

**T.C.
SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**SERBEST ZAMAN ENGELLERİ VE İLGİLENİMLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ: SAKARYA
ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Meliha SEVİÇ

**Enstitü Anabilim Dalı : BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
EĞİTİMİ ANABİLİMDALI**

Tez Danışmanı : Dr. Öğr. Üyesi Ersin ESKİLER

Mayıs 2019

T.C.
SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ
LİSANÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

SERBEST ZAMAN ENGELLERİ VE İLGİLENİMLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ: SAKARYA
ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Meliha SEViÇ

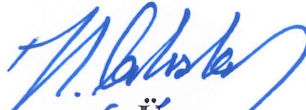
Enstitü Anabilim Dalı

: BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
EĞİTİMİ ANABİLİMDALI

Bu tez 15/05/2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oybirliği/
oyçokluğu ile kabul edilmiştir.



Jüri Başkanı
Doç. Dr. Fikret
SOYER



Üye
Doç. Dr. Hüseyin
ÇALIŞKAN



Üye
Dr. Öğr. Üyesi Ersin
ESKİLER

BEYAN

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

Meliha SEVİÇ

14/05/2019

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın konusunun belirlenmesinde, planlanmasında, araőtırılmasında ve yürütülmesinde maddi ve manevi hiç bir desteğini esirgemeyen, tez dönemi boyunca bilgi, birikim ve tecrübelerinden faydalandığım, danıőman ve değerli danıőman hocam Dr. Öğr. Üyesi Ersin ESKİLER'e teőekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Ayrıca bu çalışma boyunca yanımda olan dostlarıma ve arkadaşlarıma, desteğini eksik etmeyen, eğitim hayatım süresince hep arkamda duran, bu günlere gelmemi sağlayan sevgili aileme özellikle annem Saniye BEKTAŐ'a ve ablam Feride SEVI'e bu süreçte varlıklarını her zaman hissettirdikleri için teőekkürlerimi sunarım.

Ayrıca bu çalışmanın maddi açıdan desteklenmesine olanak sağlayan Sakarya Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projesi (BAP) Komisyon Başkanlığına (Proje No: 2018-70-01-002) teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
İÇİNDEKİLER	ii
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ	iv
ŞEKİLLER LİSTESİ	v
TABLolar LİSTESİ.....	vi
ÖZET.....	vii
SUMMARY	viii
BÖLÜM 1.	1
GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Cümlesi	3
1.2. Alt Problemler	3
1.3. Araştırmanın Önemi	4
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	4
1.5. Tanımlar	4
BÖLÜM 2.	6
GENEL BİLGİLER	6
2.1. Zaman Kavramı ve Önemi	6
2.2. Zamanın Kullanımı	7
2.3. Serbest Zaman Kavramı ve Önemi	8
2.4. Serbest Zamanın Temel Fonksiyonları	10
2.4.1. Dinlenme fonksiyonu	10
2.4.2. Eğlenme fonksiyonu.....	11
2.4.3. Gelişim fonksiyonu	11

2.5. Serbest Zamanın Sınıflandırılması	11
2.6. Serbest Zamanın Özellikleri	12
2.7. Serbest Zaman Etkinlikleri	12
2.8. Serbest Zaman Etkinliklerine Duyulan İhtiyaç Nedenleri	15
2.9. Serbest Zaman Katılımı: Karar Verme Süreci	15
2.10. Sosyal değişim teorisi ve Motivasyon.....	17
2.11. Serbest Zaman Motivasyonu ve İlgilenim	18
2.12. Serbest Zaman Kısıtları (Engelleri).....	20
2.13. Serbest Zaman Kısıtlarını (Engellerini) Aşma (Constraints negotiation) ..	23
2.14. Literatürdeki İlgili Çalışmalar	24
BÖLÜM 3.	27
MATERYAL VE YÖNTEM.....	27
3.1. Araştırmanın Modeli	27
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	27
3.3. Veri Toplama Aracı.....	28
3.3.1. Boş zaman engelleri ölçeği	28
3.3.2. Serbest zaman ilgilenim ölçeği	28
3.3.3. Kişisel bilgiler	29
3.4. Verilerin Toplanması.....	29
3.5. Verilerin Analizi.....	31
BÖLÜM 4.	33
ARAŞTIRMA BULGULARI	33
BÖLÜM 5.	42
TARTIŞMA VE SONUÇ	42
KAYNAKLAR	49
EKLER.....	59
ÖZGEÇMİŞ	60

SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

AKT	: Aktarma
Mevcut Statü	: Öğrenci - Personel
SKS	: Sağlık, Kültür ve Spor Dairesi Başkanlığı
SZE	: Serbest Zaman Engelleri
SZEÖ	: Serbest Zaman Engelleri Ölçeği
SZİ	: Serbest Zaman İlgilenimi
SZİÖ	: Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1. Serbest Zaman Etkinlik Sınıflandırması	14
Şekil 2.2. Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılıma Karar Verme Süreci	16
Şekil 2.3. Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Süreci	16



TABLolar LİSTESİ

Tablo 2.1. Serbest Zamanın Sınıflandırılması.....	12
Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	30
Tablo 3.2. Serbest zaman faaliyetlerine katılım sıklığı ve süresi.....	30
Tablo 3.3. Serbest Zaman Engelleri Alt boyutlarına İlişkin Temel Analizler	31
Tablo 3.4. Serbest Zaman İlgilenim Alt boyutlarına İlişkin Temel Analizler	32
Tablo 4.1. Cinsiyete Bağlı SZE ve SZİ Düzeyleri Arasındaki Farklılık Analizi.....	33
Tablo 4.2. Serbest Zaman Etkinliklerine Katılıma Bağlı SZE ve SZİ Düzeyleri Arasındaki Farklılık Analizi.....	34
Tablo 4.3. Mevcut Statüye Bağlı SZE ve SZİ Düzeyleri Arasındaki Farklılık Analizi..	35
Tablo 4.4. Serbest Zaman Etkinlik Katılım Sıklığına Bağlı SZE Arasındaki Farklılık Analizi	36
Tablo 4.5. Serbest Zaman Etkinliklerine Ayrılan Süreye Bağlı SZE Arasındaki Farklılık Analizi	37
Tablo 4.6. Serbest Zaman Etkinlik Katılım Sıklığı SZİ Arasındaki Farklılık Analizi....	38
Tablo 4.7. Serbest Zaman Etkinliklerine Ayrılan Süreye Bağlı SZİ Arasındaki Farklılık Analizi	39
Tablo 4.8. Cinsiyete bağlı Memnuniyet Dağılımı.....	40
Tablo 4.9. Cinsiyete bağlı Benzer Etkinliklere Tekrar Katılım Oran Dağılımı	40
Tablo 4.10. Mevcut Statüye bağlı Memnuniyet Dağılımı.....	40
Tablo 4.11. Mevcut Statüye bağlı Benzer Etkinliklere Tekrar Katılım Oran Dağılımı..	41
Tablo 4.12. SZE ölçeğine ile SZİ ölçeği İlişki Analizi	41

SERBEST ZAMAN ENGELLERİ VE İLGİLENİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ: SAKARYA ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

ÖZET

Üniversite öğrencilerinin ve üniversite de çalışan personelin; rekreatif etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörler ile onların serbest zaman ilgilenim düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek ve araştırma değişkenleri açısından katılımcılar arası farklılıkları tespit etmek amacıyla bu çalışma gerçekleştirilmiştir.

Araştırma evreni 2017-2018 yılında Sakarya Üniversitesi Sağlık, Kültür ve Spor Dairesi Başkanlığı (SKS) tarafından farklı branşlarda düzenlenen rekreatif faaliyetlere katılan öğrenci ve personellerden oluşmaktadır. Araştırmanın verilerinin elde edilmesinde kasti örnekleme yöntemi ve yüz yüze anket tekniği tercih edilmiştir. Gönüllülük esasına dayalı olarak araştırmaya katılmayı kabul eden 230 kişiden (erkek=152, kadın=78) veriler toplanmıştır. Verilerin analiz edilmesinde değişkenler arasında farklılıkları ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar t testi (Independent Simple t-test), tek yönlü varyans analizi (One-way ANOVA) ve Ki Kare testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizinden (Correlation) faydalanılmıştır.

Bulgular incelendiğinde, kadın katılımcıların faaliyetlere katılımında erkeklerden daha fazla zaman sıkıntısı yaşadığına ve kadınların zaman yetersizliğinin faaliyetlere önem vermemesine de sebep olduğuna ulaşılmıştır. Düzenli olarak faaliyetlere katılanların katılmayanlara göre ilgilenim ortalamalarının daha düşük olduğu saptanmıştır. Çalışanların öğrencilere göre daha fazla zaman sıkıntı yaşadığına, serbest zaman faaliyetlerine katılım sıklığı ve süre değişkenleri açısından da çeşitli farklılıklar olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet ve mevcut statü açısından benzer faaliyetlere katılım ve memnuniyet oranlarının %80'lerin üzerinde olduğu saptanmıştır.

Elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde kadın katılımcıların zaman eksikliğine etki eden unsurlar ortaya konulmalıdır. Üniversitenin fiziki koşullarının ve tesislerinin yeterli olmasına rağmen faaliyetlere katılımında sıkıntı yaşayan katılımcıların katılmalarına engel olan faktörler göz önüne alınarak faaliyetler düzenlemelidir. Katılımcıların ilgilenim düzeylerini artıracak yeni stratejiler geliştirmek aynı zaman da ilgili birimlerin katılımcıların boş zamanlarını daha aktif, verimli ve çeşitli faaliyetlerle geçirmeleri için sunulan olanakların yeniden gözden geçirilip değerlendirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Serbest Zaman, Serbest Zaman Engelleri, Serbest Zaman İlgilenimi

RESEARCH OF RELATIONSHIPS BETWEEN LEISURE TIME OBSTRUCTIONS AND INVOLVEMENTS: SAMPLE OF SAKARYA UNIVERSITY

SUMMARY

This study was conducted in order to determine the relationship between the factors that may prevent the participation of university students and the staff working at the university in recreational activities and their free time care levels and to determine the differences among the participants in terms of research variables.

The context of the research consists of students and staff who participated in recreational activities organized in different branches by the Department of Health, Culture and Sports of Sakarya University in 2017-2018. Intentional sampling and face-to-face survey techniques were preferred to obtain the data of the study. Data were collected from 230 people (male = 152, female = 78) who agreed to participate in the study on a voluntary basis. Independent groups t test (One-way ANOVA) and Chi-Square tests were used to analyze the differences between variables.

Correlation was used to determine the relationships between variables. When the findings were examined, it was found that female participants had more time shortages than men in participation in activities and women's lack of time gave importance to activities. It was found that those who participated in activities regularly had lower means of care than those who did not. There are also differences in terms of time and frequency of participation in free time activities. In terms of gender and current situation, participation and satisfaction rates of similar activities were found to be over 80%.

When the obtained results are evaluated, the factors affecting the lack of time of the female participants should be put forward. Although the physical conditions and facilities of the university are sufficient, it should organize activities taking into account the factors that prevent participants from participating in the activities. Developing new strategies to increase the level of care of the participants, it is also recommended that the relevant units review and evaluate the opportunities offered to the participants to spend their free time more actively, efficiently and in various activities.

Keywords: Free Time, Leisure Time Barriers, Leisure Time Interest

BÖLÜM 1. GİRİŞ

Rekreasyon ve boş zaman bireyler tarafından yoğun bir şekilde kullanılan kavramlar arasında yer almaktadır (Forsyth, 2006: 127-131). Türkiye’de 1980’lerden itibaren toplumsal hayatın çeşitli alanlarında sık kullanılan serbest zaman ya da boş zaman kavramı birbirinin yerine kullanılırken, tanımsal olarak bakıldığında; kişinin özgürce kullanabileceği zaman dilimi olarak kavramsallaştırılmıştır (Özşaker, 2012: 126-131).

Boş zaman, bireylerin kendileri ve diğer bireyler için bütün zorunlu sorumluluklarından veya ilişkilerinden sıyrıldığı ve kendisinin bir faaliyet seçip uğraştığı bir zamandır (Güngörmüş, Yetim ve Çalık, 2006: 665-678).

Birçok araştırmacıya göre serbest zaman “istediğimiz veya bize önerilen çeşitli aktiviteleri isteğimiz doğrultusunda ve karşılığında maddi olarak her hangi bir kazanç elde etmeden icra ettiğimiz zaman” olarak adlandırılmaktadır (Sındık, Puljic, 2010: 49-53). Diğer bir ifade ile boş zaman çalışılmayan zamanı içermektedir (İlhan, Balcı, 2006: 11-18).

Rekreasyon kavramı ise “insanların boş zamanlarında yaptıkları etkinlikleri ifade eden bir kavramdır ve insanın çalışma saatleri dışında kalan boş zamanlarında katıldığı etkinliklerle ilgilidir” şeklinde ifade edilmektedir (Karaküçük, 2008: 52).

Rekreasyon ve boş zaman kavramları çoğunlukla aynı anlamda olduğu düşünülse de, rekreasyon bireylerin boş zamanlarında yaptığı faaliyetleri kapsamaktadır. Boş zaman faaliyetlerinin rekreasyonel bir değeri olması için faaliyetlerin bireysel ve toplumsal açıdan faydalı ve önceden organize edilmiş olması gerekmektedir (Arslan, 2013: 21). Böylelikle serbest zaman zorunlu görev ve sorumluluklardan arta kalan zaman olarak ifade edilirken, rekreasyon ise bireyin bu zaman diliminde katılım gösterdiği faaliyetleri kapsamaktadır.

Yapılan tanımlara dayanarak bireylerin serbest zamanlarında katılım gösterdikleri rekreatif etkinliklerin bireylerin yaşantılarına; hoşnutluk, mutluluk, huzur, memnuniyet gibi faydalar sağladığı bilinmektedir (Soyer, Yıldız, Harmandar Demirel, Serdar, Demirel, Ayhan, ve Demirhan, 2017: 2037-2038). Dolayısıyla bireylerin mutluluğa ulaşmak, huzura kavuşmak, doyuma ulaşmak için katıldıkları serbest zaman faaliyetleri bireylerin yaşamlarının her döneminde önemli olduğu vurgulanabilir. Yaşantımızın bir dönemi de üniversite öğrenciliği dönemi olarak bilinmektedir. Üniversite dönemi, uzun yıllar devam edecek davranışların oluşturulduğu önemli bir süreçtir. Bu dönemde üniversite öğrencilerinin yaşamları ile ilgili olabilecek kavramlardan biri de rekreasyon kavramı olduğu düşünülmektedir (Emir, 2012: 3).

Toplumsal yaşamda karşılaşılan serbest zaman etkinlikleri, her kesimden ve her yaştan bireyin ilgisini çekmekle birlikte, çoğunlukla gençler üzerinde etkisini göstermektedir. Boş zaman faaliyetlerinin planlanması ve gerçekleştirilebilmesi, gerekli tesis ve donanımların alt yapılarının oluşturulması sorumlu kamu kurum ve kuruluşlarının, aynı zamanda sivil toplum örgütleri tarafından sağlanmaktadır. Gençlerin boş zaman faaliyetlerini düzenli ve toplu halde gerçekleştirecekleri alanların geliştirilmesi ve düzenlenmesinde ise üniversitelere ciddi sorumluluklar düşmektedir (Balcı, 2003: 158-173). Kurum olarak üniversiteler toplumun kültürünü yansıtan bir araç konumundadır. Gençlerin boş zamanlarını verimli ve kaliteli geçirmelerini sağlamak onları topluma daha faydalı bireyler olarak yetiştirmek, mutlu olmayı, işbirliği içinde çalışmayı öğretmekte de üniversitelere önemli roller düşmektedir. Üniversitelerin gençlere yönelik serbest zaman faaliyetleri planlayıp onların faaliyetlere katılımlarını sağlamak, katılım gösteremeyen bireylerin katılımına engel oluşturan faktörleri aşmalarına yardımcı olmak ve engelleri minimuma indirmeye çalışmaktır.

Bu bağlamda çalışma üniversite öğrenci ve çalışan personellerin rekreatif etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörler ile ilgilenim düzeyleri arasında ilişkinin demografik değişkenler ile birlikte incelenmesini amaçlamaktadır.

1.1. Araştırmanın Cümlesi

2017-2018 yılında Sakarya Üniversitesi'nde eğitim gören öğrencilerin ve çalışan personellerin rekreatif etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörler ile ilgilenim düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

1.2. Alt Problemler

Yapılan araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

a. Katılımcıların SZEÖ alt boyut ortalamaları arasında;

- Cinsiyetlerine göre farklılık var mıdır?
- Serbest zaman faaliyetlerine katılıma göre farklılık var mıdır?
- Mevcut statülerine göre farklılık var mıdır?
- Serbest zaman faaliyetlerine katılım sıklığına göre farklılık var mıdır?
- Serbest zaman faaliyetlerine katılım süresine göre farklılık var mıdır?

b. Katılımcıların SZİÖ alt boyut ortalamaları arasında;

- Cinsiyete göre farklılık var mıdır?
- Serbest zaman etkinliklerine katılımlarına göre farklılık var mıdır?
- Mevcut statülerine göre farklılık var mıdır?
- Serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığına göre farklılık var mıdır?
- Serbest zaman etkinliklerine katılım süresine göre farklılık var mıdır?

c. Katılımcıların katıldıkları etkinlerden memnun kalma ve tekrar katılım sağlama ortalamaları açısından;

- Cinsiyetlere göre farklılık var mıdır?
- Mevcut statülerine göre farklılık var mıdır?

d. Katılımcıların SZEÖ alt boyutları ile SZİÖ alt boyutları arasında ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Literatürde SZE ile ilgili çeşitli çalışmalar bulunmasına rağmen öğrenci ve çalışan personellerin serbest zaman etkinliklerine katılımlarında engel oluşturabilecek faktörler ile ilgilenim düzeyleri arasında ilişkinin incelendiği sınırlı sayıda araştırma literatürde yer almaktadır. Yapılan çalışma alana katkı sağlamakla birlikte daha sonra ki yıllarda yapılacak çalışmalara da örnek teşkil edecek niteliktedir. Bu çalışma Sakarya Üniversitesi'nde eğitim gören öğrenci ve çalışan personellerin serbest zaman etkinliklerine katılımlarında karşılaştığı engellerin ne gibi faktörler olduğunu ortaya çıkartılması açısından önemlilik arz etmektedir. Rekreatif faaliyetler bireylerin hayatında başarıyla doğrudan ilişkili olduğu gibi önemli bir yere de sahip olduğu söylenebilir. Ancak bireyler bu faaliyetlere katılım sağlamada bir takım engellerle karşılaşmaktadır. Bu çalışma bireylerin serbest zaman faaliyetlerine katılımların da karşılaştığı engel faktörlerinin neler olduğunu belirlemek ve bu engelleri ortadan kaldırılmasına önemli derecede katkı sağlayacaktır.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıklarını, 2017-2018 eğitim-öğretim döneminde Sakarya Üniversitesi SKS Dairesi Başkanlığı tarafından farklı branşlarda düzenlenen rekreatif faaliyetlere katılım gösteren toplam 230 kişiden (erkek=152, kadın=78), (öğrenci=194, çalışan=36) oluşan öğrenci ve çalışan personeller oluşturmaktadır.

1.5. Tanımlar

Boş Zaman: Bireylerin zorunlu sorumluluklarını yerine getirmesinden sonra arta kalan bireyi eğlenmesine ve dinlenmesine ayırdığı özgürce kullandığı bir zaman birimidir (Karaküçük, 1999: 34).

Rekreasyon: Bireylerin zorunlu sorumluluk ve davranışları dışında kalan, boş zamanlarını kendilerini mutlu edecek şekilde değerlendirmek için gönüllü olarak katıldıkları serbest zaman etkinlikleridir (Hazar, 2003: 21).

İlgilenim: Bir uyarana karşı kişilerin göstermiş olduğu psikolojik ve duygusal bağın yoğunluğunu ifade eder (Liangve Wang, 2008: 72-73).

Motivasyon: Bireylerin, bir hedef doğrultusunda içsel veya dışsal faktöler aracılığıyla harekete geğme durumuna denir (Güney, 2011: 352, Gültekin, 2013: 330).



BÖLÜM 2. GENEL BİLGİLER

2.1. Zaman Kavramı ve Önemi

Günümüzde insanoğlunun sahip olduğu en değerli kaynaklardan biri olduğu gibi geri dönüşü, biriktirmesi, kiralanması mümkün olmayan çok geniş tanımları bulunan bir kavramdır. Çünkü insanoğlu zaman kavramını göz önüne alarak yaşamını şekillendirmektedir. Bu konu ile ilgili yazın incelendiğinde zamanın farklı açılardan ele alan tanımlarına ulaşılmıştır.

Bu doğrultuda Çil'e göre zaman, geçmişin, şimdinin ve geleceğin içindeki yaşantılara ve bu yaşantıların bilincine dayanan ve bir an'a göre ölçülebilen soyut bir kavram olarak değerlendirmiştir (Çil, 2011:).

Zaman; “bir fiilin, bir iş veya oluşun geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakit; meydana gelen olayları sıralamaya yarayan başsız ve sonsuz mücerret, soyut kavramdır” (Karaküçük, 1997: 2).

Mackenzie'ye göre zaman “son derece değerli eşsiz bir kaynak ama para gibi toplanamaz, hammadde gibi depolanamaz, isteyerek ya da istemeyerek harcanmak zorundadır. Çünkü zaman tekrar ele geçmeyen bir soyut kavramdır” diye ifade etmiştir (Mackenzie, 1985: 14).

Bir diğer zaman tanımlaması objektif ve subjektif temelde yapılmıştır. Dünyanın neresine gidilirse gidilsin kişinin saati bozuk olmazsa zaman aynı hız içinde akıp gitmektedir. Bir başka ifade ile objektif zaman her insan için aynı hızda akmaktadır ve herkesin eşit anlamda sahip olduğu belki de yegâne kaynak olarak görülebilmektedir. Subjektif zamansa içerisinde bulunulan ortamın özellikleri, önemi, moral değerler üzerindeki etkisi gibi koşullara bağlı olarak hissedilen, algılanan ve yaşanan zaman olarak tanımlanabilmektedir (İğdel, 2001: 94; Akatay, 2003: 284).

Addington, günümüze kadar zamanla ilgili kabul görmüş her şeyin, göreceli olduğu ve insan düşüncesinin bir ürünü olduğunu ve zamanın insanların sorunsuzluk ölçüsü olduğunu belirtmektedir (Addington, 1993: 128).

Yukarıdaki farklı tanımlardan da anlaşılacağı gibi zaman insanoğlu için önemli ve değerlidir. Geri döndürülmesi, durdurulması, biriktirmesi ve yerinin başka bir şeyle doldurulması imkânsızdır.

Geçip giden zamanı biriktirmek, telafi etmek ve yerine koymak imkânsız olduğu için zamanını doğru ve iyi kullanan bireyler yaşam kalitelerini yükseltmiş ve zamanlarını hedefleri ve amaçları doğrultusunda en verimli şekilde değerlendirmiş olur (Baltaş ve Baltaş, 2002: 278).

2.2. Zamanın Kullanımı

Zamanın önemi kadar zamanın nasıl kullanıldığı da son derece dikkate değer bir konudur. Zaman ne kadar planlı ve programlı kullanılırsa o derece verimli geçer.

Zamanı etkili ve verimli kullanmanın en temel yolu ise eğitimidir. Bu konuda ailelere ve okullara büyük sorumluluklar düşmektedir. Zamanın verimsiz ve yanlış kullanımından çıkan hastalıklar ve sorunlar kişinin kendisi ile doğru orantılı bir şekilde toplumu da etkileyebilmektedir.

Bu noktadan hareketle, zamanı etkili ve verimli kullanmak, insanın kendisine, çalışma yaşamına, dinlenmesine, eğlenmesine ve temel ihtiyaçlarını karşılanmasına ayırdığı zaman birimleri arasında dengeyi kurabilmesiyle mümkün olacaktır (Karaküçük, 1999:6).

Çok çalışmak zamanı çok iyi kullanmak anlamına gelmez. İnsan çalışma zamanı dışında ailesine, sosyal yaşamına, dinlenmesine, eğlenmesine ve diğer gereksinimlerine de zaman ayırabilmeli ve yaşamın her alanında denge kurabilmelidir (Kılbaş, 2001: 19; Baltaş ve Baltaş, 1995: 267).

Zamanın kullanımında hakimiyet kişinin kendi elinde olmalıdır. Kişinin kendi elinde olan zaman kullanımı kişiye daha verimli ve daha iyi zaman kullanması için imkan sağlar (Karaküçük, 1999: 7).

Zaman kullanımı bir toplumun ileri veya geri kalmışlığının da en önemli belirleyicisidir (Doğan, 2007: 602; Kılbaş, 2001: 18). Bu nedenle, zaman kullanımındaki dengeyi kurabilmek, kişiler için önemli olduğu kadar toplumlar içinde son derece önemlidir.

Zaman kullanımı taşıdığı önemden dolayı araştırmacıların ilgisini çeken başlıca konular arasında yer almaktadır. Bu çalışmalarda zamanın farklı kriterler çerçevesinde sınıflandırıldığı görülmektedir. Bu sınıflandırma yaklaşımlarından birinde, zaman kullanım amaçlarına göre dört gruba ayrılmıştır. (Megyeri aktaran: Gökmen, Açıkalin, Koyuncu ve Saydar, 1985: 15). Bu gruplar;

- Temel İhtiyaçlara ayrılan zaman (uyku, temizlik, yemek yemek)
- Çalışma ve buna bağlı görevler için ayrılan zaman (iş, yolculuk, ödev)
- Serbest zaman (eğlence, dinlenme, spor)
- Diğer etkinliklere kalan zaman.

2.3. Serbest Zaman Kavramı ve Önemi

Serbest zaman kavramının farklı çalışmalarda değişik isimlerle ele alındığı görülmüştür. Bunlar “boş zaman”, “özgür zaman”, “serbest zaman” olmak üzere üç farklı terimle ele alınmaktadır.

Yapılan tanımları ele aldığımızda serbest zaman; bireylerin sınırlı yaşam süresi içinde iş ve iş ile ilgili sorumlulukları, temel ihtiyaçlar ve diğer zorunlu davranışlardan arta kalan süre olarak açıklayabiliriz (Hazar, 2003: 7).

Çalışma dışı zaman, iş için harcanan zorunlu zamanın dışında kalan zamanı oluşturmaktadır. İnsanın işinden arta kalan serbest zamanı içerisinde yer alan ve kişinin her türlü bağımlılıktan ve bağlantılardan kurtularak kendi isteği doğrultusunda özgürce kullanacağı bir zaman dilimini ifade etmektedir. Boş zaman ile serbest zaman arasında belirli bir farklılık bulunmaktadır. Serbest zaman da bir yönlendirmeye gerek yokken,

boş zaman da ise bir yönlendirmeye ihtiyaç duyulmaktadır. Garzia, boş zaman (leisure time) ile serbest zaman (free time) arasındaki farkı şöyle ortaya koymaktadır. Garzia göre, her insanın “free time’e” olabilir, ancak “leisure time’ı” olmayabilir (Karaküçük, 2005: 29).

Serbest zaman, bireyin kendisinin ve başkaları için zorunluluklardan kurtulduğu ve kendinin özgürce istediği faaliyetlere katılım sağladığı ve genellikle çalışma dışında kalan zaman dilimine denir (Hacıoğlu ve diğerleri 2003: 16).

İnsanların zamanı kullanım şekillerinde benzer özellikler vardır. Zamanın belli bir bölümü mal ve hizmet üretmek için ayrılan yani çalışma zamanı olarak adlandırdığımız, bir kısmını evimize, ailemize ve toplumsal sorumluluklarımıza ayırdığımız zaman, bir kısmı yeme içme ve uyuma gibi kendi fizyolojik ihtiyaçlarımızın karşıladığımız zaman, bu zorunlulukların hepsinden arta kalan zamana ise serbest zaman denir (Arslan, 2013: 4).

Öyleyse zamanı, bugünün şartlarını göz önünde bulundurarak ele alırsak;

- Çalışma ve çalışma faaliyetleri ile geçen zaman,
- Yaşamsal faaliyetler için ayrılan zaman,
- Eğlenme, dinlenmeye ayrılan serbest zaman olarak bölümlere ayırabiliriz.

Yukardaki tanımlardan ve açıklamalardan da anlaşılacağı gibi serbest zaman bireylerin fizyolojik, psikolojik ve biyolojik gelişimleri açısından çok önemli bir yere sahiptir. Serbest zaman bireylerin kendi özgür iradesi ile hiç bir zorunluluk ve baskı olmadan kendi seçmiş olduğu etkinliklerle değerlendirmiş olduğu zaman dilimine denir. Birey bu etkinliklere katılarak kendini tanıma, kendini gerçekleştirme, tüm sıkıntı ve sorunlardan uzaklaşma fırsatı yakalayabilir. Serbest zaman bireylerin topluma kazandırılmasında ve topluma sağlıklı bireyler yetiştirilmesinde de katkıda bulunur. Serbest zaman bireyler üzerinde önemli olduğu kadar toplum ve ülke içinde önemli bir zaman dilimidir. Bireylerin serbest zamanlarını verimli ve doğru değerlendirmesi toplumun ve ülkenin gelişmişlik düzeyini etkilemektedir. Sonuç olarak serbest zaman dediğimiz zaman dilimi ne kadar verimli değerlendirilse bireyler, toplum ve ülke için o kadar olumlu sonuçlar ortaya çıkar.

2.4. Serbest Zamanın Temel Fonksiyonları

19. yüzyılın ortalarında başlayan sanayi devrimi ile serbest zaman kavramı değişikliğe uğramıştır. Sanayide gerçekleşen bu ilerleme çalışma, tasarruf ve sermaye birikimi gibi yeni kavramları ortaya çıkarmıştır. Devrim döneminde çalışmaya büyük önem verilmiştir. Boş zaman kavramına işgücünün dinlenmesi için gerekli olan zaman fonksiyonu yüklenmiştir. Bu dönemde bireyin fiziksel dinlenmesi ve tekrar çalışmaya devam etmesi üzerine sistem kurgulanmış olup bireyin psikolojik durumu ihmal edilmiştir. Bu psikolojik durumda temelde eğlenme ve gelişim fonksiyonu olarak ifade edilmektedir. Bireyin psikolojik durumuna yönelik yaklaşım sonraki dönemlerde önemsenmeye başlanmıştır.

Serbest zamanın temel fonksiyonları kendi içinde dinlenme, eğlenme ve gelişim fonksiyonları olmak üzere üçe ayrılırken bu fonksiyonlar sayesinde bireyler günlük rutinlerden, yorgunluktan, sorunlardan ve sıkıntılardan uzaklaşma fırsatı yakalamıştır (Karaküçük, 1999: 48).

2.4.1. Dinlenme fonksiyonu

Dinlenme fonksiyonu, boş zamanı en ayırt edici özelliğiyle ortaya koyan ve farklı algılamalarla, çalışma hayatı tarihi süresince değerlendirilen temel bir fonksiyondur. Sanayi devriminin başlarında, çalışma saatlerinin yoğun olmasıyla işçiler boş zamanlarını sadece fiziksel güçlerini yeniden elde etmek için dinlenme fonksiyonunu yerine getirerek dolduruyorlardı. Günümüz sanayileşmiş toplumlarda çalışma ve çalışma dışında kalan süreleri düzene konulmuştur. Çağdaş insan dinlenme, fiziksel ve ruhsal yönden yenilenmek için aktif veya pasif birçok boş zaman değerlendirme faaliyetlerini (örneğin; balık avı, trekking, kayak ya da TV seyretmek, uyumak gibi) gerçekleştirmesini ifade etmektedir (Karaküçük, 1999: 48-49).

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” ifadesiyle boş zaman dinlenme fonksiyonunun önemini vurgulamaktadır (Scott’dan aktaran: Karaküçük, 2008: 47).

2.4.2. Eğlenme fonksiyonu

Rekreasyon ve animasyonun temel amaçlarından bir kaçı eğlence, neşeli ve hoşça vakit geçirme sürecidir. Eğlence insanların çeşitli istek ve beklentilerine yönelik olarak çeşitli şekillerde algılanabilir. Örneğin; gençlerin hoşuna giden ve beğendiği duyduğu müzikler, üçüncü yaş grubu bireyler için aynı niteliği taşımayabilir (Hazar, 2003: 17). Hayatın monotonluğunu, yaşam güzelliğini, yaşadıkları ortamları değiştirme isteği özellikle gençlerde görülür. Serbest zamanın eğlence fonksiyonu bireylerin sosyal ilişkilerini kuvvetlendirdiği gibi onların sıkıntılı dönemlerden kurtulmalarına olanak sağlar (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2003: 15). Eğlenmek, zamanı hoş geçirmenin ve bazen can sıkıntısından kurtulmanın yanında ayrıca tasayı ve merakı gidermek için de yapıldığı anlamına gelir (Karaküçük, 1997: 46).

2.4.3. Gelişim fonksiyonu

Gelişim fonksiyonu, boş zamanlarda bilgi alışverişi yapmak ve bir kültürü geliştirme ihtiyacının ağır bastığı uğraştır. Plan dışı ortaya çıkan ya da örgütlenmiş gönüllü sosyal faaliyetlere katılım ihtiyacının ağır bastığı faaliyetlerdir. Boş zamanın iyi veya kötü kullanılması sonucunda ortaya bazı değerler çıkmaktadır. Buna göre boş zaman verimli ve doğru şekilde kullanıldığında insana eğlenme, dinlenme, kendini yetiştirmesine ve geliştirmesine katkı sağladığı gibi insanın kendi kendini bulmasına da katkı sağlamaktadır. Kötü kullanıldığında ise; bireylerde kötü alışkanlıklara, tembellik, dikkatsizlik, serserilik, can sıkıntısı, bıkkınlık, sinirlilik vb. gibi davranışlar sergilemesine sebep olmaktadır (Karaküçük ve Ekenci, 1995: 62-66).

2.5. Serbest Zamanın Sınıflandırılması

Birçok araştırmacı serbest zaman faaliyetlerini farklı şekillerde sınıflandırmaktadır. Serbest zaman faaliyetleri gruplara, amaçlara veya yapılaş mekânlarına göre sınıflandırmak mümkündür. Zaman sınıflandırılmasının en yaygın olan kullanım türü

sürelere göre sınıflandırmadır. Buna göre serbest zamanlar kısa süreli ve uzun süreli zamanlar olmak üzere ikiye ayrılır; (Hacıoğlu ve diğerleri 2003: 27).

Tablo 2.1. Serbest Zamanın Sınıflandırılması (Hacıoğlu ve diğerleri 2003:27).

Uzun Süreli Serbest Zamanlar	Kısa Süreli Serbest Zamanlar
Çocukluk dönemi serbest zamanları	İş günü sonu (akşamüstü) serbest zamanları
Yıllık izin serbest zamanları	Hafta sonları
Emeklilik dönemi serbest zamanları	Kısa süreli tatiller

2.6. Serbest Zamanın Özellikleri

Serbest zaman faaliyetleri yapılış amaçlarına göre dinlenme, oyalanma ve kişiliğini geliştirme gibi 3 ayrı amaçla bireyden bireye değişiklik göstermektedir. Boş zamanın özelliklerini şu şekilde sıralamak mümkündür;

- Boş zamanların sorumluluk taşıyan bir görev olması
- İş hayatının ortaya çıkardığı, bedensel yorgunluğu, zihinsel gerilimi azaltma olanağı veren dinlenme ve boş vakit geçirme işlevi olması,
- Tek düzelikten kaçıp kurtulmayı sağlayan, eğlenme ve boşalma işlevi olması,
- Fiziksel, zihinsel ruhsal kapasitenin gelişmesine uygun yeni koşullarda kişilik geliştirme işlevi olmasıdır.

Kişiler bu özellikleri gerçekleştirirken kendi özgür, hür iradeleri ve istekleri ile çaba harcarlar aynı zamanda bu faaliyetlere katılım sağlayanlara dışardan zorlama yapılamaz. Bütün sorumluluk kişinin kendisinde olup yeri ve zamanı kendisi belirler (Hacıoğlu ve diğerleri 2003: 28).

2.7. Serbest Zaman Etkinlikleri

Serbest zaman etkinlikleri, bireylerin boş zamanlarında mutlu olmak, güzel vakit geçirmek için istekli ve gönüllü katıldıkları ve amacında para kazanma gibi bir beklentinin olmadığı etkinlik çeşitliliğini kapsar. Faaliyetler içerik, mekan ve uygulamalarına göre farklılık gösterebilir. Kişiler yapılarına, kişisel özelliklerine, sahip

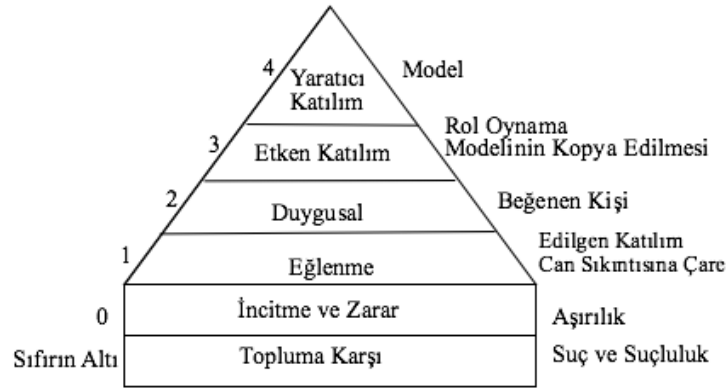
oldukları olanaklara ve yeteneklerine göre bu etkinliklere katılmaya karar verirler (Şen & Sarıkaya, 2015: 58). Serbest zaman etkinlikleri bireyin zorunlu görevlerinden arda kalan kişinin özgürce katılacağı amacında dinlenme, eğlenme, bilgi ve becerilerini geliştirme gibi faktörlerin rol aldığı faaliyetlere katılım sağlamaya denir. Serbest zaman katılımında istek ve gönüllülük, uygulamasında zevk alma ve mutlu olmak, sonucunda ise doyum elde edilen her türlü etkinliği kapsar.

Kişilerin katılım sağladığı etkinliklerin tümü serbest zaman etkinliği olarak adlandırılmaz. Herhangi bir faaliyetin serbest zaman etkinliği sayılabilmesi için etkinliğin bireye maddi çıkar sağlamıyor olması ve bireyin bu etkinliği gönüllü yapıyor olması gerekmektedir (Şen, 2013: 54).

Uluslararası Serbest Zaman Etüt Grubu'na göre; kişinin sorumluluğunda olduğu ailevi ve toplumsal zorunluluklarını yerine getirdikten sonra, özgür iradesiyle katılım sağladığı eğlenmek, dinlenmek, kişisel bilgi ve becerilerini geliştirmek gibi bir seri uğraşısı olarak tanımlamaktadır (Deniz, 2003: 32).

Serbest zamanın amaçlarından biride serbest zaman saatlerinin kişisel gelişime ve toplumsal düzeni geliştirmek olarak kullanılmasıdır. Serbest zaman bireylerin planlı ve programlı yaşama hazırlama aynı zamanda kişiliğin geliştirilmesi için önemli fırsatlardan biri olarak bilinir. Bireylerin zamanlarının kısıtlı ve değerli olduğundan kişiler zamanlarını dolduracak ve verimli geçirecek etkinlikler seçmelidirler. Kişinin yaşı, cinsiyeti, öğrenim durumu, kültürü, bireyin ilgisi gibi kişisel özellikleri kişinin serbest zamanının özel bir etkinliğe katılımını etkilemektedir (Terzioğlu, 2005: 76).

Serbest zaman etkinlikleri hakkında çeşitli araştırmacılar tarafından farklı sınıflandırmalara rastlamak mümkündür. Nash'a göre sınıflandırma aşağıdaki şekildedir (Atılğan, 2000, 79-83):



Şekil 2.1. Serbest Zaman Etkinlik Sınıflandırması (Atılğan, 2000, 79-83).

Terzioğlu Nash'ın Serbest Zaman Tipolojisi'nde (2005) sıfır basamağında bireyin amacı zamanı öldürmektir. Birinci basamakta ise, bireyin amacı şekillenmeye başlıyor ve amaç yorgunluğu unutmak bakımından bir değer kazanıyor. İkinci basamakta kişi diğer bir kişinin çalışmalarına duygusal olarak katılım sağlar. Bu katılım bireyin iç duygularına hitap eden müzik, resim, heykel, kitap ve benzeri yoluyla olur. Üçüncü basamakta eyleme etkin olarak bir katılım vardır. Dördüncü basamak yaratıcı katılım olarak adlandırılır. Kişi bu basamakta bir model yapar. Kişi kendi tecrübelerinden ve deneyimlerinden ya da imgelerinden bir model oluşturur. Yeni ve kendine özgü bir eser ortaya koyar (Atılğan, 2000: 79-83).

Fransız sosyolog Dumazedier'e göre serbest zaman etkinlikleri beş grupta inceleyerek serbest zamanlarla ilgili farklı bir tipoloji oluşturmuştur (Terzioğlu, 2005: 67-73). Bu gruplar aşağıdaki gibidir:

- Fiziksel: Spor, yürüyüş, seyahat gibi.
- Sanatsal: Güzel sanatların çeşitli dallarıyla ilgilenme.
- Pratik: Evde yapılan çeşitli el işleri, el sanatları gibi.
- Entelektüel: Okuma gibi.
- Toplumsal: Eğlence ve ziyaretler gibi.

2.8. Serbest Zaman Etkinliklerine Duyulan İhtiyaç Nedenleri

Koçyiğit ve Yıldız, rekreasyona duyulan gereksinim, rekreasyon etkinliklerinin bireysel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan kaynaklanmakta olduğunu belirtmektedir (Koçyiğit ve Yıldız, 2014: 216).

1. Bireysel olarak Rekreasyona Duyulan Gereksinimin Sebepleri

- Fiziki sağlık gelişimi meydana getirir
- Kişiyi ruh sağlığı kazandırır
- Bireyin sosyalleşmesine olanak tanır
- Bireysel yeteneklerin gelişmesini sağlar
- Yaratıcılığı güçlendirir
- Çalışma başarısı ve iş verimini yükseltir
- Ekonomik hareketi iyileştirir
- Kişiyi mutlu hissetmesini sağlar

2. Toplumsal Açından Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Sebepleri

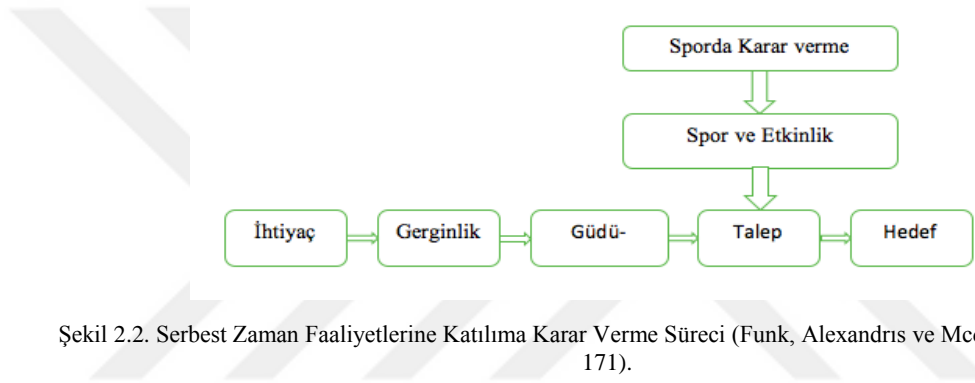
- Toplumsal dayanışmaya ve bütünleşmeye katkı sağlar
- Demokratik toplumun ortaya çıkmasına olanak tanır

2.9. Serbest Zaman Katılımı: Karar Verme Süreci

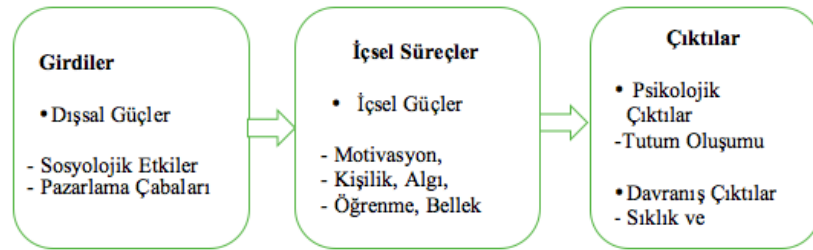
Bir tüketicinin; herhangi bir ihtiyacını karşılamak ya da fayda sağlamak amacı ile spor veya spor ile ilgili etkinliklere yönelmesi kolayca gözlemlenebilir. Fakat bu eyleme neden ve nasıl yöneldiğini açıklamak oldukça güçtür (Funk, 2008: 30).

Spor bağlamında Psikolojik Süreklilik (Bağlantı) Modeli (PSM), bir bireyin bir spor nesnesine doğru bir bağlantı oluşturduğunu ve bu bağlantının da dört aşamadan meydana geldiğini söylemektedir. Bunlar, farkındalık aşaması, cazibe aşaması, ek aşama, sadakat aşaması olarak sıralanmaktadır (Funk, 2008: 88). Bu aşamalar, bireylerin bir sporla psikolojik bağlantılarını artırmalarında geçebilecekleri potansiyel ilerlemeyi temsil eder. PSM, bireyin kişisel, psikolojik ve çevresel girdilerin değerlendirilmesine dayanarak belirli bir aşamaya ulaştığını ileri sürer. Bu noktada,

PSM'yi sembolize etmek için asansörlü dört katlı bir binayı görselleştirmek faydalı olacaktır. Örneğin: Farkındalık (Bilgilendirme) aşaması asansöre girdiğiniz zemin kattır. En üst kat, Sadakat, tam olarak bağlı olduğunuz yerdir. Bununla birlikte, PCM asansörü, bireyin bir sonraki kata çıkmadan önce belirli bir süre boyunca her katını ziyaret etmesi gerektiği için eşsizdir. Sonuç olarak, birey bir zemini atlayamaz, ancak her katta harcanan zaman miktarı değişebilir. Bir katta harcanan zaman değişimi ise bireysel ve dışsal faktörlere bağlıdır. Yani, belirli bir zeminde kalan süreklilik ve zamanın uzunluğu kişisel, psikolojik ve çevresel güçlerle yakından ilişkilidir (Funk, Alexandris ve Mcdonald, 2016: 170-171).



Serbest zaman etkinliklerine katılım süreci üç ana aşamada oluştuğu ifade edilmektedir. Bunları, girdiler, içsel süreçler ve çıktılar şeklinde sıralamak mümkündür (Funk, Alexandris ve Mcdonald, 2016: 170-171).



Şekil 2.3. Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Süreci (Funk, Alexandris ve Mcdonald, 2016: 170-171).

Girdiler (Dışsal Süreçler): Aile, arkadaşlar, iş çevresi, komşular, cinsiyet, sosyal sınıf, ürün, fiyat, dağıtım gibi pazarlama faaliyetleri girdileri kapsamaktadır.

İçsel Süreçler: Girdiler tarafından etkilenen içsel süreçler, karar verme sürecinin ikinci aşamasıdır. Bu süreç ihtiyacın belirlenmesi, satın-alım öncesi bilgi arama, alternatiflerin değerlendirilmesi gibi işlemleri kapsar.

Psikolojik ve Davranışsal Çıktılar: Karar verme sürecinin son aşaması psikolojik ve davranışsal çıktılar olarak adlandırılmaktadır. Psikolojik çıktılar bir faaliyet veya spor deneyimine yönelik tutum geliştirmektir. Tutum oluşumunda üç bileşenden (bilişsel, duygusal ve davranışsal niyetler) söz edilmektedir (Funk, 2008: 30-34).

Bilişsel niyetler, bireyin bir spor veya faaliyet olgusu hakkında sahip olduğu düşünce ve değerlendirmeleri ifade eder. Diğer bir deyişle bilişsel sonuçlar bireyin spor deneyiminin ihtiyaç ve isteklerini karşılayıp-karşılamadığı konusunda duyguları içermeyen inançlar bütünüdür. Duygusal (duyuşsal) niyetler, bireyin spor veya rekreatif faaliyetle ilgili olan deneyimi yaşarken yada yaşadıktan sonra ki hisleri, duygu, düşünce ve ruhsal durumunu ifade eder. Duygusal sonuçlar bireyin zihninde oluşturduğu potansiyel ihtiyaç ve faydaları karşılanma derecesine göre bireyin duygusal durumunda meydana gelen değişimler ile ilgilidir. Son olarak davranışsal niyetler ise bireyin bir spor olgusunu ya da rekreatif bir faaliyeti deneyimledikten sonra, bilişsel ve duygusal kazanımlarının, diğer bir ifade ile elde ettiği tecrübeler sonucunda bu etkinliğe tekrar katılma ve/veya katılmama konusundaki eğiliminin bir göstergesi olarak kabul edilmektedir (Funk, 2008: 30-34).

Kısaca özetlemek gerekirse, bilişsel ve duygusal sonuçlar bireyin spor olgusuna veya rekreatif bir etkinliğe yönelik tutum oluşturmasında (bu tutumlar olumlu olabileceği gibi olumsuzda olabilir) önemli bir rol oynar ve bunların bir sonucu olarak davranışsal çıktılar veya gerçek davranış sergilenir (Funk, 2008: 30-34).

2.10. Sosyal Değişim teorisi ve Motivasyon

Sosyal Değişim Teorisi (Social Exchange Theory), 1960'lı yıllarda sosyal değişimlerdeki insanların sergiledikleri davranışları açıklamak amacıyla Blau tarafından geliştirilen bir teoridir (akt., Swift ve Virick, 2013: 718). Blau'a göre sosyal değişim, bireylerin elde etmeyi istedikleri geri dönüşler aracılığıyla motive oldukları gönüllü davranışlardan oluşmaktadır. Sosyal değişim teorisine göre bir birey, bir diğerine

gelecekte bir takım geri dönüşler elde edeceği beklentisiyle bir iyilik yapmaktadır. Sosyal değişim, hesap vermeyi önleyen iyiliklerin uzun vadeli değişimine odaklanmakla birlikte temelinde iki tarafında yükümlülüklerini yerine getirmesi yatmaktadır. Sosyal değişimin devamlılığı için tarafların birbirlerinin beklentilerini karşılaması gerekmektedir. Teorideki temel amaç, tarafların ödüllendirilecekleri beklentisiyle bir ilişki içinde olmaları ve bu ilişkiyi sürdürebilmeleridir (Köksal, 2012: 5-6). İnsanlar sosyal değişim atılımlarında bulunurken genellikle belirsiz bir gelecek beklentisi içerisindedirler.

Blau'nun tanımına göre; sosyal mübadele, yapılan işin sonunda beklentileri karşılandığı kazançla güdülenen bireylerin sergiledikleri gönüllü davranışlara ve bu kazançların devamlılığının sağlanması için bunlara karşılık verme ihtiyaçlarıdır. Sosyal değişimde yapılan her şeyin gelecekte geri dönüşümü olacağı ve belli bir kazanç beklentisi vardır. Aradaki ilişki kişilerin güvenine dayanır (Taşçı, 2007: 29). Foa ve Foa değişim kaynaklarını altı şekilde sınıflandırmıştır. Bunlar; sevgi, statü, bilgi, para, mal ve hizmet şeklindedir (akt.; Cropanzano ve Mitchell, 2005: 880). Bu sınıflandırmalardan somut olan kaynaklardan para, mal ve hizmet ekonomik açıdan rol oynaması beklenirken; kişilere özgü ve soyut olan sevgi, statü ve bilgi kaynakları sosyal değişimlerde rol oynaması beklenmektedir. Ayrıca ekonomik değişim teorisi dışsal faydalar sağlarken; sosyal değişim teorisinde genelde içsel yararlar incelemeye alınmaktadır (Bock ve Kim, 2002: 15). Sosyal değişim teorisine göre; ekonomik değişimlerde olduğu gibi insanlar arasındaki değişimlerde de birtakım kaynak, kazanç ve maliyetlerden söz edilebilir (Cropanzano ve Mitchell, 2005: 880).

Böylelikle, bireye sağlanan fayda ile maliyet arasındaki ters orantı artıkça bireyin sergilemiş olduğu tutum olumlu yönde olacaktır (Kankanhalli vd, 2005).

2.11. Serbest Zaman Motivasyonu ve İlgilenim

Motivasyon, Latince movere kelimesinden gelir. İnsanları yerinden kaldırarak harekete geçiren, onların bir şeyler yapmasını sağlayan sebeplerin altında motivasyon ve güdülerimiz yer almaktadır. Davranışlarımızın hepsinin altında bir ya da birden fazla motivasyon faktörü vardır. Motivasyonun temelinde ise ihtiyaçlarımız yer almaktadır.

İhtiyaç herhangi bir zamanda hissedilen fizyolojik veya psikolojik eksikliğin hissinden kaynaklanır (Koç, 2011: 157-158).

İlgilenim, insanların çevrelerindeki nesnelere, olayların ve ürünlerin onlar için ne kadar önemli olduğu ve kendileriyle ne kadar alakalı olup olmadığı değişik zaman ve durumlarda farklılıklar gösterebilir. İnsanlar her zaman her şeye aynı derecede yoğunlaşmayıp, aynı derecede kendileriyle alakalı bulmayıp ve aynı derecede önem vermeyebilirler. Böylelikle ilgilenim, ürünleri, nesnelere ve olayları algılamakten tüketicinin onlara ne derece önem verdiği ve onları kendileriyle ne kadar ilgili ve alakalı bulduklarının göstergesi olarak tanımlanmaktadır (Koç, 2011: 172).

Liang ve Wang'a göre, ilgilenim kavramı bir uyarana karşı kişilerin göstermiş olduğu psikolojik ve duygusal bağın yoğunluğudur (Liangve Wang, 2008: 72-73).

Zaichkowsky'a göre, kişilerin ilgi alanlarına bağlı olarak mal ve hizmete karşı duydukları yakınlık derecesi olarak tanımlar (Zaichkowsky, 1985: 341-352).

İlgilenim kavramı literatürde sık olarak kullanılan bir kavram olsa da tanımına yönelik oluşmuş kesin bir yargıdan söz edilemez. Araştırmacılar kendilerine göre farklı şekilde tanımlamalarda bulunmuştur.

İlgilenim kavramı, tüketici davranışlarını anlama ve açıklamada da yaygın olarak yararlanılan bilgi, etkinlik ve ürün seçimi istek, heves, heyecan ve ilgi duyma şeklinde de tanımlanmaktadır (Eskiler ve Karataş, 2017: 11-12).

İlgilenim kavramı 1980'lerin ortalarında toplumun ve bireylerin serbest zaman faaliyet seçimleri ile ilgilenim düzeyleri arasındaki bağı incelemek için serbest zaman araştırmacıları tarafından dikkate alınmıştır. Motivasyon, özyeterlilik, tutum, niyet gibi içsel faktörler serbest zaman ilgilenimiyle yakından ilişkilidir. Serbest zaman ilgilenimiyle ilgili olan bu içsel faktörler bireylerin spor tüketimini ve katılım sağladıkları faaliyetlerin çeşidini etkilediği gibi diğer bireylerinde değer ve hedeflerini etkilemektedir. İlgilenim aynı zamanda yüksek motivasyon hali olduğundan dolayı bireyin daha önceden katılmış olduğu faaliyetlere tekrar katılım sağlama davranışını da ortaya koyar. Böylelikle serbest zaman ilgilenimi ve motivasyon arasındaki bağı

dayanarak, bireyin önceden katılmış olduğu ve gelecekte katılacağı faaliyetler bireyin ilgilenimi ve motivasyonu ile ilgili ve bağlantılı olduğu ifade edilebilir. Birey ilgi duyduğu faaliyete katılım sağladığı zaman kendini ruhen ve bedenen daha zinde hisseder aynı zamanda topluma daha yararlı ve verimli bireyler olarak katılım sağlar (Aydın ve Yaşartürk, 2016: 706).

Serbest zaman aktiviteleri ve fiziksel faaliyetlerin yaşamımızda önemli yere sahip olduğu ve bu serbest zaman aktivitelerinin bireyler için fayda sağladığı göz ardı edilemeyecek kadar önemli olduğu bilinmektedir. Serbest zaman aktiviteleri bireylerde sosyal ilişkiler kurar, fiziksel ve psikolojik sağlık ve bireylerin zamanlarını kaliteli kullanmalarının yanı sıra toplumsal açıdan da her yönüyle nitelikli bireyler yetişmesi için önemli bir role sahiptir.

Serbest zaman faaliyetleri, kişilerin faaliyete katılma amacı arayışta olduğu mal veya hizmeti elde etmek için motive olarak gerçekleştirdiği faaliyetlerdir. Serbest zaman faaliyetlerine katılmak bireyin iyi karakterli olmasına, güçlü-kuvvetli yapısının olmasına ve sağlam kişilikli yetişmesine katkı sağladığı gibi kişinin sosyal hayatın da olumlu yönde etkilemektedir. Serbest zaman etkinliklerinden olan egzersiz, bireylerin fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik açıdan kişisel gelişimine fayda sağladığı gibi zindeliğe imkan veren ve kişilerin ilgilenim düzeylerinde de farklılık gösteren fiziksel faaliyetler bütünüdür. Buradan hareketle ilgilenim kavramı, uyarılmışlık, gözlemlenemeyen ilgi, nedeni değişebilen bir motivasyon unsuru ve belirli uyaranlar sonucu harekete geçen bir durum olarak nitelendirilmektedir. (Eskiler ve Karataş, 2017: 11-12).

2.12. Serbest Zaman Kısıtları (Engelleri)

Engel kavramı serbest zaman literatüründe, bireylerin serbest zaman faaliyetlerine katılım göstermek isteyen fakat katılımını engelleyen ya da kısıtlayan ve birey tarafından algılanan nedenleri ifade etmektedir (Emir, 2012: 32). Kısıtlamalar denilen tanım daha çok, rekreatif aktivitelere katılımı (satın alma ve katılımı kolaylaştıran etkenler) karşılaşılan engelleri aşmak için kişiler tarafından kullanılan stratejileri teşvik eden faktörlerin tanımlanması olarak görülebilir. Bu konuda araştırmacılar kişilerin

ihtiyaçları, motivasyonları ve tercihleri ile davranışları arasındaki farklılıkları belirlemek üzere yoğunlaşmış ve bunların rekreasyonel bir düzende nasıl değiştiğini bulmaya çalışmışlardır. Ancak, geliştirilen bu teoriler söz konusu farklılıkları açıklamak ve tahmin etmek üzere test edilmiş, olsa da, halen sosyolojik ve psikolojik temelli araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır (Mannell, Kleiber ve Staempfli, 2006: 116-118).

Günümüze kadar yapılan araştırmalarda insanların değişik sebeplerden dolayı kendileri için önemli olan serbest zaman etkinliklere katılmadıklarını ya da farklı nedenlerden dolayı engellendiklerini de ortaya koymaktadır (Alexandris ve Carroll, 1997: 107).

Farklı toplumlar ve gruplar üzerinde boş zaman faaliyetlerine katılıma engel olan unsurların belirlenmesine yönelik çok sayıda araştırmalar yapılmıştır. Ancak, yapılan araştırmaların pek çoğu faaliyetlere katılımın önünde engel oluşturan veya oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesine yönelik teori veya model geliştirme çalışmalarındır. Bireylerin serbest zaman faaliyetlerine katılımını etkileyen faktörleri 1987 yılında Crawford ve Godbey üç ayrı faktörde toplamıştır. Bunlar; bireysel, bireylerarası ve yapısal faktörlerdir. Geliştirilen bu model en popüler modeldir (Crawford ve Godbey, 1987 ‘den aktaran: Karaküçük ve Gürbüz, 2007: 107).

Bireysel faktörler; bireyin psikolojik durumu ve sergilemiş olduğu tutumlardır. Bireyin beceri düzeyini algılaması, aktiviteye ilişkin tutumu ve aktivitenin uygunluğunun algılanması durumudur.

Bireylerarası faktörler; bireylerarası etkileşim veya ilişkilerden doğan sonuçlardır. Faaliyetlere katılmak için bir eş veya arkadaş bulmak, para ve zaman gibi faktörleri kapsamaktadır.

Yapısal faktörler; boş zaman tercihi ve katılım arasındaki iletişimi ifade eden faktörlerdir (Jackson ve diğerleri, 1993: 1).

Bu model ilerleyen yıllarda aynı araştırmacılar tarafından tekrar ele alınarak daha geliştirilmiş bir hal almıştır. Geliştirilen bu model önem derecesine göre yakın (bireysel) ve uzak (yapısal) olacak şekilde sıralanmıştır. Bu modele göre serbest zaman faaliyetlerine katılımı engelleyen en önemli faktör bireyin kendisidir. Yapısal faktörler ise katılım engelinde en az etkisi olan faktördür (Karaküçük ve Gürbüz, 2007: 107).

Serbest Zaman Kısıtlamaları Teorisi'ne göre, serbest zaman etkinlikleri ile kişisel tercihler arasında ilişkiler olduğu vurgulanmaktadır. Teori incelenirken, kısıtlamaların ve kişilerdeki etkinlik tercihlerinin kaynaklandığı nedenler araştırılmakta ve buna etki eden faktörler belirlenmeye çalışılmaktadır. Söz konusu teoriye göre, cinsiyet, yaş, fiziksel kapasite ve kültürel değişkenlerin, serbest zaman etkinliklerinde kısıtlamalara yol açabileceği ve kişilerin bu kısıtlamalar ile tercihlerini gerçekleştirebileceği düşünülmekte ancak gelecekteki araştırmalar ile bunun daha kesin yöntemler ile belirlenebileceği vurgulanmıştır (Godbey, Crawford ve Shen, 2010: 111).

Yapılan bir çalışmada, serbest zaman kısıtlamalarının cinsiyet bazında bir takım farklılıklar taşıdığını göstermiştir. Özellikle kadınların serbest zaman aktivitelerinde dezavantajlı bir cinsiyet rolüne sahip olduğu düşünülmektedir. Ailesel sorumlulukların kadınlarda diğer kısıtlamalara oranla daha sık görülen bir serbest zaman kısıtlaması olduğu vurgulanırken, erkeklerin ise bu konuda en büyük sıkıntısının seyahat etme kısıtlaması olduğu görülmektedir (Khan, 2011: 105-121).

Bu konuda yapılan diğer bir araştırmada, aile ve sosyal yaşama dayanan farklı beklentilerin, cinsiyet farklılıklarına dayandığı vurgulanmaktadır. Hem erkekler hem de kadınların büyük çoğunluğu aile işçiliğinin paylaşılmasını gerektiğini kabul ederken, az sayıdaki erkeğin bu konuda eşit sorumluluk duygusu taşımadıkları ve bunun da hafta sonu serbest zaman aktiviteleri için ayrılan zamanda farklılıklar yarattığı, söz konusu çalışmada tespit edilmiştir (Hye, 2006: 83-105).

Hiyerarşik serbest zaman engelleri teorisinin incelendiği bir çalışmada ise Amerika Birleşik Devletleri, Kanada, Japonya ve Çin'deki örnekler incelenmiş ve sonuçlar karşılaştırıldığında bahsedilen devletler ile ilişkili kültürel yönden kısıtlamalar olabildiği görülmüştür (Chick ve Dong, 2003: 338-344). Hiyerarşik serbest zaman kısıtlamalarının kişilerarası, içsel ve yapısal üç farklı kategoriden oluştuğu bilinmektedir. Bu tip kısıtlamalar tercihler ile içsel ilgi düzeyi eksikliği arasındaki ilişkiden oluşabildiği gibi, farklı sosyal ilişki ağına sahip kişilerin arasındaki günlük rutinleri belirleme düzeyi (örneğin, zekâ geriliği olan insanların aktivitelerinin başkaları tarafından belirlenmesi) de bu kısıtlamaları yaratabilir. Aynı şekilde yüksek gelir ve

eğitim düzeyine sahip kişilerin de bu tip kısıtlamaları diğer gruplara yapması örnek olarak gösterilebilir (Hawkins, Peng, Hsieh ve Eklund, 1999: 179-192).

Yaşamın sağlıklı sürdürülebilmesi için yapılan düzenli fiziksel aktivitenin öneminin giderek arttığı düşünöldüğünde, aktif bir yaşam tarzı için ilk olarak fiziksel aktiviteyi etkileyen farklı etkenleri araştırarak, söz konusu etkenleri ortadan kaldırmak gerekmektedir. Bu konuda yapılan çalışmalarda, zaman, gelir ve sosyal çevre değişkenlerinin serbest zaman kısıtlayıcılarının başında geldiği görölmektedir (Öcal, 2012: 50-60).

2.13. Serbest Zaman Kısıtlarını (Engellerini) Aşma (Constraints negotiation)

Fiziksel aktiviteler, serbest zamanın değerlendirilmesinde çeşitlilik gösterirken bir yandan da bilimsel araştırmalarda yer almıştır. 1900'lü yılların başlarında bireyler serbest zaman faaliyetlerini fiziksel aktivitelerle değerlendirmeye başlamıştır. Boş zaman ve hayat standartlarındaki olumlu değişim araştırmacıların ilgisini çeken bir konu haline gelmiştir. Bilim insanları, 20.yüzyılın son dönemlerinde serbest zaman potansiyelinin maksimum düzeye ulaşmasında karşılaşılan engel ve kısıtlamaları belirleyeme çalışmışlardır (Jackson, 1991: 279-285). Böylelikle, engeller konusu serbest zaman araştırma alanlarının en önemli konularından biri haline gelmiştir.

Bireylerin sosyalleşmesinde serbest zaman aktiviteleri önemli bir faktördür. İnsanların yaşamları boyunca bazı önemli dönemler vardır bu dönemlerden biride üniversite yılları olarak bilinmektedir. Üniversite yılları, bireylerin hayatları üzerinde etkisinin kuvvetli olduğu bir dönemdir. Bu dönemde öğrencilerin serbest zaman faaliyetlerinde yer almaları sahip oldukları fırsatlara ve üniversitenin onlara sağlamış olduğu olanaklara bağlıdır. Öğrencilerin birçoğu serbest zaman faaliyetlerine farklı nedenlerden dolayı katılım sağlayamamaktadır. Bu nedenler arasında ilgisizlik, zaman yetersizliği, arkadaş yoksunluğu, bireysel psikoloji, bilgi yetersizliği, sosyal çevre, hizmet gibi engeller yer almaktadır. Üniversitenin ilgili birimleri öğrencilere spor programları ya da serbest zamanlarını dolduracakları faaliyetler sunarsa, bu durum öğrenciler için cezbedici hale gelebilecektir. Öğrenciler serbest zaman faaliyetlerine katılımlarında karşılaştığı engelleri aşmak için çeşitli stratejiler geliştirmiştir. Bireylerin birden çok faktörün

üstesinden gelme yeteneği ile serbest zaman faaliyetlerinde yer almasını etkilemektedir (Crawford, Jackson ve Godbey, 1991: 309-320; Scott, 1991: 321-336).

Serbest zaman engelleriyle karşılaşılması, engelleri aşmak için bir takım stratejileri ortaya çıkarmıştır. Bu stratejiler bireyin engellere adapte olmasına, engelleri hafifletmesine ya da engelleri tamamen yok etmesine yönelik stratejilerdir (Jackson ve Rucks, 1995: 85-105; Hubbard ve Mannell, 2001:145-163). Jackson ve ark. 1993'de insanların serbest zaman faaliyetlerine katılımında engel faktörlerinin rolü olmadığı ifade etmiştir. Bireyler serbest zaman faaliyet engellerinin üstesinden gelerek aktivitelere katılım sağlayabilir. Serbest zaman engellerinin üstesinden gelmek bireylerin yaşamlarında önemli bir yere sahiptir (Henderson ve Bialeschki, 1993: 229-252; Samdahl ve Jekubovich, 1997: 430-452; Little, 2000: 171-195).

Serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerine bakıldığında bireyden bireye farklılık gösterebilir. Bireyler kişisel gelişimlerini desteklemek, sosyalleşmek, tedavi amacıyla, ruhen ve bedenen iyi hissetme, özgürlük, bağımsızlık gibi nedenlerle faaliyetlere katılım gösterebilir. Bireyin ruhsal olarak sağlıklı olma arzusu yaşamdan zevk almasını sağlayan etkenlerden biridir. Birçok çalışmada belirtildiği gibi bireyin süreçten olumsuz etkilenmesi durumunda serbest zaman engelleri bu duruma neden olan faktörler içinde yer almaktadır. Serbest zaman engellerinin düzeyi bireyin psikolojik olarak sağlıklı olmasını doğrudan etkilemektedir (Edginton ve ark., 1995).

2.14. Literatürdeki İlgili Çalışmalar

Boş zaman etkinliklerine katılıma engel teşkil eden faktörler üzerine geçmişten günümüze kadar çok sayıda araştırmalar yapılmıştır. Yapılan araştırmalarda elde edilen sonuçların dönemin ve yaşam şart ve koşullarının, çalışmaya katılım sağlayan örneklem grubuna göre farklı sonuçlar içermektedir.

Özkan'ın (2018) kamu kurumunda görev yapan 547 kişinin katılımıyla kamu personelinin serbest zaman etkinliklerine katılımlarına engel teşkil eden faktörlerin incelemesine yönelik yapılan çalışmanın sonucunda; serbest zaman engellerinden bilgi eksikliği, tesisler hizmeti, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Ayhan, Eskiler ve Soyer'in 2017 yılında aktif sporcuların rekreatif etkinliklere katılımlarına engel oluşturabilecek faktörlerin yaşam tatmini ve yaşam kalitesi üzerine etkisinin incelendiği araştırmaya 1013 kişi katılım göstermiştir. Yapılan araştırma sonuçlarından, katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımında cinsiyet açısından zaman yetersizliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında katılımcıların engeller yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Lakot'ın 2015 yılında beden eğitimi öğretmenleri adaylarında serbest zaman algısı ve engelleri adlı çalışmaya gönüllü olarak 961 (kadın=353, 608=erkek) aday öğretmen katılmıştır. Çalışmanın sonucunda, serbest zaman engelleri alt boyutlarından zaman, tesis, bilgi eksikliği ile yaş, gelir durumu gibi değişkenler arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir.

Çoruh ve Karaküçük'ün 2014 yılında Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesinde öğrenim gören 490 öğrencinin katılımıyla üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlerin incelenmesine yönelik yapılan çalışmada ilgi eksikliği ve zaman alt boyutlarında anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir.

Kaçar ve Paslı'nın 2014 yılında Çankırı Karatekin Üniversitesi öğrencilerinden gönüllü 184 öğrencinin katılımıyla turizm ve otel işletmeciliği programı öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörler incelendiğinde tesis yetersizliği ve ailelerine zaman ayırmak zorunda oldukları için faaliyetlerin zamanlarının uygun olmadığından katılmadıklarını zaman yetersizliği yaşadıklarına ulaşılmıştır.

Özşaker'in (2012) Adanan Menderes Üniversitesinde öğrenim gören 328 öğrencinin katılımıyla serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenlerini tespit etmek amacıyla çalışma yapılmıştır. Çalışmanın sonucunda serbest zaman faaliyetlerine katılmalarında kadın katılımcılar için engel olan alt boyutların bireysel psikoloji, bilgi eksikliği ve zaman yetersizliği olduğu tespit edilmiştir.

Gilany, Badawi, Khawaga ve Awadalla'nın 2011 yılında yaptığı çalışmaya Mansovra üniversitesi 17-25 yaş aralığındaki 1708 gönüllü öğrenci katılım sağlamıştır. Araştırmanın sonucunda, katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımında zaman yetersizliği, tesislerin uygun olmaması ve gerekli maddi desteğin sağlanmaması gibi engellerle karşılaştıkları tespit edilmiştir.

Demirel ve Harmandar'ın 2009 yılında üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi çalışmasına gönüllü 235 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonucuna bakıldığında bilgi eksikliği, tesis ve birey psikolojisi alt boyutlarında serbest zaman faaliyetlerine katılımında engel teşkil ettiği tespit edilmiştir.

Özmaden'in 1997 yılında kredi yurtlar kurumunda kalan öğrenciler üzerine yapmış olduğu araştırmada yurtların öğrencilerin isteklerini ne ölçüde karşıladığını tespit etmek amacıyla bu araştırma yapılmıştır. Araştırmaya 303 (kadın=135, erkek=168) gönüllü öğrenci katılmıştır. Bu araştırmanın sonuçlarına bakıldığında katılımcıların %62,7'sinin zamanlarının yeterli olduğu, %37,3'nün ise zamanlarının yetersiz olduğu belirlenmiştir.

BÖLÜM 3. MATERYAL VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, nicel araştırma yöntemleri temeline dayandırılarak, alan araştırması yöntemi kullanılmıştır. Araştırma modeli olarak ise genel tarama modelinden yararlanılmıştır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın evrenini Sakarya Üniversitesi SKS Dairesi Başkanlığı tarafından 07 Nisan 2018 tarihinde düzenlenen Meşeli – Dağyoncalı Doğa Yürüyüşüne katılan ve 24-26 Nisan 2018 tarihleri arasında Spor Şöleninde (Futbol, Voleybol, Basketbol, Sokak Basketbolu, Masa Tenisi, Kort Tenisi, Bilardo, Satranç ve Tavla) farklı branşlarda düzenlenen rekreatif faaliyetlere katılan, öğrenci ve personeller oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise; evren içerisinde gönüllülük esasına dayalı olarak araştırmaya katılmayı kabul etmiş, 230 kişiden oluşmaktadır. Örneklem seçiminde kasti (kararsal) örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kasti (kararsal) örnekleme yöntemi; araştırmacının araştırma problemine cevap bulacağına inandığı kişilere uyguladığı bir tekniktir (Altunışık, Coşkun, Bayraktaroğlu ve Yıldırım, 2012: 142). Uygulanan anketlerden toplam 350 adet çoğaltılmış, gerçekleştirilen rekreatif faaliyetlere katılan bireylere uygulanmıştır. Anketler gönüllülük esasına göre doldurulduğundan katılımcıların bazıları sadece anketleri okumakla yetinmiş olup uygulamaya katılmamıştır. Uygulanan bazı anketlerden geri dönüt alınamamıştır. Uygulanan anketlerden hatalı ve eksik olanlar çıkarıldığında 152 erkek, 78 kadın olmak üzere toplam 230 örneklemden veri analizi yapmak mümkün olmuştur.

3.3. Veri Toplama Aracı

Araştırmada kullanılan veri toplama aracı; Serbest Zaman Engelleri Ölçeği, Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği ve demografik bilgiler olmak üzere toplam 3 bölümden oluşmaktadır.

3.3.1. Boş zaman engelleri ölçeği

Bu bölümde üniversite tarafından düzenlenen serbest zaman faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman engellerini ölçmeye yönelik ifadelerin yer aldığı ölçekten faydalanılmıştır. Kullanılan anket 1997 yılında Alexandris ve Carrol tarafından geliştirilmiş ve 2007 yılında Karaküçük ve Gürbüz tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 2012 yılında Gürbüz ve arkadaşları tarafından doğrulayıcı faktör analizi ile faktör yapısı tekrardan tespit edilmiştir. Bu çalışmada toplam 18 madde ve 6 alt boyuttan oluşan “SZEÖ” kullanılmıştır. Bu alt boyutlar;

- a. 3 maddeden oluşan birey psikolojisi,
- b. 3 maddeden oluşan bilgi eksikliği,
- c. 3 maddeden oluşan tesis,
- d. 3 maddeden oluşan arkadaş eksikliği,
- e. 3 maddeden oluşan zaman,
- f. 3 maddeden oluşan ilgi eksikliği biçimindedir.

Kullanılan ölçeğin maddeleri 1’den 4’e doğru sıralı bir şekilde “Kesinlikle Önemsiz” den “Çok Önemli” ye doğru sıralanmaktadır. Ölçek alt faktörleri için Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları 0.65 ile 0.86 arasında değişirken ölçeğin tümü için 0.85 olarak hesaplanmıştır (Gürbüz ve diğerleri, 2008: 3-10).

3.3.2. Serbest zaman ilgilenim ölçeği

İkinci bölümde üniversite tarafından düzenlenen serbest zaman faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman ilgilenimlerini ölçmeye yönelik ifadelerin yer aldığı 2007 yılında Kyle ve arkadaşları tarafından geliştirilen ve 2015 yılında ise Gürbüz ve

arkadaşları tarafından Türkçe uyarlaması yapılan 15 madde ve 5 alt boyuttan oluşan “SZİÖ” kullanılmıştır. Bu alt boyutlar;

- a. Çekicilik (3 madde),
- b. Önem Verme (3 madde),
- c. Sosyal ilişkiler (3 madde),
- d. Özdeşleme (3 madde),
- e. Kendini İfade Etme (3 madde) şeklindedir.

Kullanılan ölçeğin maddeleri 1’den 5’e doğru sıralı bir şekilde “Kesinlikle Katılmıyorum” dan “Kesinlikle Katılıyorum” a doğru değişen Likert tipi beşli derecelendirme ölçeğidir.

3.3.3. Kişisel bilgiler

Üçüncü bölümde araştırmaya katılan bireylerin kişisel bilgileri olarak yaş, cinsiyet, Sakarya Üniversitesi’ndeki mevcut statü ve düzenli olarak serbest zaman faaliyetlerine katılma düzeylerine yönelik sorular bulunmaktadır.

3.4. Verilerin Toplanması

Veri toplama araçları, 2017-2018 yılında Sakarya Üniversitesi’nde eğitim gören öğrenci ve çalışan personellere uygulanmıştır. Verilerin elde edilmesinde anket yönteminden yararlanılmıştır. Anketlerin kişilere uygulanması konusunda gerekli izinler alınmış olup anketler araştırmacı tarafından yüz yüze anket uygulama yöntemi kullanılmıştır. Bir anket yaklaşık olarak 3 dakika uygulaması sürmekle birlikte, anketlerin doldurulmasında gönüllülük esas alınmıştır.

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler	f	%
Cinsiyet		
Kadın	78	33,9
Erkek	152	66,1
Yaş		
18-57	23,43	5,53
Mevcut Statü		
Öğrenci	194	84,3
Çalışan	36	15,7

Tablo 3.1.'de araştırmanın katılımcı profil özellikleri incelendiğinde, katılımcıların %66,1'nin erkek, %33,9' nun kadın olduğu ve 17-58 yaş aralığında katılımcı olduğu gözlenmiştir. Katılımcıların mevcut statüye göre dağılımları incelendiğinde; katılımcıların %84,3'nün öğrenci olduğu, %15,7' sinin ise çalışan olduğu gözlenmiştir.

Tablo 3.2. Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılım Sıklığı ve Süresi

Değişkenler	f	%
Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılım		
Evet	157	68,3
Hayır	73	31,7
Katılım Sıklığı		
Haftada 5 gün ve fazlası	10	6,0
Haftada 3-5 gün	39	23,2
Haftada 1-2 gün	73	43,5
Ayda 1-2 gün	33	19,6
Ayda 1 günden az	13	7,7
Katılım Süresi		
30 dakika ve daha az	14	8,3
31-60 dakika kadar	87	51,8
61 dakika ve daha fazla	67	39,9

Tablo 3.2.'de katılımcıların serbest zaman faaliyetlerine katılım sıklığı ve süresi açısından dağılımlar incelendiğinde; katılımcıların %68,3'nün faaliyetlere katılım sağladığına %31,7'sinin katılım sağlamadığına ulaşılmıştır. Katılım sıklığı açısından katılımcıların önemli bir çoğunluğunun (%43,5) haftada 1-2 gün katılım sağladığı ve bu değerler sırasıyla; (%23,2) haftada 3-5 gün, (19,6) ayda 1-2 gün, (7,7) ayda bir günden az ile (6,0) haftada 5 gün ve fazlası katılım sağlandığı gözlenmiştir. Katılım süresi bakımından katılımcıların çoğunluğunun (%51,8) 31-60 dakika katılım gösterdiği ve yüzdelik değerleri sırasıyla; (39,9) 61 dakika ve daha fazla, (8,3) 30 dakika ve daha az süre geçirdiği gözlenmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin analiz edilmesinde SPSS 20.0 paket programı kullanılmıştır. Toplanan verilerin Skewness ve Kurtosis değerleri dikkate alınarak (Büyüköztürk, 2016: 40) verilerin normal dağılıma sahip oldukları belirlendikten sonra verilerin analizinde parametrik testlerden faydalanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçüm araçlarına verilen yanıtlar ile katılımcıların demografik bilgilerine ait özellikleri belirlemek amacıyla tanımlayıcı istatistik analizlerden (ortalama, sıklık, yüzde, standart sapma vb.) yararlanılmıştır.

Araştırma değişkenleri arasında farklılık olup-olmadığını ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar t testi (Independent Simple t-Test), tek yönlü varyans analizi (One-way ANOVA) ve Ki Kare Testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizinden (Correlation) faydalanılmıştır.

Tablo 3.3. Serbest Zaman Engelleri Alt boyutlarına İlişkin Temel Analizler

Alt Boyutlar	Ortalama	Standart Sapma	Cronbach's Alpha
Bireysel Psikoloji	2,73	1,10	,805
Bilgi Eksikliği	3,19	1,17	,840
Tesis	3,33	1,16	,821
Arkadaş Eksikliği	2,98	1,13	,798
Zaman	3,11	,97	,626
İlgi Eksikliği	2,65	1,11	,795

Tablo 3.3.'de değişkenlere ait SZEÖ ortalama puanları incelendiğinde alt boyutlarından tesis ($\bar{X} = 3,33$), bilgi eksikliği ($\bar{X} = 3,19$) ve zaman ($\bar{X} = 3,11$) alt boyutlarının en yüksek ortalamaya sahip oldukları ve bu değerleri sırasıyla; arkadaş eksikliği ($\bar{X} = 2,98$), bireysel psikoloji ($\bar{X} = 2,73$) ve ilgi eksikliği ($\bar{X} = 2,65$) alt boyutlarının takip ettiği görülmektedir. Çok ifadeli ölçeklerde güvenilirliğin tespitinde sık kullanılan yöntemlerden biri olarak kabul edilen Cronbach's Alpha değeri incelendiğinde, değişkenlerin kabul edilebilir ($\alpha < 60$) güvenilirlik seviyesinde olduğu görülmektedir (Peter, 1979: 6-7; George ve Mallery, 2001: 217).

Tablo 3.4. Serbest Zaman İlgilenim Alt boyutlarına İlişkin Temel Analizler

Alt Boyutlar	Ortalama	Standart Sapma	Cronbach's Alpha
Çekicilik	3,85	,815	,852
Önem Verme	3,09	,945	,816
Sosyal İlişki	3,60	,783	,603
Özdeşleşme	3,63	,806	,723
Kendini İfade	3,54	,835	,726

Tablo 3.4.'de değişkenlere ait SZİÖ ortalama puanları incelendiğinde alt boyutların hepsinin ortalamalarının 3'ün üzerinde olduğu görülmektedir. Değerler sırasıyla; çekicilik ($\bar{X}=3,85$), özdeşleşme ($\bar{X}=3,63$), sosyal ilişki ($\bar{X}=3,60$), kendini ifade ($\bar{X}=3,54$) ve önem verme ($\bar{X}=3,09$) alt boyutlarının takip ettiği görülmektedir. Çok ifadeli ölçeklerde güvenilirliğin tespitinde sık kullanılan yöntemlerden biri olarak kabul edilen Cronbach's Alpha değeri incelendiğinde, değişkenlerin kabul edilebilir ($\alpha \leq 60$) güvenilirlik seviyesinde olduğu görülmektedir (Peter, 1979: 6-7; George ve Mallery, 2001: 217).

BÖLÜM 4. ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde çeşitli istatistiksel analizlerle ilgili örnekleme ait özellikler çerçevesinde araştırma sorunsalı değerlendirilecektir.

Tablo 4.1. . Cinsiyete Bağlı Serbest Zaman Engelleri ve İlgilenim Alt Boyutları Arasındaki Farklılık Analizi

	Değişkenler	Cinsiyet	Ortalama	t	p
Serbest Zaman Engelleri	Bireysel Psikoloji	Erkek	2,67	-1,007	,315
		Kadın	2,83		
	Bilgi Eksikliği	Erkek	3,17	-,417	,677
		Kadın	3,24		
	Tesis	Erkek	3,34	,134	,894
		Kadın	3,32		
Arkadaş Eksikliği	Erkek	2,95	-,615	,539	
	Kadın	3,05			
Zaman	Erkek	3,02	-2,116	,035*	
	Kadın	3,30			
İlgi Eksikliği	Erkek	2,64	-,170	,865	
	Kadın	2,67			
Serbest Zaman İlgilenimi	Çekicilik	Erkek	3,87	,327	,744
		Kadın	3,83		
	Önem verme	Erkek	3,21	2,928	,004**
		Kadın	2,83		
	Sosyal İlişki	Erkek	3,60	,107	,915
		Kadın	3,59		
Özdeşleşme	Erkek	3,64	,308	,758	
	Kadın	3,60			
Kendini İfade	Erkek	3,57	,657	,512	
	Kadın	3,49			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.1. incelendiğinde SZE alt boyutlarından zaman eksikliği boyutunda cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir ($t=-2.12$, $p<0.05$). Bulgular kadın ($\bar{X}=3.30$) katılımcıların erkeklerden ($\bar{X}=3.02$) daha fazla zaman eksikliği engeli algıladıklarını göstermektedir. Ayrıca SZE'nin diğer alt boyutlarında cinsiyet açısından anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Katılımcıların SZİ alt boyutlarından önem verme düzeyleri arasında cinsiyete bağlı olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($t=2.93$, $p<0.01$). Bulgulara göre kadın ($\bar{X}=2.83$) katılımcıların erkeklere ($\bar{X}=3.21$) göre daha düşük önem verme düzeyine sahip

oldukları ifade edilebilir. Katılımcıların SZİ diğer alt boyutlarının cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.2. Serbest Zaman Etkinlik Katılımına Bağlı Serbest Zaman Engelleri ve İlgilenim Alt Boyutları Arasındaki Farklılık Analizi

Değişkenler	Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım	Ortalama	t	p	
Serbest Zaman Engelleri	Bireysel Psikoloji	Evet	2,66	-1,41	,159
		Hayır	2,88		
	Bilgi Eksikliği	Evet	3,17	-,463	,644
		Hayır	3,25		
	Tesis	Evet	3,29	-,779	,437
		Hayır	3,42		
Arkadaş Eksikliği	Evet	2,91	-1,45	,147	
	Hayır	3,14			
Zaman	Evet	3,09	-,572	,568	
	Hayır	3,17			
İlgi Eksikliği	Evet	2,65	,048	,962	
	Hayır	2,64			
Serbest Zaman İlgilenimi	Çekicilik	Evet	3,98	3,42	,001**
		Hayır	3,59		
Serbest Zaman İlgilenimi	Önem verme	Evet	3,27	4,60	,000**
		Hayır	2,68		
Serbest Zaman İlgilenimi	Sosyal İlişki	Evet	3,67	2,25	,025*
		Hayır	3,43		
Serbest Zaman İlgilenimi	Özdeşleşme	Evet	3,73	2,90	,004**
		Hayır	3,40		
Serbest Zaman İlgilenimi	Kendini İfade	Evet	3,65	2,91	,004**
		Hayır	3,31		

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

Tablo 4.2. incelendiğinde katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılıma bağlı olarak SZE alt boyutları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$).

Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılıma bağlı olarak SZİ ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar, çekicilik ($t=3.43$, $p<0.05$), önem verme ($t=4.60$, $p<0.05$), sosyal ilişki ($t=2.25$, $p<0.05$), özdeşleşme ($t=2.91$, $p<0.05$) ve kendini ifade ($t=2.91$, $p<0.05$) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bulgulara göre hayır cevabı veren katılımcıların evet cevabı verenlere göre SZİ ölçeği alt boyutlarına daha düşük ortalama puanlara sahip oldukları ifade edilebilir.

Tablo 4.3. Mevcut Statüye Bağlı Serbest Zaman Engelleri ve İlgilenim Alt Boyutları Arasındaki Farklılık Analizi

	Değişkenler	Mevcut Statü	Ortalama	t	p
Serbest Zaman Engelleri	Bireysel Psikoloji	Çalışan	2,49	-1,429	,154
		Öğrenci	2,77		
	Bilgi Eksikliği	Çalışan	3,34	,803	,423
		Öğrenci	3,17		
	Tesis	Çalışan	3,47	,746	,456
		Öğrenci	3,31		
Arkadaş Eksikliği	Çalışan	2,80	-1,045	,297	
	Öğrenci	3,02			
Zaman	Çalışan	3,42	2,071	,039*	
	Öğrenci	3,06			
İlgi Eksikliği	Çalışan	2,65	-,249	,803	
	Öğrenci	2,64			
Serbest Zaman İlgilenimi	Çekicilik	Çalışan	3,96	,840	,402
		Öğrenci	3,83		
Önem verme	Çalışan	2,92	-1,170	,243	
	Öğrenci	3,12			
Sosyal İlişki	Çalışan	3,53	-,532	,595	
	Öğrenci	3,61			
Özdeşleşme	Çalışan	3,67	,318	,750	
	Öğrenci	3,62			
Kendini İfade	Çalışan	3,29	-1,950	,052	
	Öğrenci	3,59			

*p<0.05

Tablo 4.3. incelendiğinde SZE alt boyutlarından zaman eksikliği boyutunda mevcut statü açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir ($t=-2.07$, $p<0.05$). Bulgular çalışan ($\bar{X}=3.42$) katılımcıların öğrencilerden ($\bar{X}=3.06$) daha fazla zaman eksikliği engeli algıladıklarını göstermektedir. Ayrıca SZE' nin diğer alt boyutlarında mevcut statü açısından anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Katılımcıların mevcut statülerine bağlı olarak SZİ alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.4. Serbest Zaman Etkinlik Katılım Sıklığı ile Serbest Zaman Engelleri Alt Boyutları Arasındaki Farklılık Analizi

Değişkenler	Serbest Zaman Katılımı Sıklığı	N	Ortalama	F	p
Bireysel Psikoloji	Haftada 3 gün ve fazlası	47	2,54	1,69	,189
	Haftada 1-2 gün	68	2,57		
	Ayda 1-2 gün	42	2,92		
	Toplam	157	2,66		
Bilgi Eksikliği	Haftada 3 gün ve fazlası	47	3,10	1,05	,351
	Haftada 1-2 gün	68	3,31		
	Ayda 1-2 gün	42	3,01		
	Toplam	157	3,17		
Tesis	Haftada 3 gün ve fazlası	47	3,15	,812	,446
	Haftada 1-2 gün	68	3,43		
	Ayda 1-2 gün	42	3,23		
	Toplam	157	3,29		
Arkadaş Eksikliği	Haftada 3 gün ve fazlası	47	2,88	,808	,448
	Haftada 1-2 gün	68	3,02		
	Ayda 1-2 gün	42	2,75		
	Toplam	157	2,91		
Zaman	Haftada 3 gün ve fazlası	47	2,99	,361	,697
	Haftada 1-2 gün	68	3,11		
	Ayda 1-2 gün	42	3,17		
	Toplam	157	3,09		
İlgi Eksikliği	Haftada 3 gün ve fazlası	47	2,50	2,89	,058
	Haftada 1-2 gün	68	2,53		
	Ayda 1-2 gün	42	3,01		
	Toplam	157	2,65		

*p<0.05

Tablo 4.4. incelendiğinde katılımcıların haftalık rekreatif faaliyetlere katılımlarına bağlı olarak SZE ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>0.05). Katılımcıların önemli bir kısmının haftada 1-2 gün rekreatif faaliyetlere katılım sağladıkları tespit edilmiştir.

Tablo 4.5. Serbest Zaman Etkinliklerine Ayrılan Süreye Bağlı Serbest Zaman Engelleri Alt Boyutları Arasındaki Farklılık Analizi

Değişkenler	Serbest Zaman Katılımı Süresi	N	Ortalama	F	p
Bireysel Psikoloji	30 dakika ve daha az	13	2,02	2,396	,094
	31-60 dakika kadar	81	2,73		
	61 dakika ve daha fazla	63	2,69		
	Toplam	157	2,66		
Bilgi Eksikliği	30 dakika ve daha az	13	2,94	,863	,424
	31-60 dakika kadar	81	3,28		
	61 dakika ve daha fazla	63	3,07		
	Toplam	157	3,17		
Tesis	30 dakika ve daha az	13	3,02	,382	,683
	31-60 dakika kadar	81	3,30		
	61 dakika ve daha fazla	63	3,34		
	Toplam	157	3,29		
Arkadaş Eksikliği	30 dakika ve daha az	13	2,82	,091	,913
	31-60 dakika kadar	81	2,89		
	61 dakika ve daha fazla	63	2,95		
	Toplam	157	2,91		
Zaman	30 dakika ve daha az	13	3,00	2,253	,109
	31-60 dakika kadar	81	3,25		
	61 dakika ve daha fazla	63	2,90		
	Toplam	157	3,09		
İlgi Eksikliği	30 dakika ve daha az	13	2,71	5,331	,006**
	31-60 dakika kadar ^a	80	2,92		
	61 dakika ve daha fazla ^a	63	2,30		
	Toplam	156	2,65		

**p<0.01, a= Grup ortalamaları istatistiksel olarak farklılık göstermektedir.

Tablo 4.5.'de SZE alt boyutlarından ilgi eksikliği boyutunda her bir serbest zaman faaliyetine ayırdığı süre açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir (F=5.33, p<0.05). Sheffe test sonuçları incelendiğinde, katılımcıların önemli bir kısmının 31-60 dakika (\bar{X} =2.92) ile 61 dakika ve daha fazla (\bar{X} =2.31) rekreatif faaliyetlere süre ayıran gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir. Ayrıca SZE'nin diğer alt boyutları açısından anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>0.05).

Tablo 4.6. Serbest Zaman Etkinlik Katılım Sıklığı ile İlgilenim Alt Boyutları Arasındaki Farklılık Analizi

Değişkenler	Serbest Zaman Katılımı Sıklığı	N	Ortalama	F	p
Çekicilik	Haftada 3 gün ve fazlası ^a	47	4,17	4,39	,014*
	Haftada 1-2 gün	68	4,02		
	Ayda 1-2 gün ^a	42	3,69		
	Toplam	157	3,98		
Önem Verme	Haftada 3 gün ve fazlası	47	3,52	4,96	,008**
	Haftada 1-2 gün	68	3,30		
	Ayda 1-2 gün	42	2,95		
	Toplam	157	3,27		
Sosyal İlişki	Haftada 3 gün ve fazlası	47	3,84	1,74	,178
	Haftada 1-2 gün	67	3,65		
	Ayda 1-2 gün	42	3,53		
	Toplam	157	3,67		
Özdeşleşme	Haftada 3 gün ve fazlası	47	3,73	,829	,438
	Haftada 1-2 gün	68	3,80		
	Ayda 1-2 gün	42	3,61		
	Toplam	157	3,73		
Kendini İfade	Haftada 3 gün ve fazlası	47	3,81	2,62	,076
	Haftada 1-2 gün	68	3,67		
	Ayda 1-2 gün	42	3,42		
	Toplam	157	3,65		

**p<0.01; *p<0.05, a= Grup ortalamaları istatistiksel olarak farklılık göstermektedir.

Tablo 4.6. incelendiğinde katılımcıların haftalık serbest zaman etkinliklerine katılımlarına bağlı olarak SZİ ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar, çekicilik (F=4.39, p<0.05), önem verme (F=4.96, p<0.05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Sheffe test sonuçları incelendiğinde, çekicilik alt boyutunda haftada 3 gün ve fazlası (\bar{X} =4,17) ile ayda 1-2 gün (\bar{X} =3,69) rekreatif faaliyetlere katılım sağlayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir (p<0.01). Benzer şekilde önem verme alt boyutunda 3 gün ve fazlası (\bar{X} =3.52) ile ayda 1-2 gün (\bar{X} =2.95) rekreatif faaliyetlere katılım sağlayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir (p<0.01).

Tablo 4.7. Serbest Zaman Etkinliklerine Ayrılan Süreye İlgilenim Alt Boyutları Arasındaki Farklılık Analizi

Değişkenler	Serbest Zaman Katılımı Süresi	N	Ortalama	F	p
Çekicilik	30 dakika ve daha az	13	3,69	2,590	,078
	31-60 dakika kadar	81	3,90		
	61 dakika ve daha fazla	63	4,14		
	Toplam	157	3,98		
Önem Verme	30 dakika ve daha az	13	2,87	6,011	,003**
	31-60 dakika kadar	81	3,12		
	61 dakika ve daha fazla	63	3,55		
	Toplam	157	3,27		
Sosyal İlişki	30 dakika ve daha az	13	3,48	1,290	,278
	31-60 dakika kadar	81	3,62		
	61 dakika ve daha fazla	62	3,79		
	Toplam	156	3,67		
Özdeşleşme	30 dakika ve daha az	13	3,67	4,050	,019*
	31-60 dakika kadar	81	3,58		
	61 dakika ve daha fazla	63	3,94		
	Toplam	157	3,73		
Kedini İfade	30 dakika ve daha az	13	3,15	3,565	,031*
	31-60 dakika kadar	81	3,62		
	61 dakika ve daha fazla	63	3,79		
	Toplam	157	3,65		

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.7. incelendiğinde katılımcıların her bir serbest zaman faaliyetine ayırdığı süreye bağlı olarak SZİ ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar, önem verme (F=6.01, p<0.05), özdeşleşme (F=4.05, p<0.05) ve kendini ifade (F=3.56, p<0.05) anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Sheffe test sonuçları incelendiğinde, katılımcıların önemli bir kısmının 31-60 dakika ile 61 dakika ve daha fazla rekreatif faaliyetlere süre ayıran gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir. Ayrıca SZİ diğer alt boyutları açısından anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>0.05). Katılımcıların önemli bir kısmının 31-60 dakika ile 61 dakika ve daha fazla rekreatif faaliyetlere süre ayırdığı tespit edilmiştir.

Tablo 4.8. Cinsiyete bağı Memnuniyet Dağılımı

	Memnuniyet Derecesi			Toplam
	Memnun Değılim	Ne Memnunum Nede Memnun Değılim	Memnunum	
Erkek	8 (%5,3)	25 (%16,4)	119 (%78,3)	152 (%100,0)
Kadın	3 (%3,8)	6 (%7,7)	69 (%88,5)	78 (%100,0)
Toplam	11 (%4,8)	31 (%13,5)	188 (%81,7)	230 (%100,0)

Tablo 4.8. incelendiğinde katılımcıların cinsiyete bağı sunulan rekreatif etkinlikten memnuniyet düzeyleri yer almaktadır. Buna göre hem kadın hemde erkek katılımcıların önemli bir kısmının (%81.7) sunulan etkinliklerden memnun oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 4.9. Cinsiyete bağı Benzer Etkinliklere Tekrar Katılım Oran Dağılımı

	Benzer Etkinliklere Tekrar Katılım Derecesi			Toplam
	Katılmam	Kararsızım	Katılırim	
Erkek	5 (%3,3)	23 (%15,1)	124 (%81,6)	152 (%100,0)
Kadın	3 (%3,8)	6 (%7,7)	69 (%88,5)	78 (%100,0)
Toplam	8 (%3,5)	29 (%12,6)	193 (%83,9)	230 (%100,0)

Tablo 4.9. incelendiğinde katılımcıların cinsiyete bağı sunulan rekreatif etkinliklere tekrar katılım sağlama düzeyleri yer almaktadır. Buna göre hem kadın hemde erkek katılımcıların önemli bir kısmının (%83.9) sunulan etkinliklere tekrar katılım gösterecekleri tespit edilmiştir.

Tablo 4.10. Mevcut Statü bağı Memnuniyet Dağılımı

	Memnuniyet Derecesi			Toplam
	Memnun Değılim	Ne Memnunum Nede Memnun Değılim	Memnunum	
Çalışan	1 (%2,8)	0 (%0,0)	35 (%97,2)	36 (%100,0)
Öğrenci	10 (%5,2)	31 (%16,0)	153 (%78,9)	194 (%100,0)
Toplam	11 (%4,8)	31 (%13,5)	188 (%81,7)	230 (%100,0)

Tablo 4.10. incelendiğinde katılımcıların mevcut statüye bağı sunulan rekreatif etkinlikten memnuniyet düzeyleri yer almaktadır. Buna göre hem çalışan hemde öğrenci katılımcıların önemli bir kısmının (%81.7) sunulan etkinliklerden memnun oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 4.11. Mevcut Statüye bağlı Benzer Etkinliklere Tekrar Katılım Oran Dağılımı

	Benzer Etkinliklere Tekrar Katılım Derecesi			Toplam
	Katılmam	Kararsızım	Katılıyorum	
Çalışan	0 (%0,0)	0 (%0,0)	36 (%100,0)	36 (%100,0)
Öğrenci	8 (%4,1)	29 (%14,9)	157 (%80,9)	194 (%100,0)
Toplam	8 (%3,5)	29 (%12,6)	193 (%83,9)	230 (%100,0)

Tablo 4.11. incelendiğinde katılımcıların mevcut statüye bağlı sunulan rekreatif etkinliklere tekrar katılım sağlama düzeyleri yer almaktadır. Buna göre hem çalışan hemde öğrenci katılımcıların önemli bir kısmının (%83.9) sunulan etkinliklere tekrar katılım gösterecekleri tespit edilmiştir.

Tablo 4.12. Serbest Zaman Engelleri ve İlgilenim Alt Boyutları Arasındaki İlişki Analizi

SZİ	SZE	İlişki Analizi					
		Bireysel Psikoloji	Bilgi Eksikliği	Tesis	Arkadaş Eksikliği	Zaman	İlgi Eksikliği
Çekicilik	r	-,007	,086	-,001	-,016	-,066	-,143*
	p	,912	,194	,989	,814	,318	,030
Önem verme	r	,027	,101	,067	,180**	,089	,110
	p	,682	,128	,312	,006	,179	,097
Sosyal ilişki	r	,074	,043	,118	,104	,054	,056
	p	,268	,516	,075	,119	,417	,403
Özdeşleşme	r	-,021	-,021	,057	,051	,022	-,059
	p	,752	,750	,391	,442	,744	,372
Kendini ifade	r	-,014	-,049	-,010	,141*	,038	-,015
	p	,838	,461	,880	,033	,569	,823

*p<0.05; **p<0.01

Tablo 4.12. incelendiğinde SZİ önem verme (r=0,18; p<0,01) ve kendini ifade etme (r=0,14; p<0,05) alt boyutları ile SZE arkadaş eksikliği alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Diğer yandan SZİ çekicilik (r=0,14; p<0,01) alt boyutu ile SZE ilgi eksikliği alt boyutu arasında düşük düzeyde negatif anlamlı bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır. Ayrıca SZE diğer alt boyutlarının SZİ alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir (p>0.05).

BÖLÜM 5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulguların yorumlanmasıyla ortaya çıkan tartışma, sonuç ve öneriler yer almaktadır.

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin ve üniversite de çalışan personelin; rekreatif etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörler ile onların serbest zaman ilgilenim düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek ve araştırma değişkenleri açısından katılımcılar arası farklılıkları tespit etmek amaçlanmıştır.

Serbest zaman engelleri ölçeğinden elde edilen bulgulara ilişkin değerlendirmeler:

Cinsiyet;

Katılımcıların rekreasyonel etkinliklere katılımlarını etkileyen birden çok faktör bilinmektedir. Bu faktörler arasında cinsiyet önemli bir yere sahiptir. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre t-testi sonucu; SZEÖ'nin zaman alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunduğu ve bu farklılığın kadın katılımcıların lehine olduğunu göstermektedir. Özşar tarafından yapılan çalışmada da kadın katılımcıların rekreatif etkinliklere katılımında zaman boyutunun engel olduğu görülmektedir (Özşar, 2012: 126-131). Diğer araştırmacılar tarafından yapılan çalışmalarda bu çalışma ile benzer sonuçlar elde edilmiştir ve kadınların erkeklerden daha çok zaman sorunu yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır (Alexandris ve Carroll, 1997: 107-125; Dhurup, 2012: 57; Jackson ve Henderson, 1995: 31-51). Çalışmaya benzer olarak cinsiyetin serbest zaman etkinliklere katılımında anlamlı bir etkiye sahip olduğu ve kadınların erkeklerden daha çok engelle karşılaştığı sonucuna ulaşılmıştır (Shaw, 1994: 8-22; Misra ve McKean, 2000: 41-52,).

Kadın için zaman sorunun yaşanmasının nedenleri arasında ev işleri ile uğraşmak, çocuk bakmak ve aile ile ilgili sorumluluklarının erkeklerle göre daha fazla olduğundan dolayı serbest zaman faaliyetlerine katılmada erkeklerle nazaran daha az fırsata

sahiptirler (Henderson, 1990: 9-13). Eskilerden beri kadınların serbest zaman etkinliklerine katılmalarında kısıtlamalar görülmektedir. Bazı araştırmalarda cinsiyete ilişkin çeşitli farklılıklar olduğu ve kadınların serbest zaman faaliyetlerine katılmada erkeklere göre daha fazla engelle karşılaştıkları ve bu engellerin ailelerin destek vermemesi, toplumsal baskı, kadınlara özgür bir şekilde fırsat verilmemesi gibi nedenler yer almaktadır (Harrington ve Dawson, 1995: 4-24; Henderson, 1995: 9-13; Hudson, 2000: 363-368; Raymore, 1994,99). Bireylerin rekreasyonel etkinliklere katılımlarını sınırlayan sosyal etkinin önemli bir parçası olan cinsiyet , serbest zaman faaliyetlerine katılımda da önemli bir role sahiptir (Culp, 1998: 356-379; Moccia, 2000: 367-376; Alexandris ve ark., 1997: 107-125).

Bu bulgulara dayanarak; öncelikle kadınların zaman eksikliğine etki eden unsurları araştırmak ve neden olan unsurlar üzerinde iyileştirmeler yapmak. İş yükü ve sorumluluklarını en aza indirgeyip rekreatif etkinliklere katılımlarını sağlayıcı çalışmalar yapılmalıdır. Üniversitenin serbest zaman faaliyetleri ile ilgilenen birimlerin ve diğer kurumların işbirliği içine girerek kadınların serbest zamanlarını daha etkin ve aktif değerlendirmelerini sağlayıcı stratejiler geliştirmek ve kadınları faaliyetlere teşvik edici yollar olarak bu çalışmalar ve düzenlemeleri hayata geçirilmesi önerilmektedir.

Mevcut Statü;

Katılımcıların mevcut statü değişkenine göre t-testi sonucu; SZEÖ'nin zaman alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunduğu ve bu farklılığın çalışan katılımcılardan kaynaklandığını göstermektedir. Çalışan bireylerin çalışma zamanlarından arda kalan zamanın öğrencilere göre daha kısıtlı olduğu bilinmektedir. Çalışan katılımcıların zamanının kısıtlı olmasından dolayı serbest zaman etkinliklerine katılmaya zamanları kalmadığından çalışan katılımcılar için zaman yetersizliği serbest zaman faaliyetlerine katılıma engel teşkil etmektedir. Tural tarafından çalışan bireyler üzerine yapılan araştırmada serbest zaman etkinliklerine katılımda zaman boyutunun önemli bir katılım engeli olarak algılandığı görülmektedir (Tural, 2004). Tunçkon ve Cumralıgil'in çalışan katılımcılar üzerine yapmış olduğu çalışma sonuçlarının bu çalışma ile paralellik gösterdiği belirlenmiştir (Tunçkon ve Cumralıgil, 2005: 45-51).

Çalışan katılımcıların serbest zaman faaliyetlerine katılımlarını sağlamak için faaliyetleri düzenleyen kurum ve kuruluşların ilgili birimleri düzenleyecekleri faaliyetlerin plan ve programlarını çalışan bireyleri de göz önünde bulundurmalı veya çalışma dışı zamanlarını analiz edip faaliyetler programlamak ve katılımı artıracak çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Serbest zaman etkinlik katılım süresi;

Katılımcıların serbest zaman etkinlik katılım süresi değişkenine göre ANOVA testi sonucu; SZEÖ'nin ilgi eksikliği alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunduğu ve bu farklılığın katılımcıların önemli bir kısmının 31-60 dakika ile 61 dakika ve daha fazla rekreatif faaliyetlere süre ayıran gruplar arasında kaynaklandığını göstermektedir. Elde edilen sonuç dikkate alındığında bireylerin serbest zamana karşı duydukları ilgi seviyesinin katılım süresi ile yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Diğer bir ifade ile bireylerin serbest zaman olgusuna yönelik ilgi seviyelerindeki azalmanın katılım sürelerini olumsuz etkilediği görülmektedir.

Bu bulgulara dayanarak; katılımcıların ilgi seviyesinin yüksek seviyeler de tutmak için kurum, kuruluş ve sorumluların bireylerin ilgi odaklarını anlamalarına yönelik çalışmalar yapmalı ve katılımcıların kişisel özelliklerine, ilgi alanlarına ve zaman dilimlerine göre faaliyetler düzenleyerek katılımlarını sağlanmaları gerekmektedir.

Serbest zaman ilgilenimi ölçeğinden elde edilen bulgulara ilişkin değerlendirmeler:

Cinsiyet;

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre t-testi sonucu; SZİÖ'nin önem verme alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunduğu ve bu farklılığın kadın katılımcılardan kaynaklandığını göstermektedir. Benzer çalışmalar incelendiğinde cinsiyet değişkeninin serbest zaman faaliyetlerinde ilgilenimi etkileyen değişkenlerden biri olduğu söylenebilir. Bu çalışmada da erkeklerin ortalamalarının kadın katılımcılardan SZİÖ'nin

alt boyutlarının tümünde daha yüksek olması cinsiyet değişkeninin serbest zaman ilgileniminde önemli bir ayırt edici özellik gösterdiği söylenebilir (Wiley ve diğerleri, 2000: 19-31; Hardin ve Greer, 2009: 207-226; Moccia, 2000: 367-376).

Kadın katılımcıların zaman yetersizliğinden rekreatif faaliyetlere katılmamaları bireylerin faaliyetlere önem verme düzeylerini de etkilediği vurgulanabilir. Bireylerin katıldığı faaliyetlerin onlara fizyolojik ve psikolojik açıdan sağladığı faydalar seminer, konferans ve eğitim aracılığıyla öğretilir ve bilinçlendirilirse bireylerin faaliyetlere katılım oranların artış ve faaliyetlere önem verme düzeylerinde artış olacağı düşünülmektedir.

Düzenli olarak serbest zaman etkinliklerine katılım;

Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılım değişkenine göre t-testi sonucu; SZİÖ'nin çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme ve kendini ifade alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunduğunu ve bu farklılıkların serbest zaman etkinliklerine düzenli katılım göstermeyen katılımcıların katılım gösterenlerden daha yüksek ortalamaya sahip olduklarından kaynaklandığını göstermektedir. Katılımcıların ortalamalarının düşük olması bireylerin serbest zaman faaliyetleri ile ilgilenim düzeylerinin düşük olduğunun göstergesidir.

Bu bulgulara dayanarak üniversitenin sağladığı olanakların ve tesislerin yeterli sayıda olmasına rağmen bireylerin serbest zaman faaliyetlerine ilgilenim düzeylerinin düşük olması bireylerin kişisel gelişim boyutunda da eksiklikler yaşandığı sonucuna varmak mümkündür. Üniversitenin bireylere kişisel gelişimlerini, kendilerini ifade etme, önem verme, özdeşleşme ve sosyal ilişkiler kurabilme yetilerini geliştirmelerine öncülük etmeli ve eğitim, seminer, gelişim programları gibi faaliyetler düzenlemelidir. Bir sonraki aşama da bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılım ilgilenim düzeylerini artırabilmek için yeni stratejiler geliştirip bireylerin ilgisini çekecek, kendini daha rahat ifade edecek faaliyetlerle desteklenmeye çalışılması önerilmektedir.

Serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığı;

Haftalık kullanım sıklığı değişkenine bağlı olarak SZİÖ alt boyutlarından “çekicilik” ve “önem verme” puanlarında farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve tüm alt boyutlar için bireylerin katılım sıklığı arttıkça kişilerin ilgilenim ölçeği alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlarda da artış görüldüğü belirlenmiştir. Bu çalışmaya paralel olarak ilgilenim düzeyinin yükselmesiyle bireylerin bu etkinliklere katılım sıklığının da arttığını gösteren ve destekleyen çalışmalar vardır (Wiley ve diğerleri,2000: 19-31; Yetim, 2014).

Katılımcıların zaman sıkıntısı yaşamasından dolayı faaliyetlere katılım oranları da düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışanların mesai saatlerinin uzun olması, zaman ile ilgili sıkıntılar yaşadığına ve faaliyetlere katılım gösterememelerine neden olduğunu söylemek mümkündür. Öğrencilerin çalışanlardan daha fazla boş zamana sahip olduğundan dersten arta kalan zamanlarını faaliyetlere ayırabildiklerinden çalışanlara oranla daha fazla katılım sağladıklarına ulaşılmıştır.

Üniversite birimlerinin çalışan bireyler üzerine daha fazla yoğunlaşarak onların daha uygun saat dilimlerini belirleyip faaliyetlere katılım sağlamalarına olanaklar sunması gerekmektedir. Faaliyetlerin haftasonu olması öğrenci ve çalışanların katılımını artıracığı düşünülmektedir. İlgili birimler faaliyet ve programlarını haftasonu düzenlemesi katılım sayısını ve sıklığını artıracığı öngörülmektedir.

Serbest zaman etkinliklerine katılım süresi;

Serbest zaman katılım süresi değişkenine bağlı olarak SZİÖ alt boyutlarından “önem verme”, “özdeşleşme” ve “kedini ifade” puanlarında farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Tüm alt boyutlar için bireylerin katılım süresi arttıkça katılımcıların ilgilenim ölçeği alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlarda da artış görülmektedir. Haftalık kullanım sıklığı değişkeninde kullanım sıklığının artmasıyla ilgilenim düzeyinin artmasına benzer şekilde, serbest zaman etkinlikleri için harcanan katılım süresi de artıkça bireylerin ilgilenim düzeyleri de artmaktadır. Diğer bir deyişle,

bireylerin etkinlik için günlük harcadıkları süresinin artmasıyla paralel olarak ilgilenim düzeyleri de artmaktadır. Nitekim ilgilenim alanındaki çalışmalar bu değerlendirmeyi doğrular niteliktedir (Brey ve Lehto, 2007: 160-180).

Gerçekleştirilen etkinliklerden Memnuniyet ve Tekrar katılım derecesi;

Katılımcıların cinsiyet ve mevcut statü değişkenine göre ki kare test sonuçları; gerçekleştirilen etkinliklerden memnuniyet derecesi ve tekrar katılım derecesine bakıldığında hem kadın hemde erkek katılımcıların önemli bir kısmının etkinliklerden memnun oldukları ve katılımcıların benzer etkinliklere tekrardan katılım göstereceklerine ulaşılmıştır.

Değişkenler arası ilişkiler;

Korelasyon analizi sonucu incelendiğinde, SZİÖ'nin önem verme ve kendini ifade etme alt boyutları ile SZEÖ'nin arkadaş eksikliği alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif anlamlı ilişki olduğuna ulaşılmıştır. SZİÖ'nin çekicilik alt boyutu ile SZEÖ'nin ilgi eksikliği alt boyutu arasında düşük düzeyde negatif anlamlı ilişki olduğuna ulaşılmıştır. Bu bulgulara dayanarak katılımcıların faaliyetlere önem verme ve kendini ifade etme düzeyleri yükseldikçe zamanlarının faaliyetlere katılımlı geçirdikleri için arkadaş eksikliği hissetmedikleri ifade etmek mümkündür. Aynı zaman da bir faaliyetin katılımcılar için çekici olması ilgi eksikliğini de ortadan kaldırdığını söylemek mümkündür.

Bu sonuçlar doğrultusunda;

- Bireylerin ve toplumların sosyal yaşantılarında rekreatif faaliyetlerin organizasyonlarının önemli bir yere sahip olduğundan üniversitelerin daha fonksiyonel olması gerektiği söylenebilir.
- Bireylerin yetişkinlik dönemlerini şekillendirmede büyük önem taşıyan üniversite eğitimi mesleki bilgilerin edinildiği bir dönem olmanın yanında onların serbest zaman yaşam tarzlarının da belirginleşmeye başladığı bir

dönemdir. Bu dönemde üniversitenin ilgili birimlerinin yanı sıra serbest zaman faaliyetleriyle ilgilenen diğer kurum ve kuruluşların bireylerin ilgi alanlarını ve ihtiyaçlarını doğru analiz edici çalışmalar yapması önerilmektedir.

- Üniversitenin SKS Dairesi Başkanlığının, öğrenci ve çalışanların ilgi alanlarına göre boş zamanlarını değerlendirmeleri için kültürel ve sanatsal faaliyetlere katılmalarını teşvik etmek amacıyla öğrenci topluluklarıyla işbirliği içinde faaliyetler organize etmek ve toplulukların faaliyetleri katılımı artırmak amacıyla desteklenmelidir.
- Bireylerin faaliyetlere katılımında engel teşkil eden faktörlerin altında yatan unsurların neler olduğu konusunda araştırma ve çalışmalar yapılmalıdır. Bu engellerin ortadan kaldırmaya yönelik stratejiler geliştirmek önerilmektedir.
- Üniversitenin tesislerinin ve fiziksel ortamlarının serbest zaman faaliyetlerine katılım için yeterli olmasına rağmen faaliyetlere katılımın neden az olduğuna dair çalışmalar yapılmalıdır.
- Üniversitenin ilgili birimlerinin hâlihazırda kullandıkları çalışma programlarını ve faaliyetlerini tekrardan gözden geçirerek bireylerin talepleri ve ihtiyaçları doğrultusunda geliştirmeleri gerekmektedir.
- Üniversite toplumsal sorumluluk olarak serbest zaman faaliyetlerinin artırılması konusunda öncülük etmeli ve bireylerin katılımlarına engel teşkil eden sorunları ortadan kaldırılması sağlanmalıdır.

KAYNAKLAR

- Addington Je. (1993). % 100 Düşünce Gücü. (Çev: Çetinkaya B.), Akaşa Yayınları, İstanbul Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Alexandris, K., Carroll, B.(1997). Demographic Differences In The Perception Of Constraints On Recreational Sport Participation: Results From A Study In Greece. Leisure Studies, 16: 107-125.
- Ardahan, F. (2013). Komşuluk, Farklılığa Hoşgörü ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki, İlişkinin Güçlendirilmesinde Rekreatif Etkinliklerin Önemi, International Journal Of Human Sciences, Volume:10 Issue:1,1078-1090.
- Argan, M. (2007). Eğlence Pazarlaması. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Arslan, S.(2013). Serbest Zaman-Rekreasyon ve Serbest Zaman Eğitimi. (1.Baskı).
- Atılğan, G. (2000). Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden Ve Etmeyen İlköğretim I. Kademe I. Devre Çocuklarının Sosyal Beceri Özelliklerinin Karşılaştırılması.
- Aydın A. ve Yaşartürk F. (2016) Rekreatif Etkinliklere Yönelik Fitnes Katılımcılarının İlgilenim Düzeyleri: Demografik Özelliklere Göre Durumu, International Journal of Science Culture and Sport 4, (Special issue 3), 704-711.
- AydoğAn, İ. ve Gündoğdu, F.B. (2006). Kadın Öğretim Elemanlarının Boş Zamanlarını Değerlendirme Etkinlikleri, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21,217-232.

- Balcı, V. (2003), “Ankara’daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması”, Milli Eğitim Dergisi, 158.
- Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (2002). Stres Ve Başa Çıkma Yolları. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Baltaş, A. ve Baltaş,Z., (1987). Başarılı Ve Sağlıklı Olabilmek İçin Stresle Başa Çıkma Yolları. (Beşİnci Baskı). İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Brey, E. T., Lehto, X. Y. (2007). The Relationship Between Daily And Vacation Activities. Annals of Tourism Research, 3, 160–180.
- Brotherten, B. (1991). Konaklama, Turizm Ve Eğlence Tanımları: Görüş, Açılırları, Problemler ve Çıkan Sonuçlar. Turizm’de Seçme Makaleler, 11, 43.
- Chick G, Dong E (2003), Possibility of Refining The Hierarchical Model of Leisure Constraints Through Cross-Cultural Research. In Proceedings of The 2003 Northeastern Recreation Research Symposium. Newtown Square, Pa: Us Department of Agriculture, Forest Service, Northeastern Research Station, 338-344.
- Çil, Ü. A. (2011), Kur'an'da Zaman Kavramı. Kelam Araştırmaları,9(1):335-364.
- Crawford, D.W., Jackson, E.L. & Godbey, G. (1991). A Hierarchical Model of Leisure Constraints. Leisure Sciences, 13 (4), 309-320.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). Flow: The Psychology of Optimal Experience. New York: Harpercollins.
- Cüceloğlu, D. (1996). İçimizdeki Biz. Birinci Baskı, Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- Culp, R.H. (1998), “Adolescent Girls And Outdoor Recreation: A Case Study Examining Constraints And Effective Programming”, Journal of Leisure Research, 30(3), 356-379.

- Demirel, E. T. ve Ramazanoğlu, F. (2005). Yöneticiler Açısından etkin Zaman Yönetimi tekniklerinin Değerlendirilmesi. Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları Dergisi, 4(1), 29-31
- Deniz, M. E. (2003), Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. S.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 9, 501-522.
- Dhurup, M. (2012), Perceived Constraints To Leisure-Time Activity Among The Elderly. South African Journal For Research In Sport, Physical Education & Recreation (Sajr Sper), 34(1), 57.
- Dinçer Ömer, Fidan N., (1997), İşletme Yönetimine Giriş, Beta Basımevi.
- Doğan, İ., (2007), Sosyoloji Kavramlar ve Soeunlar, (7. Baskı), Pegem A Yayıncılık, Ankara.
- Edginton, C.R., Jordan, D.J., Degraaf, D.G. & Edginton, S.R. (1995), Leisure And Life Satisfaction: Foundational Perspectives. Dubuque, Ia: Brown And Benchmark.
- Elias, N. (2000), Zaman Üzerine, (Çev: V. Atayaman), İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Emir E. (2012), Rekreatif Etkinliklere Katılımın Önündeki Engellerin Belirlenmesi: Üniversite Öğrencileri Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Eren, E. (1993), Yönetim ve Organizasyon. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayını.
- Ergin, G. (1974) "Boş Zamanları Değerlendirme Eğitimi ve Planlaması" , Çalışma ve Çalışma Dışı Zamanın Planlanması Semineri, Ankara: Odtü.

- Eskiler E. ve Karakaş G. (2017) Sakarya Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman İlgilenimleri ile Davranışsal Niyetleri Arasındaki İlişkilerinin İncelenmesi, İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, Cilt 7, Sayı 3, 10-12.
- Forsty, G, J. (2006). Discerning The Symbiotic Relationship Between Sport, Leisure, And Recreation: A Note on The Sportization of Pastimes. Sociological Spectrum, 25 (2), 127–131.
- Godbey G, Crawford Dw, Shen Xs (2010), Assessing Hierarchical Leisure Constraints Theory After Two Decades. Journal Of Leisure Research, 42: 111.
- Gökmen, H. (1985) Yüksek Öğrenim Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinlikleri ve Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri, Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Gökmen, H., Açıklan, A., Koyuncu, N., Saydar, Z., (1996), Yükseköğrenim Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinlikleri Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri, Ankara, Meb. Basımevi.
- Güngörmüş, H.A., Yetim, A.A., Çalık, C. (2006), Ankara'daki Beden Eğitimi ve Spor Öğrenimi Veren Yüksek Öğretim Kurumlarında Görev Yapan Öğretim Elemanlarının Boş Zamanlarını Değerlendirme Biçimlerinin Araştırılması. Kastamonu Eğitim Dergisi. 14(2), 665-678.
- Gürbüz, B. ve Karaküçük, S. (2008), “Boş Zaman Engelleri Ölçeği-28: Ölçek Geliştirme, Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması”. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7(1), 3-10.
- Hacıoğlu, N., (1986), Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi, Teksir, Balıkesir.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A. Ve Dinç, Y. (2003), Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi Örnek Animasyon Uygulamaları, Ankara: Detay Yayıncılık.

- Hamamcı, Z. ve Duy, B. (2005), Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Dayalı Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Fonksiyonel Olmayan Tutumları Üzerindeki Etkisi, Eğitim Bilimleri ve Uygulama, 4(7), 320.
- Hardin, M., Greer, J. D. (2009) The Influence Of Gender-Role Socialization, Media Use And Sports Participation On Perceptions Of Gender-Appropriate Sports. Journal Of Sport Behaviour, 32(2), 207-226.
- Harrington, M. And Dawson, D. (1995). Who Has It Best? Women's Labour Force Participation, Perceptions Of Leisure And Constraints To Enjoyment Of Leisure. Journal Of Leisure Research, 27(1): 4-24.
- Hawkins Ba, Peng J, Hsieh Cm, Eklund Sj (1999), Leisure Constraints: A Replication And Extension Of Construct Development. Leisure Sciences, 21: 179-192.
- Hazar, A. (2003), Rekreasyon ve Animasyon, Genişletilmiş 2.Baskı, Ankara: Detay Yayıncılık.
- Hazar, A. (2003), Rekreasyon ve Animasyon: Rekreasyon Ve Animasyon Teorisi, Animasyon Hizmetlerinin Yönetimi, Geleneksel Kültür Canlandırması, Uygulamalı Animasyon Etkinlikleri. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Hazar, Atila (2003), Rekreasyon ve Animasyon, 2. Baskı, Detay Yayınları, Ankara.
- Henderson, K.A. & Bialeschki, M.D. (1993), Exploring An Expanded Model Of Women's Leisure Constraints, Journal Of Applied Recreation Research, 18 (4), 229-252.
- Henderson, K.A. (1995), Women's Leisure: More Truththan Facts, World Leisure And Recreation, 37(1): 9-13.
- Howe Ne. The Origin Of Humor, Medical Hypotheses 2002; 59(3): 252-254.

- Hubbard, J. & Mannell, R.C. (2001), Testing Competing Models Of The Leisure Constraint Negotiation Process In A Corporate Employee Recreation Setting, *Leisure Sciences*, 23 (3), 145-163.
- Hudson, S. (2000), The Segmentation Of Potential Tourists: Constraint Differences Between Men And Women. *Journal Of Travel Research*, 38(4): 363-368.
- Hye Cm (2006), Gender, Leisure And Time Constraint: Employed Men And Women's Experience, *Development Of Society*, 35: 83-105.
- İğdeler, S. (2001), Yöneticiler ve Zaman Tuzakları. *Türk İdare Dergisi*, 432.
- İlhan, A., Balcı, V. (2006). Türkiye' deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi, *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 11-18.
- Jackson, E.L (1991). Special Issue Introduction: Leisure Constraints/Constrained Leisure. *Journal Of Leisure Research*, 23 (4), 279-285.
- Jackson, E.L. & Rucks, V.C. (1995), Negotiation Of Leisure Constraints By Junior-High And High-School Students: An Exploratory Study. *Journal Of Leisure Research*, 27 (1), 85-105.
- Jackson, E.L. (1997), In The Eye Of The Beholder: A Comment On Samdahl And Jekuvobich (1997), "A Critique Of Leisure Constraints: Comparative Analyses And Understandings". *Journal Of Leisure Research*, 29 (4): 458-468.
- Jackson, E.L. And Henderson, K. (1995), Gender-Based Analysis Of Leisure Constraints. *Leisure Sciences*, 17: 31-51.
- Jackson, E.L., Crawford, D.W. & Godbey, G. (1993), Negotiation Of Leisure Constraints. *Leisure Sciences*, 15 (1), 1-11.

- Karaküçük, S. (1997), *Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme*. İkinci Baskı Ankara: Bağırğan Yayınevi.
- Karaküçük, S. (1999), *Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme*. (3.Baskı) Ankara: Ankara: Gazi Kitapevi.
- Karaküçük, S. (2005), *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme*. Beşinci Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S. (2008), *Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme)*, Gazi Kitabevi, Ankara.
- Karaküçük, Suat (1997), *Rekreasyon*, 2. Baskı, Seran Ofset, (G.M.K. Bulvarı, Ali Suavi Sokak, No:36, Maltepe-Ankara), Ankara.
- Khan S (2011), *Gendered Leisure, Are Women More Constrained In Travel For Future, Tourismos: An International Multidisciplinary Journal Of Tourism*, 6: 105-121.
- Kılbaş İ. (2004), *Rekreasyon Boş Değerlendirme*. 3. Baskı. Ankara: Nobel Yayın. Bölüm 1.
- Kılbaş, Ş.,(2001), *Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme*, Adana, Anaca Yayınları.
- Liang C, Wang W (2008), *Do Loyal And More Involved Customers Reciprocate Retailer's Relationship Efforts? Journal Of Services Research*, 8(1): 72-73.
- Little, D.E. (2000), *Negotiating Adventure Recreation: How Women Can Access Satisfying Adventure Experiences Throughout Their Lives. Loisir Et Societe*, 23 (1), 171-195.
- Mackenzie, R. Alec (1985), *Zaman Tuzağı – Zamanı Nasıl Denetlersiniz*. Çev., Yakut Güner. İstanbul: İlgı Yayıncılık.

- Mannell C, Kleiber Da, Staempfli M (2006), A Handbook Of Leisure Studies, Part 2, Chapter 7, "Psychology And Social Psychology And The Study Of Leisure", Edited By, Rojek C, Susan Ms And Veal Aj. Palgrave Macmillan Press, London.
- Misra, R. And Mckean, M. (2000), College Students' Academic Stress And Its Relation To Their Anxiety, Time Management And Leisure Satisfaction. American Journal Of Health Studies, 16, 41-52.
- Moccia, Fd. (2000), "Plannig Time: An Emergent European Practice". European Plannig Studies, 8(3), 367-376.
- Öcal K (2012), Ölçek Geliştirme: Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları, Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi, 23: 50-60.
- Özşaker, M. (2012), Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme, Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 14 (1): 126-131.
- Proje Yaklaşımını Uygulayan ve Uygulamayan Okullara Devam Eden 5-6 Yaş Grubundaki Çocukların Sosyal Gelişim ve Zeka Alanlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Raymore, L. A., Godbey, G. C., And Crawford, D. W. (1994), Self-Esteem, Gender, And Socioeconomic Status: Their Relation To Perceptions Of Constraint On Leisure Among Adolescents. Journal Of Leisure Research, (2), 99.
- Samdahl, D.M. & Jekubovich, N.J. (1997), A Critique Of Leisure Constraints: Comparative Analyses And Understandings, Journal Of Leisure Research, 29 (4), 430-452.

- Scott, D. (1991), The Problematic Nature Of Participation İn Contract Bridge: A Qualitative Study Of Group-Related Constraints, *Leisure Sciences*, 13 (4), 321-336.
- Sevil, T., Yıldırım, Ş.K., Katırcı, H., Çelik, Ö., Çeliksoy, M.A. (2012), Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi, Eskişehir : T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınevi. Ünite 1.
- Shaw, S. (1994), Gender, Leisure And Constraints: Towards A Framework For The Analysis Of Women's Leisure, *Journal Of Leisure Research*. 26, 1.8-22.
- Sindik, J., Puljic, V. (2010), Attitudes Towards Leisure Time Motivation at Players in Sokaz Table Tennis Recreational Leagues. *Acta Kinesiologica*, 4(1), 49–53.
- Şen & Sarıkaya, (2015), Serbest Zaman Etkinlikleri Dersinde Seçilen Etkinliklerin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi. *Bayburt Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4, 1307-1076.
- Terzioğlu, E. Ç. (2005), Serbest Zaman, Serbest Zaman Etkinlikleri ve Eğitimdeki Yeri, *Ekev Akademi Dergisi Yıl 17(54)*, 295-305.
- Tezcan, M. (1994), Sosyolojik Açından Boş Zaman Değerlendirmesi, Ankara Üniv. Eğitim. Bil. Yay. No=16, Ankara.
- Tunçkol, H.M. ve Çumralıgil, B.(2005). Selçuk Üniversitesindeki Akademik Personelin Rekreasyon Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(4), 45-51.
- Tutal, Y. (2004), Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Biçimleri (Isparta Örneği), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Wiley, C.G.E., Shaw S.M. And Havitz M.E. (2000). Men's And Women's İnvolvement

İn Sports: An Examination of The Gendered Aspects of Leisure İnvolvement.
Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal, 22(1), 19-31.

Yetim G. (2014), Boş Zaman İlgileniminin Boş Zaman Tatmini ve Sadakati Üzerine Etkisi: Eskişehir'deki Fitness Merkezleri Üzerine Araştırma, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Yetim, A. (2005). Sosyoloji ve Spor. İstanbul: Yaylacık Matbaası.

Zaichkowsky JI (1985). Masuring The İnvolvement Construct. Journal Of Consumer Research, 12(3): 341–352.

EKLER

Ek 1:

Evrak Tarih ve Sayısı: 07/06/2018-E.23381



T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurulu

Sayı :61923333/050.99/
Konu :84/07 MELİHA SEVİNÇ

Sayın Meliha SEVİNÇ

İlgi : Meliha SEVİNÇ 25/04/2018 tarihli ve 0 sayılı yazı

Üniversitemiz Etik Kurulu Başkanlığının **06.06.2018** tarihli ve **84** sayılı toplantısında alınan "7" nolu karar örneği ekte sunulmuştur.
Bilgilerinizi arz ederim.

Prof.Dr. Haluk SELVİ
Etik Kurulu Başkanı

7. Meliha SEVİNÇ'in "Psikolojik Süreç Modeli Bağlamında Serbest Zaman Engellerinin Değerlendirilmesi" başlıklı çalışması görüşmeye açıldı.

Yapılan görüşmeler sonunda; Meliha SEVİNÇ'in "Psikolojik Süreç Modeli Bağlamında Serbest Zaman Engellerinin Değerlendirilmesi" başlıklı çalışmasının başlıklı çalışmasının Etik açıdan uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

Etik Kurulu Esentepe Kampüsü 54187 Serdivan SAKARYA / KEP Adresi:
sakaryauniversitesi@hs01.kep.tr
Tel:0264 295 50 00 Faks:0264 295 50 31
E-Posta :ozelkalem@sakarya.edu.tr Elektronik Ağ :www.sakarya.edu.tr



Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

ÖZGEÇMİŞ

Meliha SEVİÇ, 26/05/1992'de İzmit'de doğdu. İlk, orta ve lise eğitimini Sakarya'da tamamladı. 2010 yılında Atatürk Lisesi'nden mezun oldu. 2010 yılında başladığı Sakarya Üniversitesi Rekreasyon Bölümünü okurken aynı zamanda Spor Yöneticiliği bölümünün de çift anadal (ÇAP) yaptı. 2014 yılında lisansı bitirdi. 2015 yılında Sakarya Üniversitesi Benden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nde yüksek lisans eğitimine başladı. 2011 yılından itibaren Sakarya Üniversitesi'nde kamu personeli olarak çalışmaya başladı. Halen Sakarya Üniversitesi'nde kamu personeli olarak görev yapmaktadır.