlayan çıkarıcı olmayan faaliyetleri kapsar(6). Kişini sosyal aktiviteleri, müzik, resim, spor gibi alanlarla ilgilenmesi ve özel yeteneklerinin olması onun gelişmesine olanak sağlayacaktır (29). Boş zaman kişinin istediği şekilde planlı yerinde ve değerli kullanılabilirdiği durumlarda insana dinlenmek, eğlenmek, kendini yetiştirmek, çalışmada kendi isteğine göre bir seçim yapmak ve böylece kendi kendini bulma tanıma imkânı verir (30).

2.2.5. Boş Zamanın Değerlendirmesinin Özellikleri

Balcı boş zaman değerlendirme özelliklerini şu şekilde belirtmiştir (31).

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

2.3. Rekreasyon

2.3.1. Rekreasyon Tanımı ve İlgili Kavramlar

Geçmişten günümüze teknolojinin hızla gelişimi insanın gerek iş gerek sosyal hayatında büyük ölçüde değişikliklere yol açmıştır. Bu bir takım değişiklikler insanların zamanlarını daha etkili ve verimli bir biçimde kullanmalarına yol açarak iş hayatlarını kolaylaştırmıştır. Bunun yanı sıra insanlara monotonluk stres gibi olumsuz etkileri olmuştur. Bu olumsuz etkiler insanların iş hayatındaki verimlerini de olumsuz etkilemiştir. İnsanlar yaşamlarını çektikleri ekonomik zorluklar, sosyal ortamlarındaki olumsuzluklar ailevi sorunlar da eklenince bir de beden ve ruh sağlığı için yardıma

ihtiyaç duyulmuştur. Bu ortamdan kurtulması için serbest zaman faaliyetlerine ihtisas duyulmuştur. Bundan dolayıdır ki başarılı insanların yaşamlarında rekreasyon önemli bir yer tutmaktadır. Yaşantılarından rekreasyona yer veren bireyler olumlu tutumlar geliştirerek olumsuz tutumları daha da azalmaktadır (32).

Çalışma dışında kullanılan boş zaman Rekreasyon kavramını ortaya koymuş ve insanlar gün geçtikçe bu kavramın içeriğini doldurarak daha da zenginleştirip genişletmiştir (33). Kişilerin bireysellikten kurtulup toplumsallığa geçiş süreci genellikle öğrencilik yıllardır. Üniversite kazanan yeni bir bireyin aile ortamında yeni bir ortama girmesi yeni bir eğilim ortamı, yeni arkadaş grupları edinme döneminde kazanacağı alışkanlıklar yaşam standartlarını olumlu yönde etkileyebilmekte, bundan dolayı rekreatif faaliyetleri düzenleme ve organizasyon etme sürecinde üniversiteler daha aktif ve fonksiyonel olması gerektiği söylenebilir (34).

Boş zamanın değerlendirilmesi tüm ülkelerde üzerinde çok durulan ve önem verilen ortak problemlerdendir. Boş zamanın olumlu ya da olumsuz kullanımı sonucunda toplumsal gelişim gibi olumlu yönleri var iken olumsuz kullanımı sonucunda stres, bunalım gibi sorunlar ortaya çıkarmaktadır (6). Yani baktığımızda rekreasyon insanların yaşam kalitesi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir yeterli imkan ve ortam sağlandığı takdirde insanların yaşam kalitelerini yükseltmektedir (35).

Genel anlamda regresyona baktığımızda rekreasyon insanların iş ve zorunlu ihtiyaçları dışında kalan zamanı eğlence motivasyon amaçlı katıldıkları gönüllü faaliyetlerdir (36). Rekreasyon aynı zamanda işlevsel bir girişimdir (37).

Rekreasyon kavramı mı daha kapsamlı bir şekilde açıklayacak olursak insanın iş hayatındaki yoğun çalışma yükü monoton hayat tarzı çevrenin etkilerinden beden veya ruhen olumsuz etkilenen bireyin sağlığına tekrar elde etmek korumak veya sağlığını devam ettirmek için aynı zamanda yaşamından zevk almak amacıyla kişi de doyum sağlayacak zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında bağımsız isteğe bağlı gönüllü olarak bir grupta veya bireysel olarak seçerek yaptığı faaliyetlere rekreasyon denir (6).

Rekreasyon kavramını daha geniş açıklama bilmesi için bazı tanımlayıcı ifadeler bulunmaktadır bunlar (38);

1. Rekreasyon bireyin serbest zamanlarında yaptığı aktivitelerdir, bir iş değildir.
2. Rekreasyonda aktiviteye katılan bireyler kendi rızaları ile ve gönüllü olarak katılırlar.
3. Rekreasyon faaliyetlerine katılan bireyler zevk alır mutlu olur ve neşelenir.

4. Rekreasyon faaliyetleri kişisel fayda sağlamanın yanında toplumsal da fayda sağlar.

5. Rekreasyonel faaliyetler toplumsal değerlere ters düşmez.

2.3.2. Rekreasyon Özellikleri

Bazı araştırmacılara göre rekreasyonun özellikleri şu şekilde sıralanabilir;

Hacıoğlu ve Arkadaşlarına'a göre (24);

- Rekreasyon bir deneyimdir, Rekreasyon bir etkinliği gerçekleştirir.
- Rekreasyon aktiviteleri ne katılan birey hoşlanı ve zevkleri doğrultusunda Önceden katılacağı aktiviteyi belirlemiştir.
- Rekreasyon içinde bulunan yani Şimdiki zamanı ilgilendirir ve birtakım kendine has çekiciliği vardır.
- Birey bu faaliyetlere kendi rızası ile istek ve Arzuları doğrultusunda katılır.
- Rekreasyon serbest zaman da yapılır bu faaliyetlere katılan bireylerin giriş meşguliyetleri var Bu meşguliyet dışında kalan serbest zamanlarında olmalıdır.
- Regresyon birden fazla aktiviteyi kapsar.
- Rekreasyon faaliyetleri rahatlık kazandırır ve katılan kişilere göre bir amacı vardır

Mirzaoğlu' na göre (39).

- Zorunlu meşguliyetler dışında kalan boş zamanda yapılan bir faaliyet olması.
 - Bireyin kendi arzusu ile tercih edip özgürce ve seçme haklarını kullandığı bir faaliyet olması.
 - Bireye devam etme zorunluluğu olmayan bir faaliyet olması.
 - Kişiye Neşe ve hasta ağlayan topluma ise aykırı olmayan faaliyetler olması
- Çakıroğlu'na göre (40);

- Rekreatif faaliyetlere katılan bireyler Ani ve doğrudan boyun sağlarlar.
- Bireysel veya Grup örgütü veya örgüsü birden çok durumlarda bulunabilirler.
- İnsanların özgürce seçtikleri aktiviteler Kürtler ile bağlı olduğundan dolayı serbest zaman bireylerin sütlerini satar

Karaküçük' e göre (6);

- Rekreasyon için seçilen aktiviteler toplum değerlerine uygun olmalıdır
- Rekreasyon Neşe ve mutluluk veren bir faaliyettir.
- Her yaştaki insanın katılabileceği imkânlar verir.

- Bireye Kendini özgür hissettirir.
- Rekreasyon çok çeşitli faaliyetler içermektedir.
- Rekreasyon bireyin Boş zamanlarında yapılmalıdır.
- Rekreasyonel faaliyetler açık veya kapalı her mevsim ve iklim şartını uygulanmaktadır.
- Faaliyetlere katılım zorunlu değildir.
- Rekreasyon faaliyetleri planlı veya plansız yapılabilir.

Yılmaz'a göre(41);

- Rekreasyon ferdi veya grupla örgütü veya örgüsü yapılır ve esnektir.
- Regresyon işe yarar sağlayan ve kişinin özgürce seçebileceği etkinlikleri içerir.
- Serbest zaman değerlendirmesi tek bir şekilde yapılmaz bireylerin hoşlanarak yaptığı etkinlikler sayısız çeşitlilik gösterir

2.3.3. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyon amaçlarına göre, çeşitli kriterlere göre, program çeşitlerine göre üç şekilde sınıflandırılabilir (6):

Amaçlarına Göre:

- Dinlenme amacıyla
- Kültürel amaçlı
- Toplumsal amaçlı
- Sportif amaçlı
- Turizm amaçlı
- Sanatsal amaçlı

Çeşitli Kriterlere Göre:

- Yaş faktörüne göre
- Faaliyete katılanların sayısına göre
- Yapıldığı zamana göre
- Kullanılan mekâna göre
- Sosyolojik muhtevaya göre

Rekreasyonun Program Çeşitliliğine Göre:

Rekreasyon, özel işlevleri dikkate alınarak belirli eylem ve durgunluk hallerine göre de sınıflandırılabilir.

- Ticari Rekreasyon
- Sosyal Rekreasyon
- Uluslararası Rekreasyon
- Estetik Rekreasyon
- Fiziksel Rekreasyon
- Orman Rekreasyonu

Hacıoğlu ise rekreasyon çeşitlerinin sınıflandırılmasında mekan, amaç, fonksiyon vb. kriterlerin rol oynadığını savunmuştur. Bunun nedenini de rekreasyonun çok yönlü olmasına bağlamıştır (24).

Hacıoğlu'na göre Rekreasyon 'un Sınıflandırılması (24);

Mekânsal Açıdan Rekreasyon Çeşitleri:

- Açık alan Rekreasyonu
- Kapalı alan Rekreasyonu

Katılımcıların Milliyetlerine Göre Rekreasyon Çeşitleri:

- Ulusal Rekreasyon
- Uluslararası Rekreasyon

Bireyin Etkinliklere Katılma Şekline Göre Rekreasyon Çeşitleri:

- Etken (aktif) Rekreasyon
- Edilgen (pasif) Rekreasyon

Katılımcıların Yaşlarına Göre Rekreasyon Çeşitleri:

- Çocuk rekreasyon
- Genç rekreasyon
- Yetişkin rekreasyon
- Orta yaş (3. yaş) rekreasyon

Katılımcıların Sayısına Göre Rekreasyon Çeşitleri

- Ferdi (bireysel) Rekreasyon
- Grup Rekreasyonu

Fonksiyonel Açıdan Rekreatyon çeşitleri:

- Ticari Rekreatyon
- Estetik Rekreatyon
- Sosyal Rekreatyon
- Sağlık Rekreatyonu
- Fiziksel Rekreatyon
- Sanatsal Rekreatyon
- Turistik Rekreatyon

2.3.4. Rekreatyon Etkinliklerinin Sınıflandırılması

İnsanların serbest zamanlarında yaptıkları etkinlikler içeriklerini ve mekânlarına göre çeşitlilik göstermektedir. Serbest zaman da seçilen faaliyetler bireyin isteklerine göre değişirken kişinin cinsiyeti ne eğitim durumuna yaşam tarzına olanak ve yeteneklerine göre göre değişiklik gösterir (42). Düşünme aktiviteleri; aktiviteye katılan bireylerin kendi zihin ve düşüncelerini kullanarak uyum sağladı seminer yoga seyahat gibi etkinliklerdir.

Spor ve egzersiz; aktiviteye katılan bireylerin farklı spor alanındaki faaliyetlerini içerir. İçeriz bunun tenis, aerobik step, futbol, bisiklet vb.

Müzik; bu faaliyetler bireyin aktif katılımını sağlarken aynı zamanda dinleyici veya seyirci olarak pasif katılımı da sağlayan etkinliklerdir. Bunlar; şarkı söyleme beste yapma konsere gitmek vb gibi.

Resim; bu faaliyetlerde tıpkı müzik faaliyetlerinde olduğu gibi kişinin aktif veya pasif katılımı sağlarlar. Bunlar; resim yapmak, sergiye gitmek vb.

Dans; bu grubu oluşturan faaliyetlerde tıpkı resim ve müzik ile olduğu gibi bireylerin Aktif veya pasif olarak katılımını içerir. Bunlar; aerobik dans modern dans vb.

Hobiler; her bireyi farklı olduğundan dolayı ve her bireyin Hobileri farklı olabileceği için bu bölüm oldukça zengindir. Yemek pişirme Örgü yapma yürüyüşe çıkma alışveriş yapma vb.

Oyunlar; Hep yarışma amaçlı olmayı eğlendirici yönü olup insanların Eğlenmek ve haz almak için yaptıkları oyunları içerir. Puzzle yapmak Bilgisayar oyunu vb.

Rahatlama; bireyin daha çok fiziksel ve duygusal olarak rahatlatmaya yönelik yapılan aktivitelerdir. Bunlar; müzik dinlemek resim yapma vb.

Sosyal aktiviteler; bireyin yaşamındaki sosyal etkinliklerin bütünüdür (39).

2.3.5. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri

Rekreasyon duyulan ihtiyaç kişiden kişiye değiştiği için ihtiyaçlar aynı tipte değildir. Yoğunlukları kişiden kişiye değişir. İnsanların ihtiyaçlarını değişik şekillerde sınıflandırmak mümkündür. Bu sınıflandırma; birincil ihtiyaçlar ve ikincil ihtiyaçlar olarak yapılabilir (4).

Rekreasyonun literatürde sabit bir görüş olmasından dolayı toplumun ihtiyaç duyduğu ve kişilerin boş zamanlarını değerlendirerek, kişilere sağladığı faydalar yönüyle insanların bu tür aktivitelere ihtiyaç duyduğu düşünülmektedir. Bu yönden değerlendirecek olursak kişisel ve toplumsal kazanımlarını şu şekilde açıklayabiliriz.

Kılbaş bireyin Rekreasyon faaliyetleri ne katılımında etkili olan temel ihtiyaçları şu şekilde sıralanmıştır (12);

- Gruba ait olma ihtiyacı
- Bütünleşme ihtiyacı
- İletişim kurma ihtiyacı
- Gözlem yapabilme ihtiyacı
- Eğitim ihtiyacı
- Ödüllendirme ihtiyacı
- Kendi yenileme ihtiyacı

Karaküçük ve Başaran insanların regresyona duydukları ihtiyaç nedenlerine iki şekilde açıklamışlardır (6,43);

- Kişisel yönden regresyona duyulan ihtiyacın nedenleri;
- Kişinin çalışma hayatındaki başarısını ve verimini artırır
- Ekonomik canlılığı geliştirir
- Birey yaşamında sosyalleştirir
- Bireyin yaratıcı gücünü geliştirir ve zenginleştirir
- Fiziki sağlık gelişimi olumlu etkiler
- Ruh sağlığını geliştirir
- Toplumsal yönden regresyon duyulan ihtiyacın nedenleri;
- Bireyin yaşantısında toplumsal dayanışma ve bütünleşmesini sağlar
- Demokratik bir toplumun oluşmasına olanak sağlar

2.3.6. Rekreasyon Yararları

Rekreasyon aktiviteleri bireylerin yaşam standartlarını arttırır. Rekreasyon gerek birey gerekse toplum açısından olumlu yönde etkilerinin olduğu birçok insan tarafından kabul edilmektedir. Rekreasyonun sağladığı yararlar çok yönlüdür. Bir etkinlik bireyde tek yönde yarar sağlamaz aynı anda fiziksel zihinsel psikolojik veya toplumsal yarar sağlayabilir. Multidisiplinerdir, birbirinden ayrılmaz ancak rekreasyonun yararları daha iyi ve net şekilde anlaşılabilmesi için ayrı ayrı incelenmelidir (44). Yapılan alanyazın taraması taramasından edilen bilgilere göre rekreasyonun yararları şöyle sıralanabilir:

Fiziksel Yararları:

Spor, rekreasyon faaliyetleri içerisinde sağlık açısından düşünüldüğünde en önemlisi faaliyetlerdir. Sporun fiziksel sağlık açısından düşündüğümüzde niye çok faydası bulunmaktadır (44). Bunlardan başlıcalarına aşağıda değinilmiştir.

Obeziteyi azaltmak; Başlı başına bir sağlık problemi olan obezite fiziksel hareketsizlik ile doğrudan ilişkilidir. Obezite aynı zamanda kronik kalp hastalıkları diyabet hipertansiyon solunum sistemi hastalıkları gibi hastalıklarla da alakalıdır. Bu yüzden obezitenin azalması risklerin minimum seviyeye inmesini sağlar. Kronik hastalık riskini azaltmak; Rekreasyon aktiviteleri insan hayatına birçok hastalık riskini önemli derecede azaltmaktadır. Bunlar; kalp hastalıkları, diyabet, kanser, osteoporoz. Bağışık sistemini güçlendirmek; Rekreasyon etkinlikleri düzenli bir şekilde egzersiz yapıldığında bağışıklık sistemini güçlendirir aynı zamanda bağışıklık sistemini de etkiler yaratır. Aktif olan insanlarda enfeksiyon riski sedanter olan insanlara oranla daha azdır. Yaşam beklentisi yükseltmek; Düzenli aktivite ve katılan bireylerin yaşam beklentileri diğer insanlara göre daha yüksektir düzenli fiziksel etkinlik yapan bireylerde ölüm riski azalmaktadır(45).

Psikolojik Yararları:

Rekreasyon etkinliklerinde katılan bireyler stres ve depresyona karşı daha mücadeleci davranırlar (45). Sadece sportif etkinlikler değil serbest zaman etkinlikleri ve bireylerin zihinsel ve psikolojik olarak daha iyi hissetmelerini ve psikolojik sağlığına olumlu katkı sağlamaktadır (46). Rekreasyonun psikolojik olarak olumlu etkilerine depresyona azaltmak, stresi hafifletmek, yaşam kalitesini arttırmak gibi pozitif etkilerine örnek verebiliriz.

Bilişsel Yararları:

Rekreasyon etkinlikleri bireylerin bilişsel kapasitelerinin artmasını pozitif yönde etkilemektedir bundan dolayı yaşlı bir toplumun giderek arttığı dünyada rekreasyon faaliyetleri yaşlı bireylerin bilişsel kapasitesini arttırmak amacıyla bir araç olarak kullanılabilir (47).

Sosyal Yararları:

Rekreasyonun birçok sosyal yararlı bulunmaktadır bunlar (44);

- Bireylerin Topluluklar arasındaki bağı güçlendirir
- Kişileri gönüllü olmaya teşvik eder
- Yönetimi destekleme
- Kişiler arasında Sosyal bağları güçlendirir
- Engelleri ortadan kaldırır
- Yaşlıları desteklememizi sağlar
- Gençleri desteklememizi sağlar
- Eğitimin gelişmesine yardımcı olur
- Olumsuz davranışlardan uzaklaşmamızı sağlar
- Ekonomiyi desteklememizi sağlar
- Çevre bilincini gelişmesini sağlar
- Suç önleme ve azalmasını sağlar

3. MATERYAL METOT

3.1. Araştırma Modeli

Rekreatif etkinliklere katılan toplulukların serbest zaman tatmin ölçeğine yönelik düzeylerinin belirlenmesinde ve çeşitli değişkenler açısından karşılaştırılmasında nicel verilerden yararlanılmışken bu nicel düzeylerin incelenmesi ve açıklanmasında nitel verilerden yararlanılmıştır. Bu iki verinin gcl yanlarını gcl bir şekilde ortaya koymak için karma yöntem araştırmalarından faydalanılmıştır. Karma yöntem araştırma kapsamında ise onun bir deseni olan yakınsayan paralel desen işe koşulmuştur.

Yakınsayan desenin amacı, aynı konu üzerinde birbirinden farklı ama aynı zamanda birbirini tamamlayıcı veriyi araştırma problemini en iyi şekilde anlamak için kullanılan desendir. Bu desen sayesinde nicel yöntemlerle nitel yöntemlerin farklılaşan gcleri ve örtüşmeyen zayıflıkların bir araya getirmektir. Bu desen araştırmacının nicel istatistik sonuçlarının nitel bulgularla doğrudan karşılaştırmak istediği zaman kullanılır. Bu desenin diğer amacı nicel sonuçlarla nitel bulguları açıklamaktır (48).

3.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini İnönü niversitesindeki Rekreatif faaliyet gösteren topluluklar oluştırmaktadır. Bu topluluklarda aktif faaliyet gösteren 2071 ğrenci bulunmaktadır. Bu alışma ise İnönü niversitesindeki Bisiklet Topluluğu, Dağcılık Topluluğu, Dans Topluluğu, Fotoğraflık Topluluğu, Halk Oyunları Topluluğu, İzcilik Topluluğu, Oryantiring Topluluğu, Sualtı Topluluğu, Uzakdoğu Spor Severler Topluluğu üzerinde çalışma yapıldı. Nicel kısım için evren örneklem tablosu ile örneklem belirlendi. Çalışmamızın rneklemine topluluk aktivitelere aktif olarak katılan 485 gönüllü katılımcı ğrenci oluştırmaktadır. Nicel verilerin daha destekli bir şekilde ifade edilmesi açıklanması doğrultusunda aynı nicel evren örneklem grubunda nitel kısım için benzeşik örnekleme yöntemi kullanıldı ve bu kısım için toplam 36 kişi ile görüşme yapıldı.

3.3. Verilerin Toplanması

Bu araştırmada demografik verilerin saptanması için araştırmacının geliştirdiği beş sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Araştırmaya katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerini belirlemek amacıyla Beard ve Ragheb' in geliştirdikleri (49) Karlı ve arkadaşlarının (50) geçerlilik

güvenilirlik çalışmasını yaparak Türkçe literatüre kazandırdıkları 39 sorudan ve altı alt boyuttan oluşan örneklem yeterlilik ölçümü, 92 ve Barlett Küresellik testi sonucunda anlamlılık değeri $p < .05$ olan ve iç tutarlılık (Chronbach Alfa) katsayısı ,92 bulunan Serbest Zaman Tatmin Ölçeği (Leisure Satisfaction Scale/LSS) kullanıldı. Bu araştırma için yapılan güvenilirlik analizi sonucunda ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı, 93 iken, ölçeğin alt boyutlarına ilişkin iç tutarlılık katsayıları; Cronbach (α) katsayıları Eğitim, Fizyolojik, Psikolojik ve Sosyal alt boyutlar için, 85 Estetik ve Rahatlama alt boyutu için ,86 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin alt boyutlarına bakacak olursak, sırasıyla; psikolojik alt boyut 8 madde, Eğitim alt boyutu 9 madde, Sosyal alt boyut 8 madde, Rahatlama boyutu 4 madde, Fizyolojik alt boyut 6 madde, Estetik alt boyut 4 maddeden toplam 39 sorudan oluşan ölçek 5’li Likert tipi bir ölçektir.

Nitel yöntemde ise açıklayıcı karma yöntem çalışmasının nicel bulguları ile ilgili olan teorik açıklamalar için ve derinlemesine keşfetmek için, bu aşamada takip nitel bir araştırma yapılmıştır. Soruların geçerlilik ve güvenilirliğinde uzman görüşüne başvuruldu, son sorular formda son şeklini aldı. Bu sorular aşağıdaki şekilde ifade edilebilir. Aktivitelere katılan bireylere “Aktiviteler sonrasında duygu ve düşüncelerinizi detaylı bir şekilde açıklar mısınız? Olumlu deneyimleriniz neler?” alt soru olarak da “Bu aktivitelerin kazanımları nelerdir? ” sorusu soruldu ve ses kayıt cihazı ile görüşmeler kayıt altına alındı.

3.4. Veri Analizleri

Verilerin analizi iki yönlüdür bunlardan ilki Nicel veriler için SPSS 21.0 istatistik paket programından yararlanılmıştır. Bu doğrultuda, niceliksel verilerin frekansları, yüzdeleri, dağılımları, aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları belirlenmiştir. Dağılımların normalliği ve varyansların homojenliği değerlendirilerek dağılımların parametrik özellik sergilediği sonucuna varılmıştır. Katılımcıların serbest zaman tatmin düzeylerinin değişkenler ile aralarındaki farklar tek yönlü varyans analizi (OneWay ANOVA) yöntemi kullanılarak test edilmiş, anlamlı farklara ait grup içi ikili karşılaştırmalar Bonforonni testi ile yapılmıştır. Katılımcıların cinsiyet ve gelir düzeyine ait değişkenleri bağımsız tek örneklem testi (t-test) ile karşılaştırılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Nitel verilerde fenomenolojik desen belirlenmiş bu desen kapsamında içerik analizi görüşme dökümlerine ise, Nvivo

11 yazılım paketinden yararlanılarak söylemlerine tematik analiz uygulanmıştır. Böylelikle, nitel verilerden elde edilen kodların temalara, temalarında araştırma sorularına yönelik yanıtlara ulaştırmıştır.



4. BULGULAR

4.1. Nicel Bulgular

Bu araştırmadan elde edilen demografik özellikler ve serbest zaman tatmin leği kullanılarak elde edilen bulgular aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

Tablo 4.1.1. Katılımcılara ilişkin demografik değişkenlerin sıklık ve yüzdelik dağılımları.

Değişken		f	%	Toplam
Cinsiyet	Erkek	363	74,8	485
	Kadın	122	25,2	
Yaş	18-22	231	47,6	485
	23 -27	225	46,4	
	28 ve st	29	6,0	
Gelir	500tl ve altı	384	79,2	485
	501tl-1000tl	101	20,8	
Topluluk	Fotoğrafçılık Topluluğu	62	12,8	485
	İzcilik Topluluğu	75	15,5	
	Bisiklet Topluluğu	74	15,3	
	Uzak-Doğu Topluluğu	50	10,3	
	Dağcılık Topluluğu	63	13,0	
	Dans Topluluğu	34	7,0	
	Halkoyunları Topluluğu	40	8,2	
Su altı Topluluğu	46	9,5		
Oryantiring Topluluğu	41	8,5		

Tablo 4.1.1’de araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet, yaş grubu, aktiviteye katıldıkları topluluklar, gelir dağılımı durumlarına dair bilgiler yer almaktadır. Elde edilen verilere göre katılımcıların %74,8’inin erkek, %25,2’sinin kadın katılımcılardan oluştuğu, katılımcıların ağırlıklı yaş grubunu %47,16 ile 18-22 yaş grubunun oluşturduğu görülmektedir. Gelir düzeylerinde ise katılımcıların %79,2’sinin 500 ve altı düşük gelir grubunda olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların ye oldukları topluluklara ile ilgili bilgilere bakıldığında Fotoğrafçılık Topluluğu %12,8’sini, İzcilik Topluluğu %15,5’sini, Bisiklet Topluluğu %15,13’n, Uzak-Doğu Topluluğu %10,3’n, Dağcılık Topluluğu %13,0’ını, Dans Topluluğu %7,0’ını, Halkoyunları Topluluğu

%8,2'ini, Su Altı Topluluğu %9,5'ini, Oryantring Topluluğu %8,5'lik bir oranda olduğu gözlemlenmektedir.

Tablo 4.1.2. SZTÖ alt boyutlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri.

	N	Min.	Max.	\bar{x}	SS
Eğitim	485	3,56	6,00	4,17	0,33
Fizyolojik	485	2,17	4,17	2,80	0,31
Estetik	485	2,00	5,00	2,86	0,43
Rahatlama	485	3,50	4,75	4,27	0,28
Sosyal	485	3,63	9,25	4,20	0,40
Psikolojik	485	3,00	5,00	4,23	0,35

Tablo 4.1.2' de SZTÖ'nün alt boyutlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir. Tablo incelendiğinde katılımcıların en yüksek aritmetik ortalama değerinin rahatlama alt boyutunda ($\bar{X}=4,27$ - $S=0,28$) , en düşük aritmetik ortalamasının ise fizyolojik alt boyutta ($\bar{X}=2,80$ - $S=0,31$) olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.1.3. Katılımcıların cinsiyeti ile SZTÖ alt boyutları arasındaki t testi sonuçları.

	Cinsiyet	N	\bar{x}	SS	t	p
Psikolojik	Erkek	363	4,23	0,34	0,12	0,90
	Kadın	122	4,23	0,38		
Eğitim	Erkek	363	4,17	0,35	0,08	0,81
	Kadın	122	4,16	0,26		
Sosyal	Erkek	363	4,20	0,35	0,53	0,99
	Kadın	122	4,20	0,51		
Rahatlama	Erkek	363	4,27	0,28	0,91	0,59
	Kadın	122	4,28	0,28		
Fizyolojik	Erkek	363	2,79	0,33	0,03	0,53
	Kadın	122	2,81	0,27		
Estetik	Erkek	363	2,84	0,40	0,06	0,11
	Kadın	122	2,91	0,51		

* $p < 0,05$ istatistiksel olarak anlamlıdır.

Tablo 4.1.3'de cinsiyet değişkeni ile SZTÖ'nün alt boyutları arasındaki t testi sonuçları verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre katılımcıların serbest zaman tatmin düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Tablo 4.1.4. Katılımcıların yaşları ile SZTÖ alt boyutları arasındaki ANOVA testi sonuçları.

Ölçek ve Alt boyutları	Yaş	n	Ort.	Ss.	F	p	grup	p
Psikolojik	18-22(1)	231	4,19	0,36	3,71	0,02*	(2)- (1)	0,04*
	23-27	225	4,25	0,35				
	28 ve üstü (2)	29	4,37	0,23				
Eğitim	18-22	231	4,23	0,35	2,25	0,10		
	23-27	225	4,19	0,32				
	28 ve üstü	29	4,15	0,33				
Sosyal	18-22	231	4,07	0,27	0,40	0,66		
	23-27	225	4,17	0,33				
	28 ve üstü	29	4,19	0,41				
Rahatlama	18-22	231	4,21	0,40	0,51	0,60		
	23-27	225	4,25	0,22				
	28 ve üstü	29	4,20	0,40				
Fizyolojik	18-22	231	4,27	0,26	0,17	0,84		
	23-27	225	4,28	0,29				
	28 ve üstü	29	4,23	0,25				
Estetik	18-22	231	4,27	0,28	0,01	0,98		
	23-27	225	2,79	0,31				
	28 ve üstü	29	2,80	0,32				
Serbest zaman toplam puan	18-22	231	2,77	0,35	0,30	0,73		
	23-27	225	2,80	0,31				
	28 ve üstü	29	2,85	0,41				

*p<0,05 istatistiksel olarak anlamlıdır.

Tablo 4.1.4’de yaş gruplarına göre alt boyutların karşılaştırılması gösterilmektedir. Yaş grupları ile SZTÖ’ nün arasındaki farkı tespit etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Yaş değişkenine göre Serbest Zaman Tatmin Ölçeği psikolojik alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre; psikolojik boyutuna bakıldığında 28 ve üstü yaş grubu ortalaması diğer yaş grubu ortalamalarından daha yüksektir. Diğer bütün alt boyutlarda yaş grupları ortalamaları arasında istatistiksel olarak fark yoktur.

Katılımcıların serbest zaman tatmin düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Varyans analiz sonucunda psikolojik boyutunda (p<0,05) istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığı test etmek için Post Hoc testlerinden bonferroni

düzeltilme testi kullanılmıştır. Farklılığın yönü psikolojik olarak 28 ve üstü yaşın 18-22 yaştan psikolojik olarak daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.1.5. Katılımcıların gelir düzeyi ile SZTÖ alt boyutları arasındaki t testi sonuçları.

	Cinsiyet	N	x	SS	t	p
Psikolojik	<500	384	4,23	0,35	0,10	0,91
	501-1000	101	4,23	0,35		
Eğitim	<500	384	4,17	0,33	0,07	0,99
	501-1000	101	4,17	0,32		
Sosyal	<500	384	4,22	0,43	1,14	0,25
	501-1000	101	4,16	0,23		
Rahatlama	<500	384	4,27	0,28	-,37	0,70
	501-1000	101	4,28	0,26		
Fizyolojik	<500	384	2,78	0,31	-1,72	0,08
	501-1000	101	2,84	0,32		
Estetik	<500	384	2,87	0,44	0,86	0,38
	501-1000	101	2,82	0,37		

*p<0,05 istatistiksel olarak anlamlıdır.

Tablo 4.1.5’de katılımcıların gelir düzeyi incelendiğinde SZTÖ göre alt boyutların karşılaştırılması gösterilmektedir. Gelir düzeyi ile SZTÖ’ nün arasındaki farkı tespit etmek için iki alt değişken olması nedeniyle t testi kullanılmıştır. Tabloyu incelediğimizde ölçeğin alt boyutlarından anlamlı bir fark bulunamamıştır (p>0.05).

Tablo 4.1.6. Katılımcıların üye oldukları topluluk SZTÖ alt boyutları arasındaki ANOVA sonuçları.

Boyut	Topluluk	N	X	Ss.	F	P	Gruplar	P
Psikolojik	Fotoğraf T.	62	4,34	0,36	1,53	0,14		
	İzcilik T.	75	4,20	0,31				
	Bisiklet T.	74	4,14	0,39				
	Uzak-Dogu T.	50	4,22	0,37				
	Dagcılık T.	63	4,23	0,31				
	Dans T.	34	4,24	0,42				
	Halkoyunları T.	40	4,27	0,26				
	Su altı T.	46	4,22	0,37				
	Oryantiring T.	41	4,27	0,31				

Eğitim	Fotoğraf T. (1)	62	4,23	0,35			(9)-(1)	0,00*
	İzcilik T. (2)	75	4,21	0,29			(9)-(2)	0,00*
	Bisiklet T. (3)	74	4,18	0,37			(9)-(3)	0,00*
	Uzak-Doğu(4)	50	4,13	0,18	7,86	0,00*	(9)-(4)	0,00*
	Dağcılık T. (5)	63	4,05	0,21			(9)-(5)	0,00*
	Dans T. (6)	34	4,09	0,22			(9)-(7)	0,00*
	Halkoyunları T. (7)	40	4,08	0,30			(9)-(8)	0,00*
	Su altı T. (8)	46	4,19	0,24				
	Oryantring T. (9)	41	4,14	0,28				
Sosyal	Fotoğraf T. (1)	62	4,50	0,59				
	İzcilik T. (2)	75	4,17	0,33				
	Bisiklet T. (3)	74	4,31	0,23				
	Uzak-Doğu T. (4)	50	4,38	0,85	3,34	0,01*	(2)-(3)	0,01*
	Dağcılık T. (5)	63	4,15	0,20			(2)-(5)	0,00*
	Dans T. (6)	34	4,15	0,20				
	Halkoyunları T. (7)	40	4,12	0,20				
	Su altı T. (8)	46	4,14	0,31				
	Oryantring (9)	41	4,17	0,25				
Rahatlama	Fotoğraf T.	62	4,15	0,21				
	İzcilik T.	75	4,17	0,16				
	Bisiklet T.	74	4,20	0,40				
	Uzak-Doğu T.	50	4,21	0,34	1,49			
	Dagcılık T.	63	4,23	0,25				
	Dans T.	34	4,27	0,25				
	Halkoyunları T.	40	4,31	0,25				
	Su altı T.	46	4,33	0,25				
	Oryantring T.	41	4,25	0,27				
Fizyolojik	Fotoğraf T. (1)	62	4,25	0,28				
	İzcilik T. (2)	75	4,27	0,31				
	Bisiklet T. (3)	74	4,35	0,27			(9)-(3)	0,04*
	Uzak-Doğu T. (4)	50	4,27	0,28	3.77	0,00*	(9)-(4)	0,00*
	Dağcılık T. (5)	63	2,82	0,26			(9)-(5)	0,00*
	Dans T. (6)	34	2,82	0,28			(9)-(6)	0,00*
	Halkoyunları (7)	40	2,79	0,29				
	Su altı T. (8)	46	2,69	0,23				
	Oryantring T. (9)	41	2,72	0,27				

	Fotoğraf T. (1)	62	2,72	0,30	14,16	0,00*	(1)-(2)	0,00*
	İzcilik T. (2)	75	2,85	0,32			(1)-(3)	0,00*
	Bisiklet T. (3)	74	2,79	0,33			(1)-(4)	0,00*
	Uzak-Doğu T. (4)	50	2,99	0,48			(1)-(5)	0,00*
Estetik	Dağcılık T. (5)	63	2,80	0,31			(1)-(6)	0,00*
	Dans T. (6)	34	3,34	0,77			(1)-(7)	0,00*
	Halkoyunları (7)	40	2,80	0,26			(1)-(8)	0,00*
	Su altı T. (8)	46	2,80	0,30			(1)-(9)	0,00*
	Oryantring T. (9)	41	2,70	0,26				
	Fotoğraf T. (1)	62	2,83	0,28				
	İzcilik T. (2)	75	2,79	0,31			(1)-(3)	0,00*
	Bisiklet T. (3)	74	2,80	0,35			(1)-(4)	0,00*
Serbest zaman toplam puan	Uzak-Doğu T. (4)	50	2,80	0,32			(1)-(5)	0,00*
	Dağcılık T. (5)	63	2,73	0,28	8,62	0,00*	(1)-(6)	0,00*
	Dans T. (6)	34	2,86	0,43			(1)-(8)	0,04*
	Halkoyunları T. (7)	40	3,87	0,21				
	Su altı T. (8)	46	3,77	0,18				
	Oryantring T. (9)	41	3,71	0,12				

*p<0,05 istatistiksel olarak anlamlıdır.

Tablo 4.1.6 da bireylerin aktif olarak etkinliklere katıldıkları toplulukların ölçeğin alt boyutları karşılaştırıldığında psikolojik olarak bakıldığında en yüksek ortalamanın fotoğrafçılık topluluğuna (X=4,34) ait olduğu görülmektedir. En düşük ortalama ise bisiklet topluluğuna (X=4,14) ait olduğu görülmektedir. Eğitim olarak bakıldığında en yüksek ortalamanın fotoğrafçılık topluluğuna (X=4,23) ait olduğu görülmektedir. En düşük ortalama ise dağcılık topluluğuna (X=4,05) ait olduğu görülmektedir. Sosyal olarak bakıldığında en yüksek ortalamanın fotoğrafçılık topluluğuna (X=4,50) ait olduğu görülmektedir. En düşük ortalama ise halk oyunları topluluğuna (X=4,12) ait olduğu görülmektedir. Rahatlama olarak bakıldığında en yüksek ortalamanın Su altı Topluluğuna (X=4,33) ait olduğu görülmektedir. En düşük ortalama ise fotoğrafçılık topluluğuna (X=4,15) ait olduğu görülmektedir. Fizyolojik olarak bakıldığında en yüksek ortalamanın bisiklet Topluluğuna (X=4,35) ait olduğu

görülmektedir. En düşük ortalama ise Su altı topluluğuna ($X=2,69$) ait olduğu görülmektedir.

Estetik olarak bakıldığında en yüksek ortalamanın dans Topluluğuna ($X=3,34$) ait olduğu görülmektedir. En düşük ortalama ise oryantiring topluluğuna ($X=2,70$) ait olduğu görülmektedir.

Genel olarak bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerine bakıldığında ise yüksek ortalamanın halk oyunları topluluğuna ($X=3,87$) ait olduğu görülmektedir. Daha sonra sırasıyla Su altı topluluğu ($X=3,77$), oryantiring topluluğu ($X=3,71$), dans topluluğu ($X=2,86$), fotoğrafçılık topluluğu ($X=2,83$), bisiklet topluluğu Uzakdoğu spor severler topluluğu ($X=2,80$), izcilik topluluğuna ($X=2,79$) en düşük ortalama ise dağcılık topluluğuna ($X=2,3$) ait olduğu görülmektedir.

Katılımcıların serbest zaman tatmin düzeylerinin anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını test etmek için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Varyans analiz sonucunda psikolojik ve rahatlama boyutu hariç diğer boyutlarda ($p<0,05$) istatistiksel olarak anlamlı farklılık hesaplanmıştır. Farklılığı test etmek için Post Hoc testlerinden bonferroni testi kullanılmıştır.

Farklılığın yönü eğitim alt boyutunda fotoğrafçılık topluluğu ($X=4,23$), izcilik topluluğu ($X=4,21$), bisiklet topluluğu ($X=4,18$) ve su altı topluluğunun ($X=4,19$) oryantiring topluluğuna ($X=4,14$) göre daha yüksek iken Uzakdoğu sporseverler topluluğu ($X=4,13$), dans topluluğu ($X=4,09$), halk oyunları topluluğu ($X=4,08$) ve dağcılık topluluğunun ($X=4,05$) ise oryantiring topluluğuna göre daha düşük bulunmuştur.

Sosyal alt boyutuna bakıldığında bisiklet topluluğu ($X=4,37$) izcilik topluluğuna ($X=4,31$) göre daha sosyal iken izcilik topluluğu ($X=4,31$) dağcılık topluluğundan ($X=4,15$) daha sosyaldir.

Fizyolojik alt boyutuna bakıldığında bisiklet topluluğu ($X=4,35$), uzakdoğu sporseverler topluluğu ($X=4,27$), dağcılık topluluğu ($X=2,82$) ve dans topluluğu ($X=2,82$) oryantiring topluluğuna ($X=2,72$) göre daha yüksek bulunmuştur.

Estetik alt boyutuna bakıldığında dans topluluğu ($X=3,34$), uzak doğu topluluğu ($X=2,99$), izcilik topluluğu ($X=2,85$), halk oyunları topluluğu ($X=2,80$), dağcılık topluluğu ($X=2,80$), su altı topluluğu ($X=2,80$), bisiklet topluluğu ($X=2,79$) ve oryantiring topluluğuna ($X=2,70$) göre daha düşük bulunmuştur.

Toplam Serbest zaman tatmin düzeylerine bakıldığında halk oyunları topluluğu ($X=3,87$), su altı topluluğu ($X=3,77$) ve dans topluluğu ($X=2,87$) fotoğrafçılık

topluluğuna (X=2,83) göre daha yüksek bulunmuş iken uzak doğu sporseverler topluluğu (X=2,80), bisiklet topluluğu (X=2,80), izcilik topluluğu (X=2,79) ve dağcılık topluluğu (X=2,73) fotoğrafçılık topluluğuna (X=2,83) göre daha düşük şeklinde bulunmuştur.

4.2. Nitel Bulgular

Açıklayıcı karma yöntem çalışmasının nicel bulguları ile ilgili olan teorik açıklamalar için, bu aşamada takip nitel bir araştırma yapılmıştır. Semantik ağlarda, nicel bulgularla bağlantılı kategoriler oluşturuldu, böylece incelenen katılımcıların düşünceleri ayrıntılı olarak açıklanabilir. Aktivitelere katılan bireylere “Aktiviteler sonrasında duygu ve düşüncelerinizi detaylı bir şekilde açıklar mısınız? Olumlu deneyimleriniz neler?” alt soru olarak ta “ Bu aktivitelerin kazanımları nelerdir? ” sorusu soruldu ve verilen cevaplar doğrultusunda temalar oluşturuldu.

Görüşülen kişilerin analizinde dört izleme teması ortaya çıkardı: (a) topluluğa ye olmasında ki sebep, (b)psikolojik ve fiziksel iyi oluş, (c) sosyal etkileşim ve entegrasyon ve (d) kişisel gelişim.

4.2.1. Tema 1: Topluluğa ye Olmasındaki Sebep

Üniversite topluluklarında bu topluluğa ye olan bireylerin bu topluluklara katılmasında bir etmen olmasının yanında birçok etmende olduğunu söyleyebiliriz. Nitel araştırmamız kısmında araştırmaya katılan bireylerin söylemleri analiz edildiğinde aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.

“ ncelikle belirtmeliyim ki dans ve müziğin benim hayatımda yeri bambaşka. Müziğe ve dansa olan ilgimi anlatmaya kalksam sanırım saatlerce konuşurum. Bu toplulukta bulunmamın en büyük etkisi aslında müzik ve dansa olan tutkumdur” (K, 22, Dans Topluluğu).

“İnsanların geneli belli amaç için geliyor bu topluluğa bunların başında psikolojik olarak bir de stres atmak için geliyorlar, bende bundan dolayı ye oldum bu topluluğa günlük sıkıntılardan uzaklaşmak için” (E, 21, Dans Topluluğu).

“Dans konusunda zaten bir merakım vardı ondan dolayı bu topluluğa ye oldum” (K, 24, Dans Topluluğu).

“Daha öncesinde bu konularda özgüveni olan bir insan değilim bu konuda kendime güvenim gelsin diye bu topluluğa ye oldum (E, 21, Dans Topluluğu).

”Fotoğraf çekmeyi de, çektirmeyi de seven biriyim. Bu alana özel bir ilgi duyuyorum. Her şey bu ilgiyle başladı aslında biraz bu konularda bilgim vardı ama kendimi nasıl geliştiririm diye bu topluluğa üye oldum” (K, 21, Fotoğrafçılık Topluluğu).

”Fotoğraf çekmekten çok zevk alıyorum, doğanın fotoğraflarını çekmeyi çok seviyorum. Bu alanda becerilerimi geliştirmek istedim. Bu nedenle bu kulübe üye oldum” (K, 21, Fotoğrafçılık Topluluğu).

”Her zaman güzel fotoğraflar çekebilmeyi hayal etmişimdir aynı zamanda fotoğrafa olan tutkum büyük bu yüzden bu alanda kendimi geliştirmek için topluluğa üye oldum” (K, 21, Fotoğrafçılık Topluluğu).

”Topluluğa üye oldum çünkü aktif bir sosyal hayatım yoktu üniversiteyi kazanıp Malatya geldiğimde arkadaş çevremi memleketimde bırakmıştım bundan dolayı bu topluluğa üye oldum” (E, 21, Su Altı Topluluğu).

”Su ürünleri bölümünü okuyorum aslında ben bölümümden dolayı su altını ve su altı canlılarını bilmek zorundayım. Bu topluluğun bana faydası olacağını düşündüğüm için üye oldum” (K, 24, Su Altı Topluluğu).

”Suyun altındaki canlıları yaşamı her zaman merak ettim ve gerçekten yaşamlarını görme fırsatı elde etmek için bu topluluğa üye oldum” (E, 21, Su Altı Topluluğu).

”Okuldan kalan vakitlerimi beni rahatlatıcak aktiviteler yaparak geçirmek istedim ve bundan dolayı izcilik topluluğuna üye oldum” (K, 21, İzcilik Topluluğu).

”Bu topluluğa üye olduğunda topluluk hakkında çok fazla bir bilgim yoktu. Herkes gibi izcilik denince benim de aklıma doğa geliyordu ama daha birçok merak ettiğim konu vardı bunları öğrenmek için katıldım” (E, 23, İzcilik Topluluğu).

”Bu aktivite önceden hiç bilmediğim bir branştı merak ettim ve topluluğa üye oldum” (K, 22, Oryantiring Topluluğu).

”Topluluk hakkında çok bir bilgim yoktu. Aslında ilk başta topluluğun ismi ilgimi çekti oryantiring ben buna oryantal diye anlamıştım ve topluluk standında birçok erkek vardı ben de şaşkınlıkla yöneldim. oryantiring ne diye sorduğunda oradaki insanlar bana açıklama yaptı ve gerçekten be de müthiş bir ilgi uyandırdı merak uyandırdı ve topluluğa üye oldum” (E, 22, Oryantiring Topluluğu).

”Bu topluluğa bisiklete olan ilgimden dolayı katıldım ve gerçekten burada olmaktan çok mutluyum” (K, 18, Bisiklet Topluluğu).

“Bu topluluğa üye oldum çünkü yeni insanlar tanımak istedim ve aynı zamanda sevdiğim bir aktiviteyi yapmak istediğim için aktivitelere katılıyorum” (K, 22, Bisiklet Topluluğu).

“Başlangıçta böyle bir topluluğun olduğunu bilmiyordum tesadüfen karşılaştım ve uzak doğu sporlarını öğrenmek için üye oldum (K, 23, Uzak Doğu Spor Severler Topluluğu).

“Bu topluluğa üye oldum çünkü kendimi savunmayı öğrenmek istiyorum tabi aynı zamanda bu alan ilgimi de çekiyor” (K, 23, Uzak Doğu Spor Severler Topluluğu).

Nitel araştırmalardan toplanan veriler ışığında topluluklara üye olmak ve aktivitelere katılımın ilgi, merak, stres atmak ve kişisel gelişim için olduğu görülmektedir.

4.2.2. Tema 2: Psikolojik ve Fiziksel İyi Oluş

İyi oluş (well-being) kavramı Aristo'ya kadar uzanmakta olup bu kavramı Aristo, insan bir işi kendi davranışı ile başarılabilen şeylerin en üst noktası yani zirvesi olarak tanımlıyor (51).

“Aktiviteler sonrasında rahatlıyorum psikolojik olarak tabi bunun yanında yorgunlukta oluyor sonuçta büyük bir efor harcıyorsunuz ama bu işi severek yapınca bunlar size tatlı yorgunluk geliyor. Bütün stresinizi bu aktivite sayesinde atabiliyorsunuz” (K, 22, Uzak Doğu Spor Severler Topluluğu).

“Zaten aktiviteler sırasında tamamen stresten uzaklaşıp sanki başka bir dünyada gibi hissediyorsunuz”(K, 23, Uzak Doğu Spor Severler Topluluğu).

“ Her şey sizin kontrolünüz altında fotoğraf makinasını siz yönetiyorsunuz, çekmek istediğiniz kadraj sizin elinizde. İnsan mutlu olmadığı bir kareyi neden kadrajına alsın ki? Bende mutlu olduğum çekmek istediğim dünyayı kadrajıma sığdırıyorum. Buda bana mutluluk veriyor, rahatlatıyorum ve stresten tamamen uzaklaşıyorum. En önemlisi de kendime ayırdığım vakti en iyi şekilde değerlendiriyorum” (K, 21, Fotoğrafçılık Topluluğu).

“Müziğin ahengine kendimi bırakarak rahatlıyorum. Müzikle bedenim sanki bir bütün gibi hissediyorum, o an aklınıza hiçbir şey gelmiyor” (E, 21, Dans Topluluğu).

“Suyun altı gerçekten çok keyif verici ve aynı zamanda rahatlatıcı. Ben zaten küçüklüğümünden beri ne zaman sıkılsam oturur bir sahile denizi izlerdim ve saatlerce

rahatlardım, sizde bide bunun su altındaki rahatlatıcı etkisini görseniz gerçekten müthiş bir duygu bu kesinlikle stresten uzak bir yer” (K, 24, Su Altı Topluluğu).

“Normalde kilolu biriydim izcilik topluluğunun aktivitesiyle eski formuma kavuştum. Buda beni daha iyi hissetmeme ve rahatlamama sebep oldu” (K, 21, İzcilik Topluluğu).

“Ruhuna iyi gelen bir aktivite bu yüzden aktivite sonrası kendimi psikolojik olarak rahatlamış ve bütün stresimi attığım için çok iyi hissediyorum ve mutluluk verici hislere kapılıyorum” (E, 22, İzcilik Topluluğu).

“Bir aktivite yapıyorsunuz ve bunun için emek harcıyorsunuz büyük bir efor harcıyorsunuz ve bunun karşılığını aldığınızda psikolojik olarak rahatlıyorsunuz ve mutlu oluyorsunuz” (K, 23, Dağcılık Topluluğu).

“Bu aktiviteyi yaparken bayağı stresli olduğum zamanlarda Stresten uzaklaştığımı fark ettim gerçekten kendimi iyi hissettim aynı zamanda macera-aksiyon tarzı olsun gerçekten insanı rahatlatıcı bir spor” (K, 21, Dağcılık Topluluğu).

“Bu aktiviteyi yapabilmeniz için iyi bir kol ve bacak kasına ihtiyacınız var yani fiziksel olarak buna yatkın olmanız gerekiyor çünkü müthiş bir güç kullanıyorsunuz. Tabi bu aktiviteyi yaparken hızlı ve dayanıklı olmanız gerekiyor duvara tırmanırken saniyelerle yarışyorsunuz. Benim gibi bir bayan için gerçekten zor bir aktivite ama seviyorsanız gözünüz hiç birşeyi görmüyorsunuz” (K, 21, Dağcılık Topluluğu).

“Aktiviteler sonrasında tamamen kendimi özgür ve rahat hissediyorum” (K, 21, Halk Oyunları Topluluğu).

“Mesela uzun turlar düzenliyoruz ve oralarda kamplar kuruyoruz veya bazen düzenlene gezilerle okullar boyuyoruz orada yeni insanlar tanıyoruz hep işbirliği içinde zevkle çalışıyoruz. Topluma yararlı şeyler yapıyoruz. Bunlarda sizin rahatlamanızı ve huzur bulmanızı sağlıyor” (K, 18, Bisiklet Topluluğu).

“Bisiklete biniyorsunuz hiçbir şey aklınıza gelmiyor önünüze odaklanıyorsunuz, olan problemlerinizi unutuyorsunuz aktivite yaparken psikolojik olarak rahatlıyorsunuz” (E, 23, Bisiklet Topluluğu).

Nitel araştırmalardan toplanan verilere baktığımızda genel olarak topluluk faaliyetlerine katılan bireyler aktiviteler sonrasında fiziksel ve psikolojik olarak kendilerini iyi hissettiklerini belirtmişlerdir.

4.2.3. Tema 3: Sosyal Etkileşim ve Sosyal Entegrasyon

İletişim kavramı, pek çok alanda kullanılmaktadır. Psikoloji alanında genel bir ifadeyle, bir amaç doğrultusunda ortaya çıkan bireyin çevresiyle etkileşimini süreç olarak tanımlanmıştır (52). Sosyal Etkileşim, kişilerarası iletişime katılan bireylerin belli bir yakınlık derecesi içinde, karşılıklı olarak sözlü ya da sözsüz mesaj alışverişinin olduğu iletişimidir (53).

“Burada yeni insanlar tanıdım yeni arkadaşlar edindim, yeni tanıdığım insanlarla il dışına giderek yeni dostlar edindim ve bu insanlarla yeni fotoğraflar çekmeye başladım”(E, 23, Fotoğrafçılık Topluluğu).

“Dans gecelerimiz var bu etkinlik müthiş derecede zevkli, burada yeni insanlar tanıyoruz ve onlarla ortak amaç doğrultusunda yani ortamdayken daha sonrasında güzel dostluklar kuruluyor” (E, 22, Dans Topluluğu).

“Yoğun bir iş temposunda kurtulmak için bu aktiviteyi katılarak kendimi rahatlatmaya çalışıyorum burada yeni arkadaşlar tanıdığım için sosyalleşmeye başladım. Daha önce sosyal bir insan değildim burada tanıdığım insanlar ile dışarıda da farklı aktiviteler düzenleyerek birleşiyor daha fazla vakit geçirmeye çalışıyorum, samimi bir ortam oluştu” (K, 24, Dans Topluluğu).

“Tabi sosyal çevrenizde artıyor ve zaten bu etkinlikle ilgilenenler bir bakıma ilgi alanları sizlerle aynı oluyor. Oturduğunuzda keyifli bir sohbet oluyor onlardan ilginç şeyler öğrenebiliyorsunuz” (K, 24, Su Altı Topluluğu).

“Bu topluluk sayesinde farklı insanlarla bir araya geliyorsunuz. Yeni arkadaşlıklarınız oluyor gerçekten samimi bir ortamdasınız burada” (E, 19, Su Altı Topluluğu).

“Burada yeni insanlar tanıdım. Aktivitelere katıldığımız da kamp kuruyor kamp ateşi etrafında toplanıyoruz birbirimizle muhabbet ediyoruz. Bu sayede arkadaşlıklarımız daha da güçleniyor” (E, 23, İzcilik Topluluğu).

“Yeni arkadaşlar tanıdım doğayı gördüm, farklı insanlar tanıdım farklı insanlarla muhabbetim sohbetlerim oldu ve çok hoşuma gitti. Sosyal çevrem bir anda genişledi” (E, 27, Dağcılık Topluluğu).

“Arkadaş anlamında baktığımda topluluk sayesinde çevrem zaten vardı ama daha yeni insanlar tanıyarak daha da genişledi”(E, 22, Oryantiring Topluluğu).

“Halk oyunları topluluğu genel amacı ile eğlence ve stresten uzak bir hayat yaşamak amacıyla insanların normal sosyal hayatına etkisi olan büyük bir topluluktur” (E, 24, Halk Oyunları Topluluğu).

“Bu topluluk sayesinde durgun bir hayat yerine artık daha aktif bir yaşamım var. Burada yeni insanlarla tanışma imkânı buldum. Bu insanlarla etkinlik dışında görüşmeye başladık tabi bu topluluğa gelen insanların ilgi ve hobileri size daha yakın olma şansı yüksek tabi ilgilerin benzer olmasından dolayı buradaki insanlarla etkileşiminiz daha çabuk oluyor ve daha güçlü dostluklar veya arkadaşlıklar kurabiliyorsunuz ” (E, 23, Bisiklet Topluluğu).

Nitel araştırmalardan toplanan verilere baktığımızda genel olarak topluluk faaliyetlerine katılan bireyler aktiviteler sonrasında yeni arkadaşlıklar kurup sosyal olarak çevrelerinin geliştiğini belirtmişlerdir. Bakıldığında aktivitelere katılan bireylerde sosyal etkileşim ve entegrasyonun önemli payı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

4.2.4. Tema 4: Kişisel Gelişim

Rekreasyon programlarının amaçlarından biri insan gereksinimlerinin tatmin edilebilmesi olarak kabul edebiliriz. Bu gereksinimler karşılanırken bireyin aynı zamanda bireyin genel gelişimine de katkıda bulunmaktadır. Bu rekreasyonel etkinlikler bireyin yaşamının diğer alanlarındaki özgüven ve yeterliğine katkı sağlar. Bu şekilde rekreasyon, bireyin benlik tasarımı ve gelişimi üzerinde potansiyel bir etkiye sahiptir. Olumlu yönde benlik tasarımı geliştiren bireylerin özsaygıları artar ve buda yaşam doyumlarını arttırır (46, 15).

“Aktivitelere topluluk başkanımız alanında uzman başarılı insanları getiriyor. Bu alanda daha çok bilgi sahibi oluyorsunuz ve o insanların tecrübelerini dinliyorsunuz buda sizin için bir yol oluyor aslında. Bu topluluğu gerçekten çok seviyorum çünkü her birey için önemli olan kişinin kendini savunmasını öğretiyor” (K, 22, Uzak Doğu Spor Severler Topluluğu).

“Bu topluluk sayesinde birçok şey öğrendim. Bu yeni öğrendiğim teknikler arttırdı ve bu alanda kurs ve eğitimler aldım”(E, 22, Uzak Doğu Spor Severler Topluluğu).

“Bu topluluk sayesinde ücretsiz kurslar aldım ve bilgi düzeyimi arttırdım. Her şey sizin neyi nasıl görmenizle alakalı iyi bir fotoğrafçı olmanız için iyi bir perspektife sahip olmanız gerekiyor. İyi bir estetik görüşe sahip olmanız gerekiyor, İyi bir şekil zemin örüntüsünde bu işi yapmalısınız. Bu bahsettiğim becerilere bu topluluk sayesinde aldığım kurslarla kazandım” (K, 21, Fotoğrafçılık Topluluğu).

“Bu topluluk sayesinde yeni teknikler, farklı dans alanları öğreniyorum açıkçası en iyi şekilde dans etmeyi öğreniyorum dans ederken eğlenerek öğreniyoruz” (E, 22, Fotoğrafçılık Topluluğu).

“Ben su ürünleri bölümünü okuyorum. Aslında ben bölümümden dolayı su altını ve su altı canlılarını bilmek zorundayım. Bu topluluk sayesinde birçok canlı çeşidini öğrendim ve aynı zamanda dalış materyallerini öğrendim” (K, 24, Su Altı Topluluğu).

“Bu aktivitelerin bana kazanımları neler oldu dersiniz ben burada birçok şey öğrendim mesela kamplarda nöbet tutarken birçok insanın sorumluluğunu aldım. Sorumluluk almayı öğrendim doğayla iç içe olmayı öğrendim doğanın kanunlarından birçok şey öğrendim örnek vereyim mesela kamp kurduğumuz yerlerde çiçek kokulu parfümler sıkılmayacağı öğrendim sıkılırsa eğer arıların gelebileceğini ve bize zarar verebileceğini öğrendim” (E, 23, İzcilik Topluluğu).

“Aktivitelerin bana kazanımları ne olduğuna bakarsak haritayı öğrendim haritayı okuma nasıl olur, pusula nasıl kullanılır ya da bir arazi şekli nasıldır haritada bir arazi nasıl gösterilir, arazinin yapısı nasıl onları öğrendim” (K, 22, Oryantiring Topluluğu).

“Oryantiring hakkında müthiş şeyler öğrendim gerçekten ilginç ve çok keyifli bir spor. Bu topluluk sayesinde bu spor nasıl yapılır, burada harita nasıl kullanılır, pusula nasıl kullanılır gibi birçok şey öğrendim ve daha fazla ilgimi çekmeye başladı” (E, 22, Oryantiring Topluluğu).

“Bu topluluk sayesinde yeni kültürler öğreniyorum yeni kültürlerin oyunlarını oynadım ve öğrendim” (E, 26, Halk Oyunları Topluluğu).

Nitel araştırmalardan toplanan verilere baktığımızda genel olarak topluluk faaliyetlerine katılan bireyler aktiviteler sonrasında bu aktiviteler katılan bireyler kişisel gelişim gösterdiklerini aynı zamanda aktiviteler katılımların kişisel gelişimlerini sağlamak bulgusuna ulaşmıştır.

5. TARTIŞMA

Bu araştırmada, Malatya ili İnönü Üniversitesindeki bisiklet topluluğu, dağcılık topluluğu, dans topluluğu, fotoğrafçılık topluluğu, halk oyunları topluluğu, izcilik topluluğu, oryantiring topluluğu, sualtı topluluğu, uzak doğu sporseverler topluluğuna üye lisans öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Araştırmamızda yararlandığımız serbest zaman takvimi ölçeğinin içerdiği altı alt boyut ile değişkenlerimiz arasında yapılan istatistiksel analizler sonucunda tablo 4.1.2’de ölçeğin alt boyutu olan rahatlama alt boyutunun (4,27-0,28) diğer alt boyutlara oranla daha yüksek seviyede aritmetik ortalamaya sahip olduğu çalışma sonuçları arasındadır. En düşük aritmetik ortalama değerinin ise fizyolojik boyutta (2,80-0,31) olduğu belirlenmiştir. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, Sönmezoğlu ve diğ., (54) Ankara, Bolu ve Düzce’deki gençlik merkezleri üyelerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin araştırılması ve gençlik merkezi üyelerinin bazı demografik özellikleri ile serbest zaman tatmin düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi üzerine yaptıkları çalışmalarında, elde edilen bulgular incelendiğinde psikolojik ($t= 2,09$) alt boyutun en düşük, rahatlama ($t= 3,83$) alt boyutunun diğer alt boyutlara oranla daha yüksek seviyede aritmetik ortalamaya sahip olduğu gözlemlenmiştir. Ayyıldız (1) rekreatif etkinlik olarak dans faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin ve katılımcıların bazı demografik özellikleri ile serbest zaman tatmin düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi isimli çalışmasında serbest zaman takvimi ölçeğinin (SZTÖ) içerdiği altı alt boyut ile değişkenleri arasında yapılan istatistiksel analizler sonucunda, ölçeğin alt boyutu olan rahatlama alt boyutunun (3,99-0,28) diğer alt boyutlara oranla daha yüksek seviyede aritmetik ortalamaya sahip olduğu çalışma sonuçları arasındadır. En düşük aritmetik ortalama değerinin ise fizyolojik boyutta (3,59-0,78) olduğu belirlenmiştir. Sarı ve Kaya (55) üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmini ve genel not ortalaması arasındaki ilişkisini belirlemek için yaptıkları çalışmalarında, serbest zaman takvimi ölçeğinin (SZTÖ) içerdiği altı alt boyut ile değişkenleri arasında yapılan istatistiksel analizler sonucunda, ölçeğin alt boyutu olan rahatlama alt boyutunun (3,82-0,91) diğer alt boyutlara oranla daha yüksek seviyede aritmetik ortalamaya sahip olduğu çalışma sonuçları arasındadır. En düşük aritmetik ortalama değerinin ise estetik boyutta (3,58-0,81) olduğu belirlenmiştir. Yaman ve diğ., (56) gençlik merkezi faaliyetlerine katılan bireylerin bazı değişkenlere göre serbest

zaman tatmin düzeylerini belirlemek için yaptıkları çalışmalarında, serbest zaman takvimi ölçeğinin (SZTÖ) içerdiği altı alt boyut ile değişkenleri arasında yapılan istatistiksel analizler sonucunda, ölçeğin alt boyutu olan rahatlama alt boyutunun (3,82-0,97) diğer alt boyutlara oranla daha yüksek seviyede aritmetik ortalamaya sahip olduğu çalışma sonuçları arasındadır. En düşük aritmetik ortalama değerinin ise estetik boyutta (3,44-0,92) olduğu belirlenmiştir. Serdar ve Ay (57) üniversite öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerini belirlemek için yaptıkları çalışmalarında, serbest zaman takvimi ölçeğinin (SZTÖ) içerdiği altı alt boyut ile değişkenleri arasında yapılan istatistiksel analizler sonucunda, erkeklerde ölçeğin alt boyutu olan fizyolojik alt boyutunun diğer alt boyutlara oranla daha yüksek seviyede sıra değeri ortalamaya sahip olduğu çalışma sonuçları arasındadır. En düşük sıra değeri ortalama değerinin ise rahatlama boyutunda olduğu belirlenmiştir. Yukarıda belirtildiği gibi bu alanda literatürde birçok çalışma mevcuttur. Serbest zaman tatmin düzeyinde gruplar arası fark görülmesinin sebebi, ele alınan grup farklılıkları olabilir. Cinsiyet değişkeni ile SZTÖ' nün alt boyutları arasında elde edilen bulgular incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre katılımcıların serbest zaman tatmin düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Eğitim, fizyolojik, estetik, rahatlama, sosyal, psikolojik alt boyutlardan erkeklerin ve kadınların aritmetik ortalama değerleri incelenmiştir. Tablo 4.1.3'de STZÖ ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Literatürde serbest zaman tatmini cinsiyet değişkeni üzerinden çok sayıda çalışma ile araştırılmıştır (58, 54, 59). Sönmezoğlu ve diğ., (54) tarafından yapılan araştırmada, kadın katılımcıların erkeklere göre daha fazla boş zaman memnuniyetine sahip oldukları bulunmuştur. Sönmezoğlu ve diğ., gençlik merkezi üyeleri ve bazı değişkenlere göre serbest zaman tatmin düzeyleri isimli çalışmasında araştırma sonuçlarına göre, cinsiyet değişkeni ile serbest zaman tatmin düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlı fark çıkan alt boyutlar için aritmetik ortalamalar incelendiğinde tüm bu alt boyutlarda kadınlar lehine ortalamaların daha yüksek olduğu görülmüştür. Broughton ve Beggs (58) 65 yaş üzerindeki bireylerin serbest zaman tatmin düzeyini incelediği çalışmada fizyolojik ve rahatlama alt boyutlarında kadınların erkeklere oranla daha yüksek tatmin puanlarına sahip olduğunu gözlemlemiştir ve diğer alt boyutlarda herhangi bir fark olmadığını ifade etmiştir. Yine Shin ve You'nun (59) aktivite tipi ve serbest zaman tatmin düzeyi üzerine yaptıkları çalışmada erkeklerin ve kadınların sportif içerikli etkinliklere pozitif tatmin düzeylerinin olduğunu belirtirken, kadınların

pasif ve sosyal etkinlik içerikli aktivitelerde negatif tatmin düzeylerinin olduğunu belirtmiştir.

Katılımcıların yaşları ile SZTÖ alt boyutları karşılaştırıldığında yaş değişkenine göre serbest zaman tatmin ölçeği psikolojik alt boyutunda tablo 4.1.4'de istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre; psikolojik boyuta bakıldığında 28 ve daha üstü yaş grubu ortalaması diğer yaş grubu ortalamalarından daha yüksek sonuç elde edilmiştir. Eğitim, sosyal, fizyolojik, rahatlama ve estetik alt boyutlar ile yaş grupları ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Literatür incelendiğinde, Ayyıldız (1) rekreatif etkinlik olarak dans faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin ve katılımcıların bazı demografik özellikleri ile serbest zaman tatmin düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla yaptığı çalışmada, yaş değişkenine göre serbest zaman tatmin ölçeği tüm alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre; eğitim boyutuna bakıldığında 23-30 yaş grubu ortalaması 31 ve üzeri yaş grubu ortalamasından daha yüksektir. Diğer bütün alt boyutlarda 23 yaş ve altı ve 23 – 30 yaş grupları ortalamaları arasında istatistiksel olarak fark yokken, 31 yaş ve üzeri grubunun ortalamaları diğer iki gruptan daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Sönmezoğlu ve arkadaşları (54) Ankara, Bolu ve Düzce'deki gençlik merkezi üyelerinin boş zaman tatmin düzeylerinin yanı sıra, boş zaman değerlendirme düzeyleri ile gençlik merkezi üyelerinin bazı demografik özellikleri arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla yaptığı çalışmada, katılımcıların gençlik merkezlerine üyelik süresi ile serbest zaman tatmin ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiyi incelemek üzere yapılan korelasyon analizi (Pearson Correlation Moment) sonuçları yer almaktadır. Tablo incelendiğinde gençlik merkezine üyelik süresi ile psikolojik boyut arasında anlamlı pozitif korelasyon ($r= 0,12$; $p= 0,03$) ve yine gençlik merkezine üyelik süresi ile eğitim alt boyutu arasında anlamlı pozitif korelasyon ($r= 0,13$; $p= 0,02$) bulunmuştur. Gençlik merkezlerine üyelik süresi ile diğer alt boyutlar arasında ise anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir.

Gelir düzeyine göre psikolojik, eğitim, sosyal, fizyolojik, rahatlama ve estetik alt boyutları incelendiğinde; tablo 4.1.5'de ölçeğin alt boyutları anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde; Gümüş ve Karakullukçu (60) futbol ve basketbol branşlarında seyircinin serbest zaman tatmininin demografik değişkenler açısından incelenmesini amaçladıkları çalışmalarında, araştırmaya katılan bireylerin SZTÖ puanları ile ekonomik düzeyleri arasında tüm alt boyutlarda ve toplamda anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Bu bulgu kişilerin gelir düzeyi arttıkça katıldıkları

serbest zaman etkinliğinden duydukları tatmin miktarının da artacağı şeklinde yorumlanabileceğini belirtmişlerdir. Ayyıldız (1) rekreatif dans faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelediği çalışmada katılımcıların gelir düzeyleri ile SZTÖ' nün alt boyutları arasındaki farkın tespiti için ölçeğin alt boyutlarından rahatlama, sosyal ve psikolojik alt boyutun diğer boyutlara göre daha yüksek düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. Ölçeğin alt boyutlarından sosyal ve psikolojik alt boyutlarda katılımcıların gelir seviyelerinin 3000tl üzeri olduğu durumlarda diğer gelir seviyelerine oranla daha yüksek seviyede serbest zaman tatmini sergiledikleri sonucuna varmıştır. Ölçeğin rahatlama boyutunda ise gelir seviyesi 2001tl-3000tl olan bireylerin, aynı alt boyutta diğer gelir seviyesine sahip bireylere oranla daha düşük serbest zaman tatmin düzeyine sahip olduğu bulgularına rastlamıştır.

Bireylerin aktif olarak etkinliklere katıldıkları toplulukların alt boyutları karşılaştırıldığında tablo 4.1.6'da psikolojik (X=4,34), eğitim (X=4,23) ve sosyal alt boyutlarında (X=4,50) en yüksek ortalamaların fotoğrafçılık topluluğunda olduğu hesaplanmıştır. Rahatlama alt boyutunda en yüksek (X=4,33) ortalamanın su altı topluluğuna, fizyolojik olarak bakıldığında en yüksek (X=4,35) ortalamanın bisiklet topluluğunda olduğu bulunmuştur. Estetik alt boyutta en yüksek (X=3,34) ortalama dans topluluğunda olduğu görülmüştür. Genel olarak bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerine bakıldığında ise en yüksek ortalamanın halk oyunları topluluğuna (X=3,87) ait olduğu görülmektedir. Toplam Serbest zaman tatmin düzeylerine bakıldığında halk oyunları topluluğu, su altı topluluğu ve dans topluluğu fotoğrafçılık topluluğuna göre daha yüksek bulunmuş iken uzak doğu sporseverler topluluğu, bisiklet topluluğu, izcilik topluluğu ve dağcılık, topluluğu fotoğrafçılık topluluğuna göre daha düşük şekilde bulunmuştur. Araştırmamızdaki bütün değişkenler incelendiğinde serbest zaman tatmin düzeyi noktasında diğer birçok araştırmayla paralellik gösteren sonuçlar içerdiğini görmekteyiz. Fakat ele aldığımız üniversite toplulukları açısından serbest zaman tatmin düzeyinin incelendiği çalışmaya rastlanılamamış olması çalışmamıza ayrı bir önem arz etmektedir.

Nitel araştırmalardan toplanan veriler ışığında 4.2.1 tema 1'de topluluklara üye olmak ve aktivitelere katılımın ilgi, merak, stres atmak ve kişisel gelişim için olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu veriler ışığında bireylerin topluluğa katılmalarında kişilerin farklı ilgilerinin olması topluluğu seçerken önem arz ettiğini ve bireylerin topluluk faaliyetlerinden farklı beklentilerinin olduğunu söyleyebiliriz.

“Suyun altındaki canlıları yaşamı her zaman merak ettim ve gerçekten yaşamlarını görme fırsatı elde etmek için bu topluluğa üye oldum” (E,21, Su Altı Topluluğu).

“İnsanların geneli belli amaç için geliyor bu topluluğa bunların başında psikolojik olarak bir de stres atmak için geliyorlar, bende bundan dolayı üye oldum bu topluluğa günlük sıkıntulardan uzaklaşmak için” (E, 21, erkek, Dans Topluluğu).

“Fotoğraf çekmeyi de, çektirmeyi de seven biriyim. Bu alana özel bir ilgi duyuyorum. Her şey bu ilgiyle başladı aslında biraz bu konularda bilgim vardı ama kendimi nasıl geliştiririm diye bu topluluğa üye oldum” (K, 21, Fotoğrafçılık Topluluğu) şeklinde ifade ederek topluluğa üye olmasındaki sebepleri belirtmişlerdir.

4.2.2. Tema 2’de toplanan verilere baktığımızda genel olarak topluluk faaliyetlerine katılan bireyler aktiviteler sonrasında fiziksel ve psikolojik olarak kendilerini iyi hissettiklerini bulgusu elde edilmiştir. Bu veriler ışığında bireyler aktiviteler sayesinde rahatlayıp stres attıkları yanı fizyolojik ve psikolojik olarak kendilerini iyi hissettiklerini söyleyebiliriz.

“Her şey sizin kontrolünüz altında fotoğraf makinasını siz yönetiyorsunuz, çekmek istediğiniz kadraj sizin elinizde. İnsan mutlu olmadığı bir kareyi neden kadrajına alsın ki? Bende mutlu olduğum çekmek istediğim dünyayı kadrajıma sığdırıyorum. Buda bana mutluluk veriyor, rahatlatıyorum ve stresten tamamen uzaklaşıyorum. En önemlisi de kendime ayırdığım vakti en iyi şekilde değerlendiriyorum” (K,21, Fotoğrafçılık Topluluğu).

“Müziğin ahengine kendimi bırakarak rahatlıyorum. Müzikle bedenim sanki bir bütün gibi hissediyorum, o an aklınıza hiçbir şey gelmiyor” (E, 21, Dans Topluluğu) şeklinde ifade ederek topluluğa üye olmasındaki sebepleri belirtmişlerdir.

4.2.3. Tema 3’de toplanan verilere baktığımızda genel olarak topluluk faaliyetlerine katılan bireyler aktiviteler sonrasında yeni arkadaşlıklar kurup sosyal olarak çevrelerinin geliştiğini belirtmişlerdir. Bakıldığında aktivitelere katılan bireylerde sosyal etkileşim ve entegrasyonun önemli payı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu veriler ışığında bireylerin aktivitelere katılım sağladıktan sonra yeni arkadaşlıklar edindikleri sosyal çevrelerinin arttığını yani sosyal entegrasyonun sağlandığını söyleyebiliriz.

“Bu topluluk sayesinde durgun bir hayat yerine artık daha aktif bir yaşamım var. Burada yeni insanlarla tanışma imkânı buldum. Bu insanlarla etkinlik dışında görüşmeye başladık tabi bu topluluğa gelen insanların ilgi ve hobileri size daha yakın

olma şansı yüksek tabi ilgilerin benzer olmasından dolayı buradaki insanlarla etkileşiminiz daha çabuk oluyor ve daha güçlü dostluklar veya arkadaşlıklar kurabiliyorsunuz ” (E, 23, Bisiklet Topluluğu).

“Tabi sosyal çevrenizde artıyor ve zaten bu etkinlikle ilgilenenler bir bakıma ilgi alanları sizlerle aynı oluyor. Oturduğunuzda keyifli bir sohbet oluyor onlardan ilginç şeyler öğrenebiliyorsunuz” (K, 24, Su Altı Topluluğu) şeklinde ifade ederek topluluğa üye olmasındaki sebepleri belirtmişlerdir.

4.2.4. Tema 4’de toplanan verilere baktığımızda genel olarak topluluk faaliyetlerine katılan bireyler aktiviteler sonrasında bu aktivitelere katılan bireyler kişisel gelişim gösterdiklerini aynı zamanda aktivitelere katılımların kişisel gelişimlerine katkı sağladığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu veriler ışığında aktivitelere gerek katılım öncesi beklentileri gerek katılım sonrası bireylerin kişisel gelişimlerine katkısının olduğunu söyleyebiliriz.

“Aktivitelerde topluluk başkanımız alanında uzman başarılı insanları getiriyor. Bu alanda daha çok bilgi sahibi oluyorsunuz ve o insanların tecrübelerini dinliyorsunuz buda sizin için bir yol oluyor aslında. Bu topluluğu gerçekten çok seviyorum çünkü her birey için önemli olan kişinin kendini savunmasını öğretiyor” (K, 22, Uzak Doğu Spor Severler Topluluğu).

“Bu topluluk sayesinde ücretsiz kurslar aldım ve bilgi düzeyimi arttırdım. Her şey sizin neyi nasıl görmenizle alakalı iyi bir fotoğrafçı olmanız için iyi bir perspektife sahip olmanız gerekiyor. İyi bir estetik görüşe sahip olmanız gerekiyor, İyi bir şekil zemin örüntüsünde bu işi yapmalısınız. Bu bahsettiğim becerilere bu topluluk sayesinde aldığım kurslarla kazandım” (K, 21, Fotoğrafçılık Topluluğu)

“Bu topluluk sayesinde yeni teknikler, farklı dans alanları öğreniyorum açıkçası en iyi şekilde dans etmeyi öğreniyorum dans ederken eğlenerek öğreniyoruz” (E, 22, Fotoğrafçılık Topluluğu).

“Bu topluluk sayesinde birçok şey öğrendim. Bu yeni öğrendiğim teknikler arttırdı ve bu alanda kurs ve eğitimler aldım”(E, 22, Uzak Doğu Spor Severler Topluluğu) şeklinde ifade ederek topluluğa üye olmasındaki sebepleri belirtmişlerdir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada İnönü üniversitesinde bulunan bisiklet, dağcılık, dans, fotoğrafçılık, halk oyunları, izcilik, oryantiring, sualtı ve uzakdoğu sporseverler topluluklarına üye lisans öğrencilerinin rekreatif etkinliklerine katılan bireylerin bu faaliyetlere katılım durumlarını ve yaş, cinsiyet, gelir gibi bazı değişkenlerin serbest zaman tatmin düzeyleri üzerinde etkisi olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara dayalı olarak, şu sonuçlara ulaşılmıştır:

Nicel sonuçlara göre katılımcıların aktivitelere katılımlarında rahatlama, sosyal, psikolojik ve eğitim boyutunun yüksek iken fizyolojik ve estetik boyutunun daha düşük olduğunu söyleyebiliriz. Çalışmamızda rahatlama boyutunda ($X=4,27$), fizyolojik boyutta ($X=2,80$) olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlardan şunu söyleyebiliriz ki aktivitelere katılan bireylerde aktivitelerin rahatlatıcı etkisi önemli derecede yüksektir. Araştırmamızda cinsiyetin serbest zaman tatmin düzeyleri üzerinde anlamlı bir fark ortaya koymadığı anlaşılmıştır. Yaş değişkenine göre baktığımızda aktiviteye katılan bireylerin psikolojik olarak yaş arttıkça tatmin düzeyleri de artmaktadır. Gelir düzeyinin ölçek alt boyutlarında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Diğer bir değişken olan toplulukların serbest zaman tatmin düzeyine bakıldığında sonuçlara göre fotoğrafçılık topluluğu, izcilik topluluğu, bisiklet topluluğu ve su altı topluluğunun aktiviteye katılım sonrası eğitim olarak serbest zamana tatmin düzeyleri diğer topluluklara göre daha yüksek ve olumlu olduğunu, sosyal olarak tatmin düzeyinde bisiklet topluluğu diğer topluluklara göre daha tatminlerdir, fizyolojik olarak tatmin düzeylerine bakıldığında bakıldığında da bisiklet topluluğu, uzak doğu sporseverler topluluğu, dağcılık topluluğu ve dans topluluğu fizyolojik olarak tatmin düzeyleri daha olumlu olduğu, estetik olarak baktığımızda dans topluluğu, uzak doğu topluluğu, izcilik topluluğu, halk oyunları topluluğu, dağcılık topluluğu, su altı topluluğu, bisiklet topluluğunun serbest zaman tatmin düzeyleri daha olumlu olduğu sonuçlarımız arasındadır. Toplulukların toplam Serbest zaman tatmin düzeylerine bakıldığında halk oyunları topluluğunda aktivitelere katılan bireyler serbest zamanlarını değerlendirmede daha tatminlerdir. Topluluklarda rekreasyonel aktivitelere katılan katılımcılarla görüşmeler sonucunda topluluklara üye olmalarındaki sebep ilgi, merak, stres atmak ve kişisel gelişim için katıldıkları, faaliyetlere katılımın fizyolojik ve psikolojik olarak iyi iyi hissettiklerini, sosyal etkileşim ve sosyal entegrasyonun pozitif yönde olduğu, aktivitelere katılımın bireylerde kişisel gelişimlerini sağladıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışma sonucunda, bütün bulgulardan hareketle durum tespiti yapılmış, bireylerin topluluklarda ki rekreatif faaliyetlerin serbest zaman tatmin düzeyleri incelenerek açıklamalar yapılmıştır. Bu noktada;

- Bu programlara öncülük edip çalışmaların eksikliği göz önünde bulundurularak, bu anlayışla farklı gruplar üzerinde yapılacak çalışmalar Türkçe literatüre kazandırılabilir, ülkemizde gelişmekte olan rekreasyon anlayışının yapılanmasına katkı sağlayabilir.
- Nitel çalışmalarla genel sorunlar belirlenip, bu sorunlar doğrultusunda farklı gruplarda çalışmalar yapılabilir.
- Bir başka açıdan bakacak olursak, çalışmamızın örneklemini oluşturan üniversite topluluk faaliyetlerine katılan bireyler üzerine yapılan çalışmalar oldukça sınırlı olduğundan, farklı spor branşlarının ülkemizde hak ettiği yere getirecek çalışmalarla desteklemek bundan sonra yapılması önerilen çalışmalar arasındadır.

KAYNAKLAR

1. Ayyıldız T. Rekreatif Dans Faaliyetlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi 2015.
2. Küçüktopuzlu F, Gözek K ve Uğurlu A. Boş Zaman Rekreasyon İlişkisi ve Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirmeye Yönelik Bir Araştırma. I. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Gazi Üniversitesi. Ankara: Türk Hava Kurumu Basımevi 2003.
3. Zorba E. Yaşam Boyu Spor, 3. Baskı. İstanbul, Bedray Basın Yayıncılık 2011.
4. Eren E. Yönetim ve Organizasyon, 5. Baskı. İstanbul, İstanbul Üniversitesi Yayını 1993.
5. Smith H and Hyrum W. Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası: Üretkenliği ve İç Huzuru Arttırmak İçin Kanıtlanmış Stratejiler. (Çev:Adalet Çelbiş). İstanbul:Sistem Yayıncılık 1998: 24.
6. Karaküçük S. Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme. 5. Baskı. Ankara, Gazi Kitabevi 2005: 24-94.
7. Özgen H ve Doğan S. Zaman Yönetiminde Yeni Yönetim ve Organizasyon Yaklaşımları. *Standart Dergisi* 1997 36: 136-45
8. Baltaş A, Baltaş Z. Başarılı ve Sağlıklı Olmak İçin Stres ve Başarma Yolları. 5.Baskı. İstanbul, Remzi Kitabevi 1987, 241.
9. Scoot M. Zaman Yönetimi. İstanbul: Rota Yayın Yapım Tanıtım 1995:9.
10. Köktaş SK. Rekreasyon, Boş Zaman Değerlendirme. Ankara, Nobel Yayın Dağıtım 2004, 15.
11. Güngörmüş HA. Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdüleyen Faktörler. Doktora Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara: Gazi Üniversitesi 2007.
12. Kılbaş S. Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme. Anaca yayınları. 1. Baskı. Adana. 2001, 14-20
13. Gediz S. Kamu Hizmeti Olarak Rekreasyon Etkinlikleri Kapsamında “Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlükleri Batı Akdeniz Bölgesi Gençlik Merkezleri Analizi”. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Antalya: Akdeniz Üniversitesi 2012.
14. Karaküçük S, Gürbüz B. Rekreasyon ve Kentleşme. Ankara: Gazi Kitabevi 2007, 19.
15. Tezcan M. Boş Zamanları Değerlendirme Sosyolojisi. Ankara, Atilla Kitabevi 1994.

16. Boud BM and Lawson F. Tourism and Recreation: Handbook of Planning and Design. Architectural Press 2002:1.
17. Torkildsen G. Leisure and Recreation Management. (5th Edition). Routledge. NewYork:Taylor and Francis Group 2005, 46.
18. Madrigal R. Measuring The Multidimensional Nature Of Sporting Event Performance Consumption. *J Leis Res* 2006: 58(3); 267-8.
19. Kemp K, Pearson S. Leisure and Tourism. Great Britain: Longman Press, 2. Cordes, K., A., İbrahim, H., M. (1999). Applications In Recreation and Leisure: For Today and Future. (2nd Edition) Mc Graw Hill Companies 1997, 3-7.
20. Cordes KA, Hilmi Mİ. Applications in Recreation and Leisure: For Today and The Future. No. Ed. 2. McGraw-Hill Book Company Europe 1999.
21. Özdemir, A., Karaküçük, S., Gümüş, S., Kıran, M. (2006). Türkiye Taş Kömürü Kurumu Genel Müdürlüğünde Çalışan Yer Altı İşçilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Belirlenmesi. 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi. 3-5 Kasım 2006. Muğla, 10. Bakır M. Rekreasyon ve Turizm İlişkisinin Turizm Politikalarının Oluşturulmasındaki Önemi. Doktora. İstanbul: İstanbul Üniversitesi; 1990.
22. Balcı V, İlhan A. Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi. *Sportmetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 2006: 4(1); 11-8.
23. Bakır M. Rekreasyon ve Turizm İlişkisinin Turizm Politikalarının Oluşturulmasındaki Önemi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi 1990.
24. Hacıoğlu N, Gökdeniz A, Dinç Y. Boş Zaman Rekreasyon Yöntemi. Ankara, Detay Yayıncılık 2003.
25. Yetiş Ü. Orta öğrenim öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimleri. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara 2008.
26. İlban MO, Özcan K. Demografik Özelliklere Göre Boş Zaman Değerlendirme Tercihlerindeki Farklılaşma Üzerine Bir Araştırma (Nevşehir Örneği), 1. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Ankara, Mayıs 2003.
27. Güngörmüş HA. Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatif Egzersize Götüren Faktörler. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi. Ankara 2007.

28. Ulubey, E. Uluslararası Seyahate Katılan Gençlerin Konaklamaları Boyunca Katıldıkları Boş Zaman Aktivitelerine İlişkin Görüşleri. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi. Ankara 2010.
29. Tolukan, E. Spor Yöneticiliği Bölümü Öğrencilerinin Boş Zaman Alışkanlıklarının İncelenmesi ve Değerlendirilmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi. Ankara 2008.
30. Hazar, Atilla. Rekreasyon ve Animasyon: Rekreasyon ve Animasyon Teorisi, Animasyon Hizmetlerinin Yönetimi, Geleneksel Kültür Canlandırması, Uygulamalı Animasyon Etkinlikleri. Detay Yayıncılık 2003.
31. Balcı, V. İlhan, A. Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 2006: 1; 11-18.
32. Sürer, A. İş Stresi. Yüksek Lisans Tezi. Balıkesir Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İşletme Ana Bilim Dalı. Balıkesir 2001.
33. Çınar V, Sanioglu, A. Farklı Branşlardaki Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının Değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2004, 11: 261-71.
34. Mete B, Ağaoğlu SA. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kurupelit Kampusü akademik ve idari personelin rekreatif aktivitelere katılım ve bakış açılarının incelenmesi. Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, Ankara 2003, 421-6.
35. Yılmaz Ş, Küçüktopuzlu F, Çerez H. The Recreational Activity Condition and Level of Satisfaction of Individuals in Antalya City, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi. 3-5 Kasım. 4-6. Muğla 2006.
36. Kırıkoglu S. Doğa eğitimi programlarının uygulama boyutunda planlama sürecinin rolü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi. Bolu 2004.
37. Kelly JR. Leisure: Prentice-Hall. Englewood Cliffs. New Jersey 1990: 310-312.
38. Bucher CA. Foundations of Physical Education. With 287 Illustrations. CV Mosby Company 1972.
39. Mirzeoğlu N. Rekreasyon ile İlgili Temel Kavramlar. Beden Eğitimi ve Spor Bilimlerine Giriş. Bağırhan Yayınevi Ankara 2003.
40. Çakıroğlu H. Beden Eğitimi Dersi ve Diğer Dersler Açısından Okullarda Ders Dışı Faaliyetlerin Durumu Eğitsel Kollar ve Faaliyetleri. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi. İstanbul 1998.

41. Yılmaz Z. Kütahya ili orta öğretim kurumlarındaki öğrencilerin serbest zaman faaliyetlerinin dağılımı ve değerlendirilmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi. Kütahya 2002.
42. Nimet N. Rehabilitasyon Merkezlerinde Eğitim Alan Öğrenci Ailelerinin Rekreasyon Aktivite Tercihlerinin Belirlenmesi. Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Rekreasyon Bölümü, Bitirme Projesi. Kocaeli 2007.
43. Başaran Z. Rekreasyon dersi ders notları. Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Rekreasyon Bölümü, Kocaeli 2003.
44. Arslan S. Yetişkin Kent Halkının Belediyelerin Serbest Zaman Eğitimi ile Rekreasyon Etkinliklerinin Sunumuna ve Yaşam Kalitesine Etkisine İlişkin Görüşleri (Ankara Büyükşehir Belediyesi Örneği. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara 2010.
45. California State Parks (CSP) (2005, March); The Health and Social Benefits of Recreation, An Element of the California Outdoor Recreation Planning Program, Sacramento, California, www.parks.ca.gov adresinden 22.01.2018 tarihinde alınmıştır.
46. Tekin A. Bir Rekreasyonel Aktivite Olan Doğa Yürüyüşü Programına Katılımın İş görenlerin Uyum Düzeyine Etkisi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İstanbul 2003.
47. Townsend R. Yaşama Zenginliği, (Çev: Tefvik Ertan), Sistem Yayıncılık, İstanbul 2000, 66.
48. Creswell, JW. Controversies in mixed methods research. *The Sage handbook of Qual Res* 2011: 4; 269-84.
49. Beard, J.,G., Ragheb, M.,G.. Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research* 1980: 12 (1); 20–33.
50. Karlı Ü, Polat E, Yılmaz B, Koçak S. Serbest Zaman Tatmin Ölçeği'nin (Sztö-Uzun Versiyon) Geçerlilik Ve Güvenilirlik Çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi* 2008: 19(2); 80-91.
51. Kuyumcu, B. Üniversite Öğrencilerinin Duygularını Fark Etmeleri ve İfade Etmeleri İle Psikolojik İyi Oluşları: Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara 2012.
52. Topbaş, S. Dil gelişiminin sosyal temelleri. S. Topbaş, (editör), Çocukta dil ve kavram gelişimi. (7592). Anadolu Üniversitesi, AÖF Yayını, Eskişehir 2003.
53. Dökmen, Ü. İletişim Çatışmaları ve Empati. (1. Basım), İstanbul: Sistem Yayıncılık 1999.

54. Sönmezoğlu U, Polat E, Aycan A. Gençlik Merkezi Üyeleri ve Bazı Değişkenlere Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri. *International Journal of Science Culture and Sport* 2014: 2(Special Issue 1); 219-29.
55. Sarı İ, Kaya E. Serbest Zamanı Tatmini Okul Başarısını Artırır mı? Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Tatmini ve Genel Not Ortalaması Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 2016: 3(2); 11-7.
56. Yaman B, Akgül BM, Karaman M, Ayyıldız T, Karaküçük S. Gençlik Merkezi Faaliyetlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi* 2016: 10(3).
57. Serdar E, Ay SM. Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Serbest Zaman Etkinliklerinden Tatmin Olma Ve Algılanan Özgürlük Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi* 2016: 6(2); 34-44.
58. Broughton K, Beggs BA. Leisure satisfaction of older adults. *Act Adapt Aging* 2006: 31(1); 1-18.
59. Shin K, You S. Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *J Pac Rim Psychol* 2013: 7(2); 53-62.
60. Gümüş H, Karakullukçu ÖF. Leisure satisfaction in football and basketball fans: A sample of Afyonkarahisar. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)* 2015: 3(3); 401-9.

EKLER

Ek 1. Özgeçmiş

Kişisel bilgiler

Adı : İsmihan
Soyadı : Yiğit
Doğum Tarihi ve Yeri : 02.07.1993 – MALATYA
İletişim Bilgileri (e posta) : ismihanyigit.1@gmail.com

Eğitim Bilgileri

Lisans Mezun Olduğu Üniversitesi: İnönü Üniversitesi

Lisans Mezun Olduğu Bölüm: Beden Eğitim ve Spor Yüksekokulu / Beden
Eğitimi Öğretmenliği

Lisans Mezuniyeti Not Ortalaması: 3.24

Lisans Mezuniyet Tarihi: 2016

Ek 2. Etik Kurul

T.C. İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU (Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma Etik Kurulu)			
Oturum Tarihi	Oturum Sayısı	Karar Sayısı	
21.09.2017	14	2017/14-1	
<p>Karar No: 2017/14-1: Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma Etik Kurulu 21.09.2017 tarihinde Rektörlük Senato odasında toplandı. İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Doç. Dr. Cemal GÜNDOĞDU'nun sorumlu araştırmacı olduğu; İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Yüksek Lisans öğrencisi İsmihan YİĞİT'in "Üniversite Topluluklarında Rekreatif Faaliyetlere Katılan Bireylerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi" başlıklı çalışması Üniversitemiz Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi açısından uygun olup-olmadığı hususundaki başvurusuna ilişkin raportör raporu görüşüldü. Çalışma Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi açısından değerlendirildiğinde çalışmada; <u>herhangi bir etik kusur olmadığına</u> oy birliği ile karar verilmiştir.</p>			
Prof. Dr. Mustafa KUTLU Etik Kurul Başkanı			
Prof. Dr. Hüseyin Suphi ERDEM Etik Kurul Başkan Yardımcısı	KATILDI	Prof. Dr. Nesrin SİS Etik Kurul Üyesi	KATILMADI
Prof. Dr. Süleyman ÇALDAK Etik Kurul Üyesi	KATILDI	Prof. Dr. Mustafa ARSLAN Etik Kurul Üyesi	KATILDI
Prof. Dr. Mehmet GÜNGÖR Etik Kurul Üyesi	KATILDI	Prof. Dr. Lutfiye ÖZDEMİR Etik Kurul Üyesi	KATILMADI

Ek 3. Anket Formu

Değerli Katılımcı,

Bilimsel bir araştırma için değerli görüşlerinize ihtiyaç duyulmaktadır. Lütfen tüm soruları dikkatlice okuyarak, isminizi yazmadan, sizin için uygun olan ifadenin yanına (X) işareti koyarak cevaplayınız. Araştırmaya yaptığınız katkı ve içten cevaplarınız için teşekkür ederim.

İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

İsmihan YİĞİT

1. Yaşınız? 18-22(),23-27(), 28+ ()
2. Cinsiyetiniz? () Erkek () Kadın
3. Aylık geliriniz? ()500 ve altı ()501-1000 ()1001-1500 () 1500 ve üstü
4. Üye olduğunuz topluluk

Ek 4. Serbest Zaman Tatmin Ölçeği

Değerli Katılımcı, Bu bölümde serbest zaman tatmin düzeyine ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Aşağıda verilen ifadelere ne ölçüde katıldığınızı ifadelerin karşısındaki kutucuklara (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen isaretlenmemiş ifade bırakmayınız.	Benim İçin Hemen Hemen Hiç Geçerli Değil	Benim İçin Nadiren Geçerli	Benim İçin Bazen Geçerli	Benim İçin Sıklıkla Geçerli	Benim İçin Hemen Hemen Her Zaman Geçerli
1.Serbest zamanlarımda yaptığım aktiviteleri özgürce seçerim.					
2.Serbest zaman aktivitelerim benim için çok ilginç.					
3.Serbest zaman aktivitelerimi uygulamaktan zevk alıyorum.					
4.Serbest zaman aktivitelerim bende öz güven sağlar.					
5.Serbest zaman aktivitelerim bana başarı hissi veriyor cesaretlendiriyor.					
6.Serbest zaman aktivitelerimde birçok değişik yetenek ve kabiliyetlerimi kullanırım.					
7.Serbest zaman aktivitelerimi uygularken kendimi tamamen aktiviteye veririm.					
8.Serbest zaman aktivitelerim entelektüel açıdan çekici.					
9.Serbest zaman aktivitelerim yeni beceriler öğrenmemde beni.					
10.Serbest zaman aktivitelerim etrafımda olanlar hakkındaki bilgimi artırır.					
11.Serbest zaman aktivitelerim merakımın tatmin edilmesinde bana yardımcı oluyor					
12.Serbest zaman aktivitelerim yeni şeyler denemem için bana olanaklar sağlar.					
13. Serbest zaman aktivitelerim bana kendimi tanımamda yardımcı olur.					
14. Serbest zaman aktivitelerim bana etrafımı, diğer insanları tanımamda yardımcı olur.					
15. Serbest zaman aktivitelerim genel olarak toplumu tanımamda bana yardımcı olur.					
16. Serbest zaman aktivitelerim bana doğa ile ilgili daha çok şey öğrenmemde yardımcı olur.					
17. Serbest zaman aktivitelerim kişiler arasındaki farklılıkları kabul etmemde bana yardımcı olur					
18. Serbest zaman aktivitelerim düşünce, duygu veya fiziki yeteneklerimi diğer insanlara göstermeme imkân veriyor.					
19. Serbest zaman aktiviteleri esnasında diğer insanlarla sosyal ilişkiler kurabiliyorum.					
20. Serbest zaman aktivitelerim diğer insanlarla sıkı ilişkiler kurmamda bana yardımcı oluyor.					
21. Başka insanlarla gruplar içinde olabildiğim serbest zaman aktivitelerini tercih ediyorum.					
22. Serbest zaman aktivitelerim esnasında tanıştığım insanlar					

arkadaş canlısı.									
23. Serbest zaman aktivitelerimde eğlenceli insanlarla bir araya gelirim.									
24. Serbest zamanlarımda, çokça serbest zaman aktiviteleri yapmaktan hoşlanan insanlarla bir araya gelirim.									
25. Serbest zaman aktivitelerimi birlikte yaptığım insanlara karşı güçlü bağlılık hissi duyarım.									
26. Serbest zaman aktivitelerim rahatlamama yardımcı oluyor.									
27. Serbest zaman aktivitelerim stresten kurtulmama yardımcı oluyor.									
28. Serbest zaman aktivitelerim kendimi duygusal olarak iyi hissetmeme yardımcı olur.									
29. Serbest zaman aktivitelerine katılıyorum çünkü hoşlanıyorum.									
30. Serbest zaman aktivitelerim beni fiziksel olarak zorluyor.									
31. Fiziksel sağlığımı (uygunluğumu) arttıran serbest zaman aktiviteleri yaparım.									
32. Beni fiziksel olarak yenileyen (tazeleyen) serbest zaman aktivitelerini yaparım.									
33. Serbest zaman aktivitelerim sağlıklı kalmama yardımcı olur.									
34. Serbest zaman aktiviteleri kilomu kontrol etmemde bana yardımcı olur.									
35. Serbest zaman aktivitelerim enerji düzeyimi korumamda bana yardımcı olur.									
36. Serbest zaman aktivitelerimi yaptığım alanlar/yerler ilgi çekicidir.									
37. Serbest zaman aktivitelerimi yaptığım alanlar/yerler güzel yerlerdir.									
38. Serbest zaman aktivitelerimi yaptığım alanlar/yerler iyi dizayn edilmiştir.									
39. Serbest zaman aktivitelerimi yaptığım alanlar/yerler benim hoşuma giden (beni hoşnut eden) yerlerdir.									