

T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
REKREASYON ANABİLİM DALI
REKREASYON PROGRAMI

**GENÇLERİN SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YÖNELİK
TUTUMLARI İLE DOYUM VE MUTLULUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİ: MANİSA GENÇLİK MERKEZLERİ ÖRNEĞİ**



HALİT DURMAZ

Danışman
Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ

Manisa 2020

T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
REKREASYON ANABİLİM DALI
REKREASYON PROGRAMI

GENÇLERİN SERBSEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE
YÖNELİK TUTUMLARI İLE DOYUM VE MUTLULUK
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ: MANİSA GENÇLİK
MERKEZLERİ ÖRNEĞİ

HALİT DURMAZ

Danışman
Doç. Dr. HAMDİ ALPER GÜNGÖRMÜŞ

MANİSA-2020

TEZ SAVUNMA SINAV TUTANAĞI

	T.C. MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ	Doküman Kodu	FRYL-031
	YÜKSEK LİSANS EĞİTİMİ FORMLARI Tez Savunma Sınavı Tutanağı	Yayınlanma Tarihi	26/03/2018
		Revizyon No/Tarih	2/23/03/2018
		Sayfa	1/1

TEZ SAVUNMA SINAV TUTANAĞI

Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü 21.01.2020 tarih ve 3/8 sayılı toplantısında oluşturulan jürimiz tarafından Manisa Celal Bayar Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği'nin 9. Maddesi gereğince Enstitümüz Rekreasyon Anabilim Dalı Rekreasyon Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Halit DURMAZ'ın "**Gençlerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları ile Doyum ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki: Manisa Gençlik Merkezleri Örneği**" konulu tezi incelenmiş ve aday 30.01.2020 tarihinde saat 13:00'da jüri önünde tez savunmasına alınmıştır. Adayın kişisel çalışmaya dayanan tezini savunmasından sonra **45** dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından jüri üyelerine sorulan sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek tezin,

BAŞARILI olduğuna OY BİRLİĞİ
DÜZELTME yapılmasına * OY ÇOKLUĞU
RED edilmesine ** ile karar verilmiştir.

ÜYE
DOC.DR. HAMDİ ALBER GÜRGÖBÜRÜŞ

BAŞKAN
DOC.DR. RECEP CENGİZ

ÜYE
DOC.DR. UTKU İŞİK

Evet **Hayır**

Tez, burs, ödül veya Teşvik programına (Tüba, Fullbright vb.) aday olabilir.

Tez, mutlaka basılmalıdır.

Tez, mevcut haliyle basılmalıdır.

Tez, gözden geçirildikten sonra basılmalıdır.

Tez, basımı gereksizdir.

* Bu halde adaya 3 ay süre verilir. İkinci tez savunma sınavında da başarısız olan öğrencinin Enstitü ile ilişkisi kesilir.

** Bu halde adayın Enstitü ile ilişkisi kesilir.

Hazırlayan
Enstitü Sekreteri

Onaylayan
Enstitü Müdürü

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Gençlerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları İle Doyum ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki: Manisa Gençlik Merkezleri Örneği” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin bibliyografyada gösterilen eserlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

03/02/2020

Halit DURMAZ



ÖZET

Manisa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne bağlı olarak faaliyetlerini sürdüren gençlik merkezlerinden hizmet alan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutum, doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve çeşitli demografik değişkenlere göre karşılaştırılması araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Araştırma evrenini, Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesindeki gençlik merkezleri katılımcıları, örneklem grubunu ise MGSİM bağlı olan gençlik merkezlerindeki katılımcı bireyler içerisinde uygun örneklem modeli ile 441 kişi oluşturmuştur. Araştırma gurubuna kişisel bilgi formu, Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ), Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K) ve Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ) uygulanmıştır. Ölçeklerin faktör yapısını test etmek için Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. Bağımlı değişkenlerde bağımsız değişkenler açısından anlamlı farklılıkları test etmek amacıyla Independent Samples T Testi, ANOVA ve MANOVA testine bakılmış; ANOVA ve MANOVA analiz tablolarında anlamlı farklılıkların kaynağını tespit etmek için ise Post-Hoc Tukey Testi kullanılmıştır. Ölçme araçları parametrik koşulları sağlamadığında ise non-parametrik karşılaştırmaları yapılmıştır. Elde edilen bulgular literatür eşliğinde tartışılarak yorumlanmıştır. ANOVA analizi sonuçlarına bakıldığında, katılımcıların OMÖ-K'na ilişkin ortalama puanları arasında "eğitim durumu" değişkenine göre anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Sonuçlar incelendiğinde, "ilköğretim"e devam eden katılımcıların toplam ortalama puanları ile "üniversite" ve "lise" eğitime devam eden katılımcıların ortalama puanları arasında "eğitim durumu" değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu ve "ilköğretim"e devam eden katılımcıların OMÖ-K'na ilişkin ortalama puanları "üniversite" ve "lise" eğitime devam eden katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada, mutluluğun bir belirleyicisi ve serbest zaman tutumunu, doğrudan ve dolaylı bir şekilde serbest zaman doyumunu yordayıcıları olarak önceliklendirilmesinin ve gerekçelendirilmesinin önemini göstermektedir. Sonuç olarak gençlik merkezlerinde yapılan etkinliklere katılımın serbest zaman tutum ve doyumunu artırdığı, bununla birlikte katılımcıların mutluluk düzeylerini yükselttiği tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Serbest zaman tutumu, Mutluluk, Serbest zaman doyumunu, Gençlik merkezleri.

ABSTRACT

The purpose of our research is to determine the relationship between the attitudes, satisfaction and happiness levels of individuals receiving services from youth centers operating under the Manisa Youth and Sports Provincial Directorate for leisure activities and comparing them according to various demographic variables. The research universe consists of individuals who receive service from youth centers within the Manisa Youth and Sports Provincial Directorate of the Ministry of Youth and Sports in 2019. And also the sample group was formed by 441 people by choosing the appropriate sample model among the youth. Personal information form, Leisure Attitude Scale (LAS), Oxford Happiness Scale Short Form (OHSSF) and Free Time Satisfaction Scale (FTSS) were applied to the research group. Confirmatory Factor Analysis (CFA) was used to test the factor structure of the scales. Independent samples T Test, ANOVA and MANOVA tests were examined in order to test significant differences in dependent variables in terms of independent variables. Post-Hoc Turkey was used to determine the source of significant differences in ANOVA and MANOVA analysis tables, Non-parametric equivalents were made when assesment instruments did not provide parametric conditions. The findings are commeted and discussed according to the literature. When the ANOVA analysis results are analyzed, it is determined that there is a significant difference in the average scores of the participants according to the "education status" variable. When the results are analyzed, it is observed that there is a significant difference between the total average scores of the participants attending "primary education" and the average scores of the participants who attend "university" and "high school" education according to the "educational status" variable and determined that the participants who attend "primary education" have higher average scores on OHSSF than those attending "university" and "high school" education. Research shows the importance of prioritizing and justifying the free time attitude, which is a determinant of happiness, as direct and indirect predictors of free time satisfaction. In this respect, it was determined that the participation of the young people, who constitute the sample group of our study, to the activities held in the youth centers within the Ministry of Youth and Sports, increased their free time attitude and satisfaction, at the same time their level of happiness increased.

Key words: Leisure attitude, Happiness, Leisure Satisfaction, Youth Centers

TEŞEKKÜR

Çalışmamın her aşamasında bana destek olan, bilgi ve deneyimleri ile yol gösteren hocam Sayın, Doç. Dr. Recep CENGİZ'e, bilgi ve tecrübesi ile lisansüstü öğrenim hayatımın tüm zorlu aşamalarında maddi manevi her yönden yardımcı olan, tecrübeleri ile beni aydınlatan ve desteğini hiç eksik etmeyen, kendisini tanımaktan büyük onur duyduğum sevgili danışman hocam Sayın Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ'e çalışmalarım sırasında manevi desteğini her zaman hissettiğim değerli eşim Tuba GÜNER DURMAZ'a, öğrenim hayatım boyunca beni maddi ve manevi olarak destekleyen ve hep yanımda olan aileme yürekten teşekkür ederim.

Halit DURMAZ

MANİSA, 2020

İÇİNDEKİLER LİSTESİ

TEZ SAVUNMA SINAV TUTANAĞI	ii
YÖK VERİ GİRİŞ FORMU	iii
YEMİN METNİ	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
TEŞEKKÜR	vii
İÇİNDEKİLER LİSTESİ.....	viii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xi
TABLolar LİSTESİ.....	xii
ŞEKİLLER VE GRAFİKLER LİSTESİ.....	xiii
EKLER LİSTESİ.....	xiv
BİRİNCİ BÖLÜM	1
1. GİRİŞ	1
PROBLEM	1
AMAÇ.....	2
ÖNEM.....	2
SAYILTIAR.....	3
SINIRLILIKLAR	4
İKİNCİ BÖLÜM	4
2. GENEL BİLGİLER	4
2.1. SERBEST ZAMAN KAVRAMI.....	5
2.2. SERBEST ZAMAN TUTUMU.....	14
2.3. SERBEST ZAMAN DOYUMU.....	16
2.4. MUTLULUK KAVRAMI.....	20
2.5. GENÇLİK KAVRAMI.....	23
2.5.1. Gençlik ve Gençliğin Önemi.....	24

2.5.2. Gençliğin Sınıflandırılması	26
2.5.3. Gençliğin Sorunları	28
2.5.3.1. Fiziksel Değişimler ve Ortaya Çıkardığı Sorunlar	28
2.5.3.2. Sosyal Değişimler ve Ortaya Çıkardığı Sorunlar	29
2.5.3.3. Madde Kullanımı ve Ortaya Çıkardığı Sorunlar	30
2.5.3.4. Kuşak Çatışması	31
2.5.3.5. Serbest Zaman Sorunları	32
2.5.4. Türkiye’de Gençlik Profili	33
2.5.4.1. Türkiye’de Genç Nüfusun Temel Sorunları	34
2.6. GENÇLİK MERKEZLERİ	35
2.6.1. Gençliğe Yönelik Yatırımların Tarihçesi	35
2.6.2. Bir Oluşum Olarak Gençlik Merkezleri	36
2.6.3. Amaç, Kapsam ve Faaliyet Alanları	37
2.6.4. Sosyal Sorumluluk Projeleri	39
2.6.5. Sportif Faaliyetler	40
2.6.6. Kültürel Faaliyetler	40
2.6.7. Sanatsal Faaliyetler	40
2.6.8. Eğitim Faaliyetleri	41
2.6.9. Projeler	41
2.6.10. Yarışmalar	41
2.6.11. Gençlik Merkezi Faaliyetlerinin Önemi	42
2.6.12. Araştırma Kapsamıyla İlgili Araştırmalar	43
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	52
3. MATERYAL VE YÖNTEM	52
3.1. ÖRNEKLEM GRUBU	52
3.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	52
3.2.1. Kişisel Bilgi Formu	52
3.2.2. Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ)	53
3.2.3. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K)	53
3.2.4. Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ)	53
3.3. VERİLERİN TOPLANMASI	54
3.4. VERİLERİN ANALİZİ	54
3.4.1. Doğrulayıcı Faktör Analizine İlişkin Bilgiler	55

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	58
4. BULGULAR	58
4.1. MODERATÖR ETKİ ANALİZLERİNE İLİŞKİN BULGULAR	64
BEŞİNCİ BÖLÜM	66
5. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	66
ALTINCI BÖLÜM.....	73
5. ÖNERİLER	73
YEDİNCİ BÖLÜM.....	74
7. KAYNAKÇA	74
EKLER.....	91

KISALTMALAR LİSTESİ

TUİK	Türkiye İstatistik Kurumu
OMÖ-K	Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu
SZDÖ	Serbest Zaman Doyum Ölçeği
BZTÖ	Boş Zaman Tutum Ölçeği
DFA	Doğrulayıcı Faktör Analizi
AFA	Açıklayıcı Faktör Analizi
GFI	Goodness of Fit Index
AGFI	Adjustment Goodness of Fit Index
CFI	Comparative Fit Index
NFI	Normed Fit Index
IFI	Bollen's Incremental Fit Index
RMSEA	Root Mean Square Error of Approximation
OECD	Organisation for Economic Co-operation and Development
AB	Avrupa Birliği
YKÖ-KF	Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu
KMO	Kaiser Meyer Olkin
GSB	Gençlik ve Spor Bakanlığı
MGSİM	Manisa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Uyum Değerleri ve Uyum Aralıkları	56
Tablo 2. OMÖ-K'na İlişkin DFA Sonuçları	56
Tablo 3. BZTÖ'ne İlişkin DFA Sonuçları	57
Tablo 4. SZDÖ'ne İlişkin DFA Sonuçları	57
Tablo 5. OMÖ-K, BZTÖ ve SZDÖ Puanlarının Dağılımı.....	58
Tablo 6. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları.....	59
Tablo 7. Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Ölçek Puanlarının Dağılımı	60
Tablo 8. Katılımcıların Eğitim Durumu Değişkenine Göre Ölçek Puanlarının Dağılımı	61
Tablo 9. Katılımcıların Fiziksel Aktiviteye Katılım Durumu Değişkenine Göre Ölçek Puanlarının Dağılımı	62
Tablo 10. Katılımcıların Serbest Zamanı Değerlendirmede Güçlük Çekme Durumu Değişkenine Göre Ölçek Puanlarının Dağılımı	63
Tablo 11. Serbest Zaman Tutumunda, Mutluluk Düzeyi Etkileşiminde Serbest Zaman Doyumunun Aracılık Rolü.....	65

ŞEKİLLER VE GRAFİKLER LİSTESİ

Şekil 1. TUIK Nüfusun Yaşa Göre Dağılımlı Nüfus Piramidi..... 34



EKLER LİSTESİ

EK 1: Etik Kurul Onay Formu

EK 2: Konu Belirleme, Değiştirme ve Onama Formu

EK 3: Kişisel Bilgi Formu

EK 4: Serbest Zaman Doyum Ölçeği

EK 5: Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu

EK 6: Boş Zaman Tutum Ölçeği

EK 7: Araştırmada Kullanılan Ölçek İzinleri



BİRİNCİ BÖLÜM

1. GİRİŞ

Serbest zamanın değerlendirilmesi, günümüzde bireyden bireye farklılık göstermekle birlikte, belli yaş gruplarında da değişebilmektedir. Serbest zaman algısı günümüzde önemli bir ayrıntı haline gelmiş olmasının yanı sıra bireyler bu zaman dilimine ne kadar zaman ayırdıkları ile değerlendirilebilmektedir. Serbest zaman doyumunu sağlamakta olan kişilerin toplumda öne çıkması, bireysel yaşantıda mutluluk elde etmeye yardımcı olan serbest zaman doyumunun önemini anlaşılması, genç bireylerde de bu olgunun yerleşmesinin önemini ortaya koymaktadır.

Bireysel olarak her insanın kendine ayırdığı zaman dilimi ve bu zaman diliminde gerçekleştirdiği faaliyetler farklılık göstermektedir. Her birey kendi tecrübelerini edinmek üzere hareket eder ve çeşitli faaliyetlerde bulunur. Bunun sonucunda edinilen tecrübenin olumlu olması mutluluk düzeyinin yükselmesine ve yaşam doyumunu elde edilmesine yardımcı olur. Günümüzde genç bireylerin topluma kazandırılması, erken yaşlarda her alanda farkındalık sahibi olması ve en önemlisi de bireysel yaşamlarında doyuma ulaşması serbest zaman doyumunun sağlanması ile ilişkili bir hale gelmiş durumdadır.

Bu noktada “gençlik merkezleri”, bu doyumun sağlanması amacıyla hareket eden kuruluşlar olarak öne çıkmaktadır. İçerisinde yer alan programlar, sportif faaliyetler, kurslar ve sosyal sorumluluk projeleri ile genç bireylerin ilgi alanları dâhilinde çalışmalarını yürüten bu merkezlerin yaşam doyumuna katkısı, gençlerin serbest zaman etkinliklerine karşı tutumları ve mutluluk elde etmeleri için katkısı oldukça fazladır. Çalışmada, bu bağlamda bir araştırma gerçekleştirilmiş ve gençlerin, serbest zaman tutumu ve doyumunun mutluluk düzeylerini etkilemesinde gençlik merkezlerinin rolü incelenmiştir.

PROBLEM

Manisa Gençlik ve Spor Müdürlüğü'ne bağlı olarak faaliyetini sürdüren Gençlik Merkezlerinden hizmet alan gençlerin serbest zaman tutumu, doyumunu ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

AMAÇ

Manisa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne bağlı olarak faaliyetlerini sürdüren gençlik merkezlerinden hizmet alan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutum, doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve çeşitli demografik değişkenlere göre karşılaştırılması araştırmamızın amacını oluşturmaktadır.

ÖNEM

Bireyler, genel olarak birbirinden farklı amaçlarla serbest zaman etkinliklerine katılım sağlamaktadırlar. Ancak özellikle gençlik döneminde benimsenen serbest zaman tutumu, bireylerin yaşamı boyunca bu tutumu şekillendirmekte ve bu doğrultuda mutluluk ve doyum yahut sıkılma ve tatminsizlik hissi açığa çıkabilmektedir. Bu bakımdan serbest zaman diliminin bireysel ya da grup düzeyinde faaliyetlere ayrılması, bireylerin gençlik dönemlerindeki gelişimleri açısından önem taşımaktadır.

Serbest zaman için ayrılan ya da birey tarafından belirlenen zaman diliminde gerçekleştirilen aktivitelerin, faaliyetlerin, genç bireylerin fiziksel, ruhsal ve psikolojik bakımdan rahatlama sağlayacak türden olması, bu bağlamda özellikle spor faaliyetleri gibi stresi azaltıcı faaliyetlerin tercih edilmesi önemlidir. Bu etkinliklerden doyum sağlayan genç birey, pozitif bir ilişki ile yaşamında mutluluğa ulaşacak ve bu sayede serbest zaman dilimi dışındaki tüm zamanlarını da çok daha verimli bir şekilde geçirecektir. Bireysel gelişime birinci dereceden etki eden serbest zaman faaliyetleri, bireyin toplumsal bir kimlik kazanmasını, sosyalleşmesini ve çevresel faktörleri oluşturmasını sağlamaktadır. Bu bağlamda serbest zaman doyumunu, hem bireysel hem de toplumsal etkiye sahiptir denilebilir.

Genç bireylerin serbest zamanlarını değerlendirmek için tercih ettiği birçok faaliyet ve aktivite mevcuttur. Gençlik merkezleri de genç bireylerin serbest zamanlarını en iyi şekilde değerlendirebilecekleri alanlar olarak öne çıkmaktadır. Gençlik Merkezleri bünyesinde gerçekleştirilen kurslar, sportif faaliyetler ya da fiziksel aktiviteler, genç bireylerin zaman ve serbest zaman yönetimi edinmesi

sağlarken, aynı zamanda onların fiziksel, zihinsel ve bedensel gelişimlerine de büyük ölçüde katkı sağlamaktadır. Ayrıca söz konusu merkezlerde yer alan sosyal sorumluluk projeleri, genç bireylerin farkındalık kazanması ve çevreye duyarlı bireyler olması konusunda etkili sonuçlar alınmasını sağlamaktadır.

Gençlerin tüm yaşamlarını etkileyecek serbest zaman tutumları, bu serbest zamanın sonunda edindikleri doyumun yaşamlarının her alanına yansması, başarılı bireylerin toplumdaki sayısına etki etmesi bakımından çok değerlidir. Toplumun gelişmesi ve kalkınması, geleceğe umutla bakabilmesi için; gençlerin her yönden desteklenmesi hayati önem taşımaktadır. Bu açıdan değerlendirildiğinde gençlerin bu yaşlarda edindikleri serbest zaman tutumunun ve doyumunun etkisi bir kez daha öne çıkmaktadır. Yapılmış olan çalışmanın, gençliğin serbest zaman yönelimlerindeki ilgili merkezlerin etkisi, toplumsal anlamda bir fayda sağlayacak yetişkinler haline gelmesine önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

SAYILTILAR

- Araştırmaya katılan Manisa Gençlik ve Spor Müdürlüğü'ne bağlı olarak faaliyetini sürdüren Gençlik Merkezlerinden hizmet alan gençlerin evreni belirgin özellikleriyle yansıttığı varsayılmaktadır.
- Araştırma kapsamında toplanan tüm veriler gerçeği yansıttığı varsayılmaktadır.
- Araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan “Serbest Zaman Doyum Ölçeği”, “Boş Zaman Tutum Ölçeği” ile “Oxford Mutluluk Ölçeği- Kısa Formu”nun geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının daha önce farklı çalışmalarda yapılmış olup araştırmanın amacına uygun yeterlilikte olduğu varsayılmıştır.
- Araştırmaya katılan Manisa Gençlik ve Spor Müdürlüğü'ne bağlı olarak faaliyetini sürdüren Gençlik Merkezlerinden hizmet alan gençlerin araştırmada kullanılan ölçme araçlarındaki sorulara gönüllü olarak katılım gösterdikleri varsayılmıştır.
- Araştırmaya katılan Manisa Gençlik ve Spor Müdürlüğü'ne bağlı olarak faaliyetini sürdüren Gençlik Merkezlerinden hizmet alan gençlerin kişisel bilgi

formunda yer alan sorulara ilişkin verdikleri bilgileri doğru yansıttıkları varsayılmıştır.

SINIRLILIKLAR

- Araştırma Manisa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne bağlı olarak faaliyet gösteren Gençlik merkezlerinden hizmet alan bireyler ile sınırlıdır.
- Araştırma süreci 2019 yılını kapsamaktadır.
- Araştırma sonuçları, Gençlik Merkezlerinden hizmet alan geçlerden elde edilen veri analizi ve yorumlanması ve literatür taraması sonucunda alan yazınında ulaşabilen bilgiler ile sınırlıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

2. GENEL BİLGİLER

Zaman kavramı, tarih boyunca tanımlanması en zor kavramlardan biri olmuştur. Türk Dil Kurumu sözlüğünde zaman kavramı “*bir işin, bir oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakit*” olarak ifade edilmektedir (Türk Dil Kurumu). Toplum içinde faaliyetlerin ve eylemlerin etkin bir biçimde yürüyebilmesi için bireysel zaman algısından ziyade ortak bir zaman algısına ihtiyaç duyulmaktadır. Zaman, bireylerin toplumsal çerçevede yaşantılarını düzenlemelerini sağlayan en temel kavramlardan biridir.

Zaman kavramı, araştırmacılar tarafından üç türe ayrılmıştır: psikolojik, biyolojik ve fiziksel zaman. Fiziksel zaman ile kastedilen, takvim çerçevesinde belirlenmiş olan zaman türüdür ve geçmişten şimdiye, şimdiden geleceğe uzanan doğrusal bir süreç olarak ifade edilmektedir. Geçmiş, şimdi ve gelecek şeklinde isimlendirilen farklı zaman dilimlerinde bireyler tecrübe ve deneyimlerini anlamlandırmaktadır (Üstün vd., 2016: 11).

Zaman kavramı, modern toplumlarda çeşitli alt kollara ayrılmıştır. Bu alt kollar iş yaşamı ve bireysel zaman dilimlerinin ayrıştırılmasında kullanılmaktadır. Bireylerin

iş yaşamları dışında fiziksel ve zihinsel olarak kendilerine ayırdıkları zaman dilimi ise “serbest zaman” olarak ifade edilmektedir.

Zaman ile ilgili gerçekleştirilen araştırmalar genel olarak “zaman kullanımı” ya da “zaman perspektifi” üzerine yoğunlaşmakta iken esasında zaman içsel bir olgu olarak bireyler tarafından belirlenmektedir (Hefferon ve Boniwell, 2018: 143). Zaman, var olma, yaşamı devam ettirme ve isteğe bağlı olarak gelişen zaman olarak incelenmektedir. Zamanın bölümleri farklı bireylerce farklı biçimlerde algılanmaktadır. Bu, zamanda görecelilik olarak ifade edilmektedir (Torkildsen, 2005: 47).

2.1. Serbest Zaman Kavramı

Zorunlu çalışma süresi dışında kalan ve rekreasyonel faaliyetlerin gerçekleştirildiği zaman genellikle “boş” ya da “serbest zaman” olarak ifade edilmektedir. Serbest zaman olarak ifade edilen bu kavram rahatlık, özgürlük ve mutluluk gibi duygular eşliğinde çok daha geniş bir anlamı karşılmasına rağmen, “serbest zaman” a ait bir parça olarak da ifade edilmektedir. Serbest zaman kavramının kavramsal olarak ayrımı kadar içerik bakımından da çeşitli farklılıklar içermesi söz konusudur. Serbest zaman ve boş zaman kavramlarının arasındaki karmaşanın giderilmesi için, bu alanda çalışmalar yapan bazı psikologlar, “iş dışı zaman” ın tam anlamıyla “boş zaman” olarak değerlendirilmesinin doğru olmadığını savunmaktadır. Yine de bu iki kavram arsında tam anlamıyla bir ayrım yapılamamış olup “boş zaman” ifadesinin yerine “serbest zaman” ifadesinin kullanıma çok daha uygun olduğu düşünülmektedir (Demir ve Demir, 2014: 75). Serbest zaman, bireyin yaşamı için sürdürmesi gereken faaliyetlerin dışında kalan ve bireysel tercihler doğrultusunda kendine ayıracağı zaman dilimi olarak da tanımlanmaktadır. Serbest zaman, çalışma, uyku ve dinlenme dışında kalan, kullanımına birey tarafından karar verilen zaman dilimi olarak da ifade edilmektedir (Rossman, 1983: 60). Başka bir ifade ile serbest zaman, herhangi bir iş için ayrılmamış, dinlenme yahut seçilen bir eylemin yapılması için ayrılan, bireyin özgür olduğu zaman dilimidir. Biyolojik olarak yaşamın sürdürülebilmesi için gereken uyku, yemek vs. faaliyetler ile zorunlu olarak

gerçekleştirilen ve karşılığında ücret alınan işlerin dışında, ötesinde kalan zaman dilimi olarak ifade edilmektedir (Veal, 1992: 45).

Serbest zaman aynı zamanda klasik görüş doğrultusunda da tanımlanmıştır. Buna göre serbest zaman, “doruk deneyim (en üst seviyede doyum sağlama)”, “sınırsal deneyim (aktivite seviyesinin bireye uygunluğu)” ve “kazanım sağlama alanı (sosyal, psikolojik ve fiziksel)” çerçevesinde şekillenmektedir. Bunlara ek olarak bireyin farkındalık kazanması ve faaliyetlerini birleştirmesi de serbest zaman çerçevesi içinde ele alınmaktadır. Özellikle bireyin kendini yenilemesi, kendinin farkına varması ve öz kontrolünü sağlaması açısından serbest zaman gereklidir (Graefe ve Parker, 1987: 38,39).

Literatürde “free time” biçiminde tanımlanan serbest zaman, çoğunlukla “özgür zaman” olarak da ifade edilebilmektedir (Torkildsen, 2005: 26). Serbest zaman kavramının ne olduğu kadar, “ne olması gerektiği” yönünde de inceleme gerekmektedir. Aksi halde kavramsal yönden bu tanımlama eksik kalacaktır (Shivers ve Delisle, 1997: 93). Yalnızca boş olan bir zaman dilimi, kavramsallığı ile ele alınmadan kullanıldığında, kavramsal yönden eksiklik öne çıkacaktır. Serbest zaman kavramının günümüzde gittikçe imkânsız bir hal alması da bunun bir göstergesi olabilir (Kleinman, 2009: 84-85). Bu bakımdan serbest zaman tanımlamasının iyi şekilde yapılması ve sınırlarının net olarak çizilmesi gerekmektedir.

Serbest zaman faaliyetlerine zaman ayıran birey kendini gerçekleştirebilir ve gerçek dünya ile bağlarını sağlamlaştırabilir. Serbest zaman dâhilinde kişi hem zihinsel dünyanın sınırlarını ve değerinin farkına varır hem de birey olduğunun farkına varır (Kraus, 1971: 277). Serbest zaman kavramı Henderson (1991: 13) tarafından “bireysel memnuniyet ve değer duygularının içinde kültürel ve fiziksel çevre şartlarına bağlı olarak dışsal bakımdan zorlama olmaksızın bireyin özgürce yaşadığı zaman dilimi” olarak tanımlanmaktadır. Buna göre serbest zaman özel uğraşlarla geçirilen zamandır ve serbest zamanın bir parçasıdır (Mieczkowski, 1990: 10).

Serbest zaman kavramı genel olarak iş ve çalışma ile ilişkili olarak görülmüştür. İşten artan ve kişiye geri kalan, zorunluluklardan ve bağlayıcılıktan uzak zaman olarak ifade edilen serbest zaman kavramı, Applebourn’a göre modern zamanlar ile birlikte

bir sorun halini almıştır. 1960'lı ve 70'li yıllarda ücret artışı yerine daha fazla serbest zaman talep edilmeye başlanması bu anlamda bir toplumsal hareketin de temelini atmıştır. Fakat 80'li yıllardan sonra ortaya çıkan siyasi ve ekonomik sorunlar neticesinde serbest zaman kavramları değerlendirilemez bir hal almıştır (Aytaç, 2002: 233).

İsteğe bağlı zaman dilimini ifade eden serbest zaman, bireylerin zaman bakımından bağımsız olabileceğinin de göstergesidir. Gelir elde edilen bir işten ve maddi getirisi olmayan zorunlu işlerden, kişisel bakım gibi rutin işlerden geriye kalan zaman miktarı, serbest zaman (free time) olarak ifade edilmektedir (Goodin, Rice, Parpo & Eriksson, 2008: 36). Serbest zaman için genel bir tanımlamada birkaç önemli nokta bulunmaktadır. Bireyin doğrudan iş ile ilgili sorumlulukları yahut kişisel zorunluluklarına ayrılmamış olan zaman dilimi serbest zaman olarak ifade edilmektedir. Serbest zaman bireyin rahatlaması, kişisel olarak manevi yönden zenginleşmesi, bütünleşmesi ve kişisel gereksinimlerini doyurulması gibi değişken faktörlere bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir (McLean, Hurd ve Rogers, 2007: 39). Bu zaman içinde gerçekleştirilen aktiviteler, rekabet, kişisel gelişim, rahatlama gibi farklı amaçlara hizmet etmektedir (Hurd ve Anderson, 2011: 9).

Serbest zaman litaretüründe yaşam doyumu ile ilişkilendirilen kavramlar arasında serbest zaman doyumu, ciddi serbest zaman, serbest zaman katılımı, serbest zaman faydası, serbest zaman özgürlüğü, serbest zaman davranışlarında motivasyon gibi kavramlar yer almaktadır. Bireyler, yaşam doyumunu olumlu yönde etkilemesi için iyi geçirilmesi gereken serbest zamanda çeşitli beklenti ve nedenlerle aktif-pasif biçimde farklı aktivitelere katılmaktadırlar. Serbest zaman aktivitelerine aktif biçimde katılımın bireysel alanda sağladığı olumlu etki ve duygular üzerine bugüne dek birçok çalışma yapılmıştır (Yerlisu Lapa, Ağyar ve Bahadır, 2012: 54). Yapılan tüm çalışmalarda, bu olumlu etkilerin bireysel ve toplumsal etkileri üzerinde durulmuş, çeşitli ölçekler geliştirilerek serbest zaman etkinlikleri üzerinde detaylı araştırmalar gerçekleştirilmesi sağlanmıştır.

Serbest zaman günlük iş yaşamının bir sonucu olarak bireylerin dinlenmesi, psikolojik ve fiziksel olumsuzluklardan bir nebze de olsa uzaklaşabilmesi, dinlenmesi, yaşamdan keyif alabilmesi, psikolojik bakımdan rahatlık hissedebilmesi için ayrılan

bir zaman dilimidir. Aynı şekilde serbest zaman sosyal alanda yaşamın aktif halde tutulmasına yardımcı olmakta, farklı kazanımlar elde edilmesini sağlamakta ve bireysel iyileşmeye katkıda bulunmaktadır (Köse ve Yerlisu Lapa, 2018: 44).

Kapitalist medeniyetlerde serbest zaman, çalışma için yeniden üretim zamanı/alanı olarak ifade edilmektedir. Kapitalist düzende yeniden üretim için çalışmaya hazırlanmada hem biyolojik hem de zihinsel olarak dingin işgörünlere ihtiyaç duyulması ve bu nedenle de boş vaktin bu minvalde kullanılması algısı ortaya çıkmıştır. Bu süreçte iş zamanı ve serbest zaman arasındaki sınırlar de netleşmiş ve her iki alanın içeriği de belirginleştirilmiştir. Gelişmekte olan ülkelerdeki en belirgin değişken, serbest zamanlarda kayda değer bir artış oluşmasıdır. Bu serbest zamanın artması sonucunda, bu zaman diliminde etkinlikler gerçekleştiren sektörlerin de canlanmasını sağlamıştır. Söz gelimi spor, turizm, hobiler, eğlence ve tüketim gibi endüstriyel alanlar serbest zamanlar için yoğunlaşmaktadır (Aytaç, 2002: 233). Bu bakımdan söz konusu ülke ve toplumlarda gerçek anlamda bir serbest zaman algısından uzak olduğu ifade edilebilir. Bu bağlamda bireylerin serbest zamanlarında doyum elde etmesi de zorlaşmaktadır. Bu noktada toplumlar arasında değişiklik gösteren serbest zaman kavramının daha detaylı ve kapsamlı olarak ele alınması kaçınılmazdır.

Bireylerin özgür bir biçimde kendilerini ifade ettikleri zaman dilimi olarak ifade edilen serbest zaman kavramının temel araştırma konularından bir tanesi de serbest zamanın birey için ne ifade ettiğinin açıklanmasıdır. Bu anlamlandırma süreci, genellikle bireysel olarak değişiklik gösteren, öznel bir yapıdadır. Ayrıca bu sürecin bireysel anlamının ortaya konabilmesi için bireysel faydaların (pozitif duygu durumunda gelişim, özgüven artışı, yaşamsal doyum vs.) farklı yönlerden analizi de gerekmektedir. Aynı şekilde aktivitenin sağladığı birincil yararın yanı sıra psikolojik olarak bireylerde değişkenlerin de incelenmesi gerekmektedir. Bireyin anlık olarak değişiklik gösterebilen psikolojik değişikliklere açık durumu da serbest zamana yüklenen anlamda değişiklik meydana getirebilmektedir (Kara, Gürbüz ve Sarol, 2018: 114). İnsan davranışları, serbest zaman dâhilinde hem katılımcı hem de izleyici bireyi içermektedir. Tarih boyunca serbest zaman faaliyetleri bireysel bakış açısı ve karakteristik yapısına yoğunlaşmış, serbest zaman katılımları için zaman içinde ortak

özellikler ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda serbest zaman faaliyetleri, aktif ve pasif olarak bireyin ve toplumun motivasyonu ile duygusal tepkilerini de kapsamaktadır (Lawther, 1972: 18). Serbest zamanın bireyin fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal sağlığını koruma ve olumsuz durumları önleme gibi bir katkı sağladığı yapılan araştırmalar ile belirlenmiştir. Serbest zaman durumu, esasında bireyin verimli zaman geçireceği tek zaman dilimi değildir. Ancak serbest zamana eşlik eden özgürlük hissi, bireyin bu zaman dilimini öznel olarak en iyi anlamlandırdığı zaman dilimi olmasını sağlamaktadır (Caldwell, 2005: 18).

Serbest zaman, hayatın her dönemi için ve özellikle de çocukluk-ergenlik dönemlerinde gerçekleşen fiziksel, duygusal ve mental gelişim açısından önemli faydalar sağlayan bir kaynaktır. Yine yetişkinlik döneminde serbest zamana yaşamda yer verilmesi, genel doyum düzeyinin yükselmesini, stresten uzaklaşmayı, monotonluktan uzak kalmayı sağlayan önemli bir faktör halini almaktadır. Serbest zaman ve “rekreasyon” kavramları, Türkiye’de çok eski bir tarihe sahip olmayan kavramlardır. Rekreasyon ile ilgili bilgilere henüz 90’lı yıllarda kaynaklarda değinilmeye başlanmış, 2000’li yıllardan sonra da üniversitelerde Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksek Okulları ile Beden eğitimi ve Spor Yüksek Okulları dâhilinde Rekreasyon bölümleri açılmaya başlanmış ve böylelikle bu kavramın önemi artmıştır (Gökçe ve Orhan, 2011: 140). Serbest zaman bütün bu söylemlerle, dışsal zorlamalara maruz kalmaksızın bireysel kontrolün sağlandığı, hoşnutluk, eğlenmeyi mutluluk gibi olumlu duygular uyandıran, kendi kendine oluşan ve tatmin edici deneyimler için fırsat oluşturan zaman aralığı olarak ifade edilebilir. Bu zaman aralığının değerlendirilmesi noktasında bireyin katıldığı etkinlikler, “bireylerin özgür iradeleri ile seçtikleri ve belli kurallara bağlı olmaksızın katıldıkları serbest zaman etkinliklikleri” biçiminde ifade edilmektedir (Yerlisu Lapa ve Ağyar, 2012: 25).

Birey, serbest zaman dâhilinde farklı rekreatif etkinliklere katılmaktadır. Katılım sağlanan rekreatif faaliyetler genel olarak, bireyler arasında birliktelik ve anlaşma sağlamaya ek olarak etkinlikten doyum elde etmede motivasyonu olumlu yönde etkileyici bir etkiye sahip olmaktadır. Bu bağlamda bu faaliyetlerin verimli bir biçimde değerlendirilmesi hem fiziksel hem zihinsel gelişime hem de psikolojik olumlu gelişmeler için de yararlı olmaktadır (Beşikçi vd., 2019: 362). Bireyin serbest

zamanlarında kiminle ne gibi faaliyetlerde bulunduğu, duygu durumunun ne olduğu analiz edilmiş, bu durumun gün içinde çok fazla değiştiği saptanmıştır. Üstelik yalnızca bireyin mevcut zaman diliminde yaşadığı gelişmeler değil, hafızası da duygu durumunu doğrudan etkilemektedir(Baucells ve Sarin, 2012: 11).

Serbest zaman nedeniyle ortaya çıkan olumsuz bir durum söz konusu değildir ve bu zaman dilimi bireysel ve toplumsal bakımdan kazanımlar içermektedir. Ancak serbest zamana sahip olan bireylerde bu serbest zaman için sağlıklı bir yaklaşımın mevcut olmaması, psikolojik-sosyolojik ve fiziksel açılarından kazanımların sağlanamaması ya da pozitif faktörlerin bulunmaması, olumsuz durumlara yol açabilmektedir (Neulinger, 1984: 37). Bu noktada rekreasyonel faaliyetler büyük önem taşımaktadır.

Rekreasyon, İngilizce “create” kökünden gelmekte ve “yaratmak, oluşturmak” anlamına gelen bu fiilden türemiştir. “Recreation” ise “çalışma ve daha başka etmenlerle yıpranan bireyin yeniden canlanması” olarak ifade edilmektedir (Axelsen, 2009: 331; McLean, Hurd ve Rogers, 2007: 40). Rekreasyon, toplum içindeki bireylerin yahut grupların kendilerini daha iyi hissetmeleri, sağlıklı olmaları ve yeteneklerini geliştirebilmeleri için katılan herhangi bir serbest zaman etkinliğine gönüllü biçimde dâhil olunması olarak tanımlanmaktadır (Young vd., 2004: 58).

Rekreasyon, bireylerin serbest zamanlarında katıldıkları, farklı yönlere sahip, duygusal, fiziksel ya da sosyal parçalar içeren aktivitelerdir. Bu noktada rekreasyon, bireylerin sosyalleşme sürecine ve sorunların üstesinden gelebilme becerilerinde önemli bir rol oynamaktadır (Demirel vd., 2017: 551). Rekreasyon aynı zamanda bir tür yenilenme, gün içinde gerçekleştirilen rutinlerden bir tür kaçış, değişim ve canlanma biçiminde de ifade edilmektedir (Jensen ve Guthne, 2006: 17). Rekreasyon üzerine yapılan tanımlamalarda, canlanma ve yenilenme etkisi üzerinde durulması dikkat çekicidir. Rekreasyon, bireylerin iş alanında daha verimli olması için yenileyici bir bakış açısına sahiptir (Torkildsen, 2005: 52). Bu noktada, rekreatif faaliyetler ile eğitimin ilişkisine de değinmek gerekmektedir. Eğitim, rekreasyon için tamamlayıcı ve önemli bir faktör olmasının yanında, eğitici amaçlara hizmet etmeyen bir refreatif faaliyet ise yenileme özelliğine sahip olamayacaktır (Jacks, 1932: 2).

Rekreatif etkinlikler sonucunda bireysel yaşamdaki birçok sorundan kurtulmak, bireysel gelişim sağlamak, bireyin kendine ve çevresine olan olumlu etkilerini artırmak amaçlanmaktadır. Genel olarak rekreasyon faaliyetleri, serbest zamanlarda doyum dürtüsüyle gönüllü biçimde bireyler tarafından katılım sağlanan faaliyetler olarak ifade edilebilir. Bu faaliyetler hem bedensel hem de mental anlamda yorgunlukların giderilmesine yardımcı olarak bireysel yaratıcılığın artmasını sağlamaktadır (Gökçe ve Orhan, 2011: 140). Literatürde, rekreatif etkinliklere katılım sağlayan bireyleri içeren birçok çalışmada, serbest zamana yönelik unsurlarla ilişkilendirilen önemli bir kavram olarak yaşam doyumunu ön plana çıkmaktadır. Bu kavram, bireyin kendi bireysel yaşantısından duyduğu doyumunu ifade etmekle birlikte, yaşam karşısında gösterilen duygusal tepki biçiminde de tanımlanabilir. Bireysel yaşam doyumunu doğrudan etkileyen birçok faktör söz konusudur. Günlük yaşantıdan mutluluk duymak, yaşamın bir anlamı olduğuna inanmak, amaçlara ulaşma konusunda umutlu olmak, ekonomik açıdan güvende hissetmek ve sosyal ilişkiler kurmak için hevesli olmak yaşamsal doyumun öne çıkan özellikleridir. İyi değerlendirilmesi halinde yaşam doyumuna olumlu katkı sağlayan serbest zaman doyumunu, rekreatif çalışmalarla sağlanabilmekte, bu da bu tür çalışmaların önemini artırmaktadır (Yerlisu Lapa, Ağyar ve Bahadır, 2012: 54).

Rekreasyon ile çalışma arasındaki ilişki, kişinin zihinsel ve bedensel olarak olumlu hissetmesi ile iş yaşamına da bu olumlu durumu yansıtması, böylece çalışma veriminin artmasını sağlaması bakımından önemlidir. Rekreatif faaliyetler bireyin içine düştüğü can sıkıntısının dağılmasını sağlamakta, bireysel yaşamda ve iş yaşamında verimin artmasını sağlamaktadır. Böylelikle birey kendine, ailesine, topluma ve nihayet ülkeye olumlu katkısı açığa çıkmaktadır. Bu alanda gerçekleştirilen çalışmalar, rekreasyon ile ilgili olarak ortaya konan uygulamaların sosyal, ekonomik, kültürel ve eğitimle ilgili başarı, sağlığı, verimi, zararlı davranış ve alışkanlıklardan korunmanın gerçekleşmesini sağlamak konusunda etkili olduğunu göstermektedir (Güngörmüş ve Sezen, 2005: 51).

Rekreasyonun daha kapsamlı bir şekilde ifade edilmesi gerekirse, rekreasyon, yoğun iş yaşamı, monoton yaşam tarzı, olumsuz çevre koşulları gibi etmenler dolayısıyla bireyin olumsuz biçimde etkilenen bedensel ve ruhsal sağlığının yeniden

kazandırılması, korunması ve sürdürülmesi, bunun yanı sıra bedensel ve ruhsal haz elde etmesi için zorunlu yaşam alanı dışında kalan sürenin gönüllü olarak bireysel ya da grupla birlikte birtakım faaliyetlere girişmesi olarak ifade edilebilir. Bu açıdan bakıldığında rekreasyon, toplumsal bir hizmet olarak da değerlendirilebilir. Rekreasyon çalışmaları aynı zamanda eğitimin desteklenmesi, ekonomik ve kültürel açılardan kalkınmanın hızlanmasına yardımcı olması, çalışma verimini artırması gibi açılardan da toplumsal olarak gerekli bir olgudur (Demirel vd., 2007: 3). Yaşam kalitesi ve doyumunu ile rekreasyon arasındaki ilişkilerin incelendiği bir araştırma sonucunda, rekreatif doyum sağlamanın yaşamsal bakımdan stratejik bir öneme sahip olduğu belirlenmiştir (Lloyd ve Auld, 2002: 47).

Günümüzde, rekreatif faaliyetler serbest zamanın değerlendirilmesinde önemli bir yol olarak değerlendirilmektedir. Bu tür etkinliklere katılım sağlanması sağlam kişilikli, sağlam bedene sahip bireylerin yetişmesine de yardımcı olacaktır. Buna ek olarak hem bireysel hem de toplumsal açıdan daha sağlıklı bir iletişim ve yaşam tarzı kazanılmasına da yardımcı olacaktır (Ardahan ve Yerlisu, 2010: 131). Rekreatif etkinlikler, farklı yöntemlerle ve farklı şekillerde sınıflandırılabilir. Zamana, mekana, eylem türüne, yapılış biçimine ya da bireysel, zihinsel, bedensel gibi amaçlarına uygun olarak da değişik sınıflandırmalarla ifade edilebilmektedir. Her rekreatif etkinliğin etkisi, bu etkinlikten beklenen amaca göre değişiklik gösterebilmektedir. Etkinlikler amaçlarına yahut işlevlerine bağlı olarak da sınıflandırılabilir. Kültürel etkinlikler, spor faaliyetleri, turizm, sanat, dinlenme gibi amaçlarla rekreatif faaliyetler gerçekleştirilebilmektedir (Mull vd., 1997: 5).

Rekreatif etkinliklerin büyük bir kısmı doğada, yani çevrede gerçekleşmektedir. Birey ve yaşamını sürdürdüğü doğa ile hem yaşamın devamlılığı, hem de ekonomi gibi yaşamsal değerler arasında önemli bir ilişki bulunmaktadır. Doğada gerçekleştirilen rekreatif etkinlikler, bireysel ve toplumsal açıdan olumlu veya olumsuz değişimlere göre farklılık gösterebilmektedir (Demirel, Gürbüz ve Karaküçük, 2009: 48).

Rekreasyonel amaçla gerçekleştirilen sportif faaliyetler, rekreatif faaliyetler arasında en sık tercih edilen alanlardan biridir. Çünkü spor, her yaştan ve her cinsiyetten bireyin rekreatif ihtiyaçlarını karşılayabilmektedir. Farklı alanlarda, araçlı-araçsız, ferdi ya da grup olarak gerçekleştirilebilme özellikleri ile spor faaliyetleri

farklı alternatiflerle farklı ihtiyaçlara cevap verebilmektedir (Akgül, Sarol ve Gürbüz: 2009: 35).

Sportif ve fiziksel faaliyetler, çevresel ve fiziksel araçlara dayanmaktadır. Aynı zamanda bu faaliyetler için motivasyon son derece önemlidir. İçsel motivasyon, bir faaliyetin gönüllün biçimde gerçekleştirilmesinden bireyin sağladığı duygusal doyumunu ifade etmektedir. Dışsal motivasyon ise belirlenmiş bir amaç için faaliyete dahil olmayı ifade etmektedir (Hafsaoui, Boudjelthia ve Banghalia, 2019: 415). İçsel ve dışsal motivasyonun sağlanması, bireyde bir bütünün parçası olmak, bir gruba dâhil olmak gibi hislerin doyumunu sağlamakta, iş birliği ve ait olma duygusunun pekişmesine yardımcı olmakta, özgüvenin artmasını desteklemektedir.

Dünya genelinde birçok ülke için halkın sağlığının geliştirilmesi en önemli amaçlardan biri haline gelmiştir. Birçok ülkede “herkes için spor” algısı yayılmaya başlamış, bu bağlamda rekreatif faaliyetlerin desteklenmesinde de artış meydana gelmiştir (Mull vd., 1997, 20-21). Türkiye’de rekreasyon faaliyetlerine önem verilmeye başlanmasıyla birlikte hem artan üniversite sayısı hem de üzerinde araştırmalar yapılan bireylerin yaşanan doyumunun artması noktasında önemli adımlar atılmaya başlanmıştır (Yerlisu Lapa, Köse ve Günbayı, 2018: 89). Farklı ülkelerde devlet kurumları ve devlete bağlı olarak hizmet veren kuruluşlar, rekreasyon amacıyla turizm faaliyetleri, sosyal aktiviteler düzenlemektedirler. Bu faaliyetlerin gerçekleşmesini sağlayan rekreasyon terapistleri sağlık durumunun en iyi seviyede olmasını sağlamak, içsel motivasyona ulaşmak, ihtiyaçları karşılamak durumundadırlar (Austin vd., 2015: 7).

Rekreasyon faaliyetleri farklı alanlarda olabilmektedir. İnsani hizmetler, sosyal aktiviteler, eğlence, fiziksel aktivite, farkındalık, müzik, dans, sanat, hobi, doğa aktiviteleri, oyun gibi birçok alt kategoride değerlendirilebilmektedir. Ücretli işlerde olduğu gibi gönüllü çalışmaların da mutluluk düzeyine katkı sağladığı bilinmektedir. Bunun nedeni, gönüllü olarak çalışmanın, bir kuruluşa gönüllü şekilde üye olmanın ve bu kuruluş dâhilinde faaliyetlere katılmanın mutlulukla ilişkisinin olmasıdır. Ayrıca batıda yapılan çalışmalarda, mutlu bireylerin mutsuz bireylere kıyasla gönüllü faaliyetlere daha fazla katılım sağladığı ortaya çıkarılmıştır (Di Giovinazzo ve Novarese, 2016: 229).

2.2. Serbest Zaman Tutumu

Serbest zaman, çeşitli aktivitelerin ve “hobi” olarak isimlendirilen davranış biçimlerinin kullanıldığı bir zaman dilimidir. Bu aktiviteler birey tarafından kontrol edilen ve bağlamsal anlamdaki şartlanmalardan daha bağımsız, mutluluk ve duygusal doyumu sağlanması gibi amaçlar çerçevesinde gerçekleştirilmektedir. Bu zaman dilimi çalışma ve iş hayatının dışında kalan bir zaman dilimi olmasının yanında, bireyin enerjisini istediği gibi ve istediği aktiviteye ayırdığı zamandır. Birey ve toplumun sosyal yaşamlarının asıl belirleyicisi bahsi geçen serbest zamandır ve bu zamanın verimli şekilde kullanılmasında, eğitim hayatının da önemli bir rolü bulunmaktadır. Özellikle yükseköğretimin serbest zamanın planlanmasına ve verimli kullanılmasında etkisi oldukça fazladır (Akyürek vd., 2018: 1).

Teknolojik alanda ortaya çıkan gelişmeler, bireyin çalışma saatlerinde azalmayı sağlamış ve bunun sonucunda serbest zaman artışı söz konusu hale gelmiştir. Bunun sonucunda serbest zamana katılım ve serbest zamana katılımın nasıl sağlanması gerektiği sorunsalı da önem kazanmıştır. Özellikle son yıllarda bu alana yönelmiş çalışmalar, günümüzde halen ilgi odağıdır. Bireysel olarak serbest zamanın olumlu etkileri, serbest zamanda yer verilen temel fonksiyonlar ile ilişkilendirilmekte, buna günlük hayat örnek olarak verilmektedir. Söz gelimi günlük yaşamda bireylerin maruz kaldığı stres, insanların hem zihinsel hem de fiziksel bakımdan zarar görmesine neden olurken serbest zamanda edinilen olumlu deneyimlerin stres faktörlerini azaltmada etkili olduğu, bireyin rahatlamasının ve içsel bakımdan yenilenmesinin serbest zamana bağlı olarak değişiklik gösterdiği de ifade edilmektedir. Ek olarak bireylerin sahip olduğu ilgi alanları, hobiler ve beceriler edinmelerinin sosyal alanda dayanışma ve anlayış üzerindeki etkisi de serbest zamana yönelik gerçekleştirilen çalışmalarla incelenmektedir. Serbest zaman kavramı, serbest zaman engelleri ve bu engellerle baş etme yöntemleri, serbest zaman kolaylaştırıcıları gibi farklı faktörlerden de etkilenmektedir (Yerlisu Lapa ve Köse, 2018: 357). Bireysel ilgi ve beceriler doğrultusunda seçilecek faaliyetler, serbest zamanın en iyi biçimde değerlendirilmesini sağlarken, bir yandan da bireyde olumlu duyguların artmasını sağlayacaktır.

Bireylerin ve özellikle de genç bireylerin hem ruhsal hem de fiziksel olarak olumlu şekilde eğitilmesi, yetişmesi toplum sağlığının geleceği açısından son derece önemlidir. Zorunlu olarak yapılması beklenen tüm işlerden geriye kalan serbest zamanda aktiviteler planlanarak bu aktivitelerle bireylerin her anlamda doyuma ulaşması ve böylece olumlu halin yükseltilmesi, bu noktada temel farkındalık olarak öne çıkmaktadır. Özellikle yükseköğretim boyunca aile, arkadaşlar ve çevre bireyin serbest zamanı esnasında yeni arayışlara girmesine neden olabilir. Bu arayışların sonucunda ise birey hem olumlu hem de olumsuz yönde etkilenebilmektedir (Akyürek vd., 2018: 2). Günümüzde küresel olarak genç bireylerin tutumlarında gelişmeler ve belli başlı bazı değişimler söz konusudur. Kentleşmenin artması, hızla gelişen teknoloji ve kitle iletişim araçlarının da etkisi ile bireylerin tutumlarında değişiklikler meydana gelmesi kaçınılmaz hale gelmektedir.

Tutum, genel anlamda *“bir bireye atfedilen ve bu bireyin psikolojik bir objeye ilgili duygu, düşünce ve davranışlarının düzenli biçimde oluşturmasını sağlayan eğilim”* olarak ifade edilmektedir. Bu eğilimler bireyin yaşadığı toplumun ve sosyokültürel çevrenin bir parçasıdır. Tutumla kastedilen maddi manevi bir şey olabileceği gibi, serbest zaman da olabilmektedir. Serbest zamanlarında genç bireyin kişisel gelişimine katkı yapacak yahut bu serbest zamanı verimli şekilde geçirmesini sağlayacak aktivitelere dâhil olması, bu aktivitelere karşı sonradan edinilen bazı tutumlar ile doğrudan ilişkilidir. Bu bağlamda serbest zaman tutumu ise serbest zamana yönelik düşünceler ve bu zaman diliminde faaliyet gösterilecek aktiviteleri, duygu düşünce ve davranışları, olumlu ve olumsuz tepkileri şeklimde açıklanabilir. Tutum soyut bir kavram olarak, somut bazı davranışların temelini oluşturur. Bu bakımdan çeşitli gözlemler aracılığıyla genç bireylerin serbest zaman tutumları anlaşılabilir (Akgül ve Gürbüz, 2011: 38).

Serbest zaman tutumunun aktif biçimde kullanılması ve bireysel fayda sağlayabilmesi için, özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde bireylerin akademik verimlilik de sağlayabilmeleri bakımından, serbest zaman motivasyonlarının sağlanabilmesi gerekir. Bunun içinse bireysel olarak ilgi alanları ve rekretif faaliyetlerin belirlenmesi ve serbest zaman tutumu içine dâhil edilmesi büyük önem

taşımaktadır (Çalık, 2014: 362). Genç kuşağın hem bireysel hem de toplumsal alanlarda kazanım sağlaması, buna bağlı olarak gelişme göstermektedir.

2.3. Serbest Zaman Doyumu

Literatürde rekreasyona yönelik aktivitelere katılım sağlayan bireyleri içeren birçok çalışmada bulunan serbest zaman unsurları ve bu unsurlara yüklenen önemli bir kavram olarak yaşam doyumu genel anlamda bireyin yaşantısından memnuniyetini ifade etmektedir. Yaşam doyumu “Kişinin iş, serbest zaman ve iş dışında kalan zaman olarak ifade edilen yaşamına gösterdiği doğrusal tepki” olarak ifade edilmektedir. Serbest zaman literatüründe bu konu ile ilişkili olarak serbest zaman doyumu, serbest zaman faydası, ciddi serbest zaman, serbest zamanda katılım ve serbest zaman içinde sahip olunan motivasyon gibi kavramlar yer almaktadır (Yerlisu vd., 2012: 54).

Serbest zaman bireyler için bir gereksinim olarak ortaya çıkmakta olup bu durum birtakım psikolojik bulgular ortaya çıkarmaktadır. Genel itibariyle bireysel olarak gerçekleştirilen her eylemin bir amacı vardır ve bu eylem sonucunda ortaya çıkan bir durum söz konusudur. Bununla birlikte serbest zamana duyulan gereksinimin ortaya çıkardığı sonuç kaçınılmaz olacaktır. Kastedilen bireysel olarak serbest zaman doyumu oluşup oluşmamasıdır. İş hayatı nedeniyle ortaya çıkan serbest zaman gereksinimi bireysel etkinliklere ilgi duyulması ve bu çerçevede memnuniyet yahut memnuniyetsizlik duyulmasını öngörmektedir. Bununla birlikte serbest zaman doyumu meydana gelir.

Serbest zaman doyumu, serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin bireysel ihtiyaçlarını karşılamalarıyla birlikte kazandıkları olumlu hisler şeklinde ifade edilmektedir. Ayrıca bireylerin ne derece doyum sağladıklarının da bir göstergesi olarak ortaya çıkmaktadır (Gökçe ve Orhan, 2011: 140). Serbest zaman etkinliklerinde, fiziksel aktivitelerin daha fazla tercih edildiği, bu aktivitelerin yaşam doyumu sağlamada daha fazla olumlu etkiye sahip olduğu görülmektedir.

Serbest zaman doyumu ile ilgili birçok yaklaşım ön plana çıkmaktadır. Serbest zaman doyumu göreceli olmanın yanında, yine de belli standartlar içinde değerlendirilmektedir. Bu noktada bu doyum için bilinçli yahut bilinçsiz olarak serbest

zaman gereksiniminin algılanma derecesi de dikkate alınmaktadır. Bireysel olarak yaşamda doyum algısının artmasında ve bu bağlamda bireyin olumlu duygulara sahip olmasında serbest zamanın yaşam kalitesine olumlu etki etmesi önemlidir. Yani gerçekleştirilen etkinlikler, bireyin serbest zaman doyumunu kazanması noktasında önemli bir yere sahiptir. Bunun yanı sıra yalnızca bireysel olarak değil, grup etkinliği olarak da olumlu izlenimler edinilmesi ve doyuma ulaşılması noktasında yardımcı olabilmektedir (Demir ve Demir, 2014: 77).

Fiziksel aktivitenin eksikliği dolayısıyla birey hem fiziksel hem de ruhsal sorunlarla karşı karşıya kalabilmektedir. Kaygı, depresyon gibi olumsuz ruh hallerinin rekreatif faaliyetleri eksik olan bireylerde daha fazla ortaya çıktığı görülmektedir. Buna karşın düzenli bir biçimde egzersiz yapan, fiziksel aktivitelere katılan bireylerde noradrenalin ve dopamin düzeylerinin arttığı ve bunun da duygu durumuna olumlu katkı sağladığı tespit edilmiştir. Spor faaliyetleri ya da fiziksel egzersizler üzerine gerçekleştirilen çalışmalarda bireylerin kan basıncının düşerek yavaşladığı ve bu bağlamda, anksiyete bozukluğu bulgularının azaldığı gözlemlenmektedir (Köse ve Yerlisu Lapa, 2018: 121).

Elbette serbest zaman doyumunu her bireyde farklı derecelerde ortaya çıkabilmektedir. Serbest zaman doyumunu etkileyen birçok faktör vardır ki bunlar arasında psikolojik, kültürel, demografik, sosyokültürel ve ekonomik faktörler yer almaktadır. Bu konu ile ilgili olarak gerçekleştirilen araştırmalarda, ekonomik ve kültürel gelişmelerin bireylerde serbest zaman doyumunu doğrudan etkilediği ortaya çıkarılmıştır. Serbest zaman içinde gerçekleştirilen etkinliklerden keyif alma ve bu etkinliklere gönüllü olarak katılma da doyuma ulaşma bakımından önemlidir. Aynı zamanda gerçekleştirilen etkinliğin süresi ve sıklığından ziyade, bireyin duygu ve düşünceleri bu doyumun sağlanmasında etkili olmaktadır. Aynı zamanda serbest zaman tutum, davranış ve algıları, bireyin kişisel deneyimlerini de olumlu ya da olumsuz olarak etkilemektedir (Demir ve Demir, 2014: 77).

Serbest zaman, çocukluk ve ergenlik dönemlerinden başlayarak yaşantının hemen her döneminde zihinsel, fiziksel ve duygusal bakımdan gelişim sağlayan ve birçok fayda sunan bir kaynak olarak da görülmektedir. Yetişkinlik dönemlerinde serbest zaman doyumunu sağlayan bireylerin genel doyum düzeyinin artması ve stresten

uzak kalmaya katkı sağlaması da önemli bir faktör olarak ön plana çıkmaktadır (Gökçe ve Orhan, 2011: 140).

Serbest zaman etkinlikleri ile elde edilen doyum, bireyin iş doyumunu, motivasyonu, sosyal yaşam dengesi ve yaşam kalitesi ile de doğrudan ilgilidir. Bu da serbest zamanda gerçekleştirilen etkinliklerin önemini artırmaktadır. Bu konuda yapılan araştırmalar doğrultusunda serbest zaman etkinlikleri ile serbest zaman doyumunu arasındaki ilişki de ortaya çıkarılmıştır (Demir ve Demir, 2014: 77).

Serbest zaman doyumunu ve rekreatif faaliyetlere katılım açısından, bireysel motivasyon en önemli faktörlerden bir tanesidir. Vroom tarafından 1964 yılında yapılan tanımlamaya göre motivasyon; “insanı harekete geçiren ve hareketlerin yönlerini belirleyen, onların düşünceleri, umutları, inançları kısaca arzu ihtiyaç ve korkular” olarak ifade edilmektedir. Bireylerin bir faaliyete katılımını sağlamak ya da bir eylem için harekete geçmesine yardımcı olmak için gereken düşünceler, duygular, inanç ve umutlar motivasyon kapsamında değerlendirilmelidir. Serbest zaman motivasyonu ise “bireyin rekreatif faaliyetlere katılımı için gerekli olan faktörlerin tümü olarak açıklanabilir. Bu yüzden rekreatif faaliyetlere katılım için hem iç hem de dış motivasyon son derece önemlidir.

Rekreatif faaliyetler, motivasyonun artırılması ve eğitim sürecini besleyen, destekleyen temel faaliyetlerdir. Motivasyonu yükselen birey, gerçekleştirdiği her eylemde, amaç ve hedeflerine ulaşmada attığı her adımda fiziksel ve zihinsel gücünü harcamakta, motivasyon artışıyla birlikte eğitim ve yaşamda başarılı olabilmektedir (Tzeneva, 2007: 354).

Bireyin, serbest zamanları dâhilinde katılım sağlayabileceği aktiviteler, onun serbest zaman tutumunun da gelişmesine yardımcı olacaktır. Serbest zaman davranışları, temelde iki ayrı motivasyonel unsurdan doğrudan etkilenmektedir. Bunlardan ilki günlük yaşamın monoton gidişatından ve her zamanki alışılmış çevreden uzaklaşılması, kişisel ve toplumsal ilişkilerden sıyrılmaktır. Diğer ise serbest zaman etkinlikleri ile bireysel yeteneklerin keşfedilmesi, sosyal iletişim, rahatlama, stresten uzaklaşma, mücadele, keşif, üstünlük gibi psikolojik

değişkenlerdir. Bu bağlamda birey tarafından seçilen rekreatif faaliyetler de bireysel motivasyon ile doğrudan ilgilidir (Güngörmüş vd., 2019: 384).

Günümüzde serbest zamanın değerlendirilmesi, bir tür yaşam biçimi haline gelmiş durumdadır. Bu nedenle de serbest zamanda gerçekleştirilen faaliyetlerin artması için çeşitli proje ve programların üretilmesi de kaçınılmaz hale gelmiştir. Bu bakımdan serbest zaman faaliyetlerinin felsefi yönü de dikkate alınmalı, böylelikle sosyal, fiziksel ve psikolojik yönlere katkı sağlanmalıdır. Bireylerin aktif-pasif biçimde dâhil olduğu faaliyetler yaşam biçimlerini iyileştirmeye yardımcı olmalıdır (Yerlisu Lapa ve Ardahan, 2009: 133). Çünkü bireyin, özellikle gençlik dönemlerinde serbest zamanlarını verimli geçirmesi, “zamanı boşa harcama”, “zaman kaybetme” gibi olumsuz algıların kırılmasına ve bireysel yaşam doyumunun yükselmesine katkı sağlayacaktır.

Serbest zaman kapsamında düzenli olarak gerçekleştirilen egzersizler, kişinin bireysel bakımdan daha mutlu ve zaman kullanımının daha verimli geçtiği hissetmesini sağlamaktadır. Yaşam doyumu sağlayan söz konusu birey, toplumsal bakımdan da kazanım sağlanmasına yardımcı olmakta, bireysel yaşamlarını daha dinamik ve pozitif geçirmeye odaklanmaktadır. Serbest zaman etkinlikleri bireylerin yaşamlarında bulunduğu anda, sağlıklı ve mutlu bir toplumun oluşması için de zemin hazırlanmaktadır (Gücal ve Gürbüz, 2019: 158).

Yapılan bazı araştırmalar sonucunda; ziyaretler yapan, hobiler edinen ve zamanının bir kısmını kendisi için değerlendiren bireylerin, daha mutlu oldukları saptanmıştır (Di Giovinazzo ve Novarese, 2016: 304). Bununla birlikte fiziksel aktivite bakımından yetersizlik sonucunda ortaya çıkan obezite, sağlığın kötüye gitmesi, tıbbi harcamalarda artıl ve iş üretkenliğinin düşmesi gibi faktörlere bağlı olarak yaşam kalitesi ve yaşam doyumunun düşmesi, aktif yaşam tarzının olumlu bir etkiye sahip olduğunu anlaşılmaktadır. Bu bakımdan merkezi yönetimlerin ve yerel otoritelerin aktif yaşam tarzını teşvik etmesi ve bu bağlamda çalışmalar yapması beklenmektedir (Alexandris, 2017: 25).

2.4. Mutluluk Kavramı

Genel anlamıyla “bireysel anlamda olumlu bir ruh hali edinme” olarak tanımlanan mutluluk, bireylerin ve toplumların vazgeçemeyeceği ve sürekli olarak arzu ettikleri bir eğilim olarak da tanımlanabilmektedir. TDK sözlükte mutluluk kavramı “*bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu, mut, ongunluk, kut, saadet, bahtiyarlık, saadetlilik*” olarak ifade edilmektedir (TDK Sözlük, <https://sozluk.gov.tr/>). Mutluluk, genel olarak bilişsel bir yapıda tanımlanmaktadır. Değerlendirmesi genel olarak yapılan bir süreç biçiminde de ifade edilebilmektedir (Veenhoven, 2009: 6). Bir başka deyişle mutluluk, bireyin kendi yaşamını genel manada olumlu olarak değerlendirmesidir. Bireyin içinde bulunduğu yaşamı ne derece sevdiği, mutluluğunun da temel göstergesi olarak kabul edilmektedir (Sabırlı vd., 2019: 37). Literatürde mutluluk kavramı, öznel bakımdan iyi olma ile ölçülen ve psikoloji alanı dâhilinde olan bir kavramdır. Öznel iyi oluş ile kastedilen, bireyin pozitif duygular hissetmesi ve negatif duygulardan büyük oranda uzak kalabilmesi olarak ifade edilmektedir (Alexandrova, 2005: 302).

Psikolojide genel olarak “öznel bakımdan iyi olma” ya da “psikolojik olarak iyi hissetme” kavramları, mutluluk kavramı ile de eş anlamlı olarak kullanılabilir. Mutluluk için gerekli olan genel bir yaşam doyumu, “yaşam doyumu” kavramının da ön plana çıkmasına neden olmuştur. Yaşam doyumu ise, “kişinin yaşam kalitesini bireysel kriterleri doğrultusunda genel olarak değerlendirmesi” olarak tanımlanabilir. Bireylerin yaşamlarından memnun olup olmadıkları ve standartlarına uygun bir hayata uzaklık derecelerinin kıyaslanması sonucunda “yaşam doyumu” ortaya çıkmaktadır. Yaşam doyumu yahut yaşam kalitesi, aynı zamanda bedensel sağlık ile de doğrudan ilişkili görülmektedir (Arvas, 2017: 110-111). Mutluluk, farklı duygu durumları ile ifade edilebilmektedir (Baucells ve Sarin, 2012: 34).

Mutluluk kavramı, bütünsel olarak bireylerin yaşam deneyimlerini ne yönde algıladıkları ve değerlendirdikleri ile doğrudan ilişkilidir. Bütünsel olarak bakıldığında bireysel mutluluğun sağlanabilmesi için bireyin iş yaşamında da, ekonomik yaşamda da, sosyal yaşamında da bireysel yaşamında olduğu kadar yaşam doyumuna ulaşması gerekir. Bu noktada iş yaşamı da mutluluğun destekleyicisi ya da ket vurucusu

olabilmektedir. Çalışma yaşamı günün büyük bir bölümünü işgal eden ve bireysel olarak kendine zaman ayırabilme ve serbest zaman sağlayabilme gibi durumları da doğrudan etkileyen bir faktör olarak, yaşamın önemli bir parçasıdır. Bu noktada iş doyumunun sağlanması mutluluğun ve dolayısıyla da yaşam doyumunun sağlanması noktasında oldukça etkili ve önemli bir yere sahiptir (Turan, 2018: 169). Yaşam doyumunu ise “bireyin kendince belirlediği kriterlere uygun şekilde yaşamını pozitif olarak değerlendirmesi” şeklinde tanımlanmaktadır. Yaşam doyumunu aynı zamanda “bireyin özel ihtiyaç ve gereksinimlerinin, istek ve hedeflerinin yerine getirilişinin öznel bakımdan değerlendirilmesidir” (Frisch, 2000: 220). Bu noktada, yaşam doyumunu ve mutluluğun doğrudan bir bağlantısı olduğu ortaya çıkmaktadır. Modern toplumlarda gerçekleştirilen araştırmalar sonucunda, iş faaliyetlerinden ziyade serbest zaman etkinliklerinin mutlulukla doğrudan ilişki içinde olduğu ortaya çıkmıştır. Mutluluk ve bireyin eğlendiği faaliyetler arasında önemli bir ilişki bulunduğu gözlemlenmiştir (Di Giovinazzo ve Novarese, 2016: 304).

Bireylerin doyuma ulaşabilen varlıklar olmadığına yönelik görüşler de söz konusudur. Buna göre bireyler, geçmişte elde ettikleri amaçları görmezden gelir ya da ardında bırakır, bir şeyi isteyip elde edemediği takdirde elde edene kadar onun için çaba sarf eder ve tutkulu bir biçimde istediği şeyin peşinden gider, bu durum elde edilene dek bu şekilde devam eder (Gulick, 1920: 276). Esasında mutluluk ve mutsuzluğa yönelik pek çok fikir literatürde yerini almıştır. Modern toplumlarda mutsuzluğun yoğun ve fazlaca yaşandığına, yaşam koşullarının mutsuzlukta önemli bir durum olmadığına dair bazı mitler bulunmaktadır. Söz gelimi gelir mutluluk ilişkisi, ülke gelişmişlik düzeyi ve mutluluk ilişkisi bunlardan bazılarıdır (Di Giovinazzo ve Novarese, 2016: 400,401). Yapılan bir araştırmada, bireyde olumlu duygulanım durumuna sahip olan bireylerin özel hayatlarında ve iş hayatlarında daha iyi bir süreç yaşadıkları, daha fazla doyum sağladıkları raporlanmıştır (Hefferon ve Boniwell, 2018: 32). Bu araştırma kapsamında, bireylerin yaşam standartlarının da mutluluk duygusunda doyum sağlanması için temel değişkenlerden biri olduğu ifade edilebilir.

Mutluluğunu sağlamış olan bireylerin yaşamda olayları yorumlama, tepkide bulunma ve değerlendirme gibi yetkinlikleri, mutluluğunu sağlayamamış olan

bireylerden farklıdır. Aynı şekilde mutlulukğa ulaşmış bireylerde psikolojik rahatsızlıklara da nispeten daha az rastlanmaktadır. Mutluluğun sağlanmasında bireysel faktörler kadar çevresel faktörlerin de etkisi göz ardı edilmemelidir. Güvenli, sıcak ve destekleyici ortamlarda bireylerin mutluluk seviyesi yükselirken, aksi ortamlarda psikolojik sorunlar ve özgüven sorunları daha sık ortaya çıkmaktadır (Ünüvar vd., 2015: 1). Mutluluk yahut mutsuzluk durumu, yaşamı renklendiren detaylardan bir tanesidir. Mutlu bireyler dünyaya daha güvenle bakarken kendilerinde de özgüven sağlamlığı hissetmektedirler. İş birliği, karar alma, hoşgörü ve anlayış, mutlu insanlarda çok daha kolay gerçekleşen olumlu yaklaşımlardır. Ayrıca deneyimler olumsuz olsa bile, bu deneyimlerin bir kenara bırakılması ve yaşam doyumuna ulaşılması için çaba gösterilmesi de mutlu bireylerde çok daha iyi seviyelerdedir (Budaka vd., 2019: 88).

Mutluluk, çok eski dönemlerden bu yana bireylerin elde etmek için çaba sarf ettikleri ve genel anlamda bireysel olarak olumlu psikolojik durumu ifade eden yaşam bakımından önem teşkil eden bir kavramdır. Eski dönemlerden bu yana mutluluğun, bireylerin gerçekleştirdikleri aktiviteler için en önemli motivasyon kaynağı olduğu düşünülmüştür (Diener, 1984: 542). Mutluluk kavramına yönelik tartışmalar, Aristoteler ve Platon gibi önemli felsefecilerden başlayarak günümüze dek ulaşmıştır. Günümüzde, psikolojide özellikle “mutluluk psikolojisi” kavramı üzerinde tartışmalar devam etmektedir (Arvas, 2017: 110).

Mutluluk ve özgürlük ile serbest zaman kavramı arasında doğrudan bir ilişki söz konusudur. Çünkü serbest zaman; hem bireysel hem de toplumsal açıdan tüm zorlukların ve bağlantıların uzaklaştırıldığı, arzuya bağlı olarak seçilen bir etkinlik üzerinde yoğunlaşarak, özgür bir biçimde kullanılan zaman dilimidir. Zorunlu olan tüm hallerden uzaklaşan birey, kendini özgür ve mutlu hissettiği serbest zaman dilimi içinde, yüksek bir motivasyon sağlamayı da başarmaktadır (Sarol vd., 2019: 395).

Bireyin serbest zaman dâhilinde arzu ettiği ve kendi iradesiyle seçtiği bir aktiviteye katılımı, bireyde özgürlük hissini yükseltmekte, algılanan bu özgürlük ise birey ve katıldığı faaliyet arasında pozitif bir algı yaratarak mutluluk seviyesini, dolayısıyla da bireysel motivasyonu artırmaktadır (Emir, 2015: 1). Mutluluk, birçok insan için yaşamın temel amacıdır. İç ve dış faktörlere göre değişiklik gösterebilen bu

kavram, bireysel mutluluk algısının da değişmesine neden olabilmektedir. Bu konuda gerçekleştirilen kapsamlı araştırmalar, başka bireylere ya da toplumsal bir amaca fayda sağlama amacının bireyde mutluluğu güçlendirdiğini ortaya koymaktadır (Helliwell, vd., 2018).

Temelde, mutluluğu sağlayan motivasyon, üç temel unsura dayanmaktadır. Bunlardan ilki bireysel olarak içsel arzular doğrultusunda faaliyete geçmektir. İkincisi, harekete geçme dürtüsünün, uygun bir alana yönlendirilmesidir ve sonuncusu, bireysel hedef doğrultusunda, karar verilen faaliyetlerin sürdürülmesidir. Bireyi harekete geçiren temel faktör olan motivasyon, ilgi, ihtiyaç, istek, ilgi gibi kavramların tamamını kapsamaktadır. Birey, motive olduğunda bedensel ve zihinsel bir enerji hisseder, bu enerjisini hedefine yönlendirir ve bu hedefe ulaşma konusunda farklı düzeylerde duygulara sahip olur (Kaya vd., 2015: 46).

2.5. Gençlik Kavramı

“Çocukluktan yetişkinliğe geçiş evresi” olarak tanımlanan gençlik döneminde bireysel anlamda sosyolojik, psikolojik ve biyolojik birtakım değişiklikler söz konusudur. Genç bireyin yaşadığı bu değişimler, onun bazı durumlarda olumlu, bazı durumlarda olumsuz davranışlar göstermesine yol açar. Yaşam döngüsünde bireylerin bellibaşlı dönemleri bulunmaktadır ki bunlar bebeklik dönemi, çocukluk dönemi, ergenlik-çocukluk dönemi, yetişkinlik dönemi ve yaşlılık dönemidir. Gençlik, çocukluk dönemi ile yetişkinlik dönemi arasındaki geçiş dönemi olarak değerlendirilir. Bu dönem psikolojik, biyolojik ve sosyolojik açılarından da gelişimin yaşandığı, buhranlı bir dönemdir. Bilinmeyen yeni birçok yön ve yeni keşifler barındırır. Bu dönemde genç birey kimlik ve kişilik gelişimi yaşamakta, duygusal sevgi arayışı içine girmekte ve meslek arayışı ve idealizm çatışması arasında kalmakta, otorite ile ilişkilerini sorgulamaktadır (Baran, 2013: 7).

Gençlik, tüm toplumlarda bir değer olarak kabul görmüştür. Türkiye Aile Araştırma Kurumu tarafından yapılan araştırmaya göre; gençlik, toplumlarda gelişme ve kalkınma potansiyelinin temel unsurudur. Genç birey kişisel amaç ve hedeflerini ortaya koyarken aynı zamanda toplum da gençlik, toplumlar tarafından “gelecek” olarak görülmektedir (Baran, 2013: 8).

Birleşmiş Milletler Örgütü (BM) tarafından gençlik dönemi 18-24 yaş arası olarak belirlenmiş olup Türkiye’de bu aralık 12-24 olarak kabul görmektedir (Yazıcı, 2001: 9). Buradan da anlaşılacağı üzere gençlik dönemi biyolojik olarak ergenlik yaşı ile birlikte ele alınmakta ve bu yaklaşım da genel itibariyle kabul görmektedir. Biyolojik açıdan olduğu kadar psikolojik ve sosyolojik açıdan da söz edilen bu yaş aralığı ekonomik bağımsızlığın kazanılması ve yetişkin olmaya erişme gibi faktörlerle de çevrelenmiş durumdadır.

Gençlik dönemi, bireysel anlamda yaşam tarzı, bakış açısı, iletişim kurma gibi faktörlerin rol oynadığı önemli bir dönemdir. Fizyolojik değişiklikler ile ortaya çıkan toplumsal uyum çabaları ve alınan tepkiler sonucunda genç bireylerde ani karar değişiklikleri, asi davranışlar ve kararsızlıklar ortaya çıkabilmektedir. Olumsuz durumların ortaya çıkmasına ek olarak yaratıcılık, idealizm ve bağımsızlık gibi karakteristik özellikler de bu dönemde oluşmakta ve topluma uyum aşamasında bu özellikler ön plana çıkmaktadır(Özbay ve Öztürk, 1992: 81).

Genç birey toplumdaki hemen hemen soyut bir durumda bulunduğu, yani toplumsal olaylarla çok fazla içli dışlı olmadığı içinde yer aldığı toplumun sosyoekonomik ve sosyopolitik sorunları, genç bireyin yaşamının birçok alanına yansımakta ve bu da gencin bunalımlı bir döneme girmesine yol açabilmektedir. Bu sorunlara eklenen fizyolojik ve psikolojik değişimlerle birlikte bu dönemin çok daha sorunlu bir hale gelmesi kaçınılmaz olmaktadır. Bu doğrultuda genç birey, çevresindeki diğer bireylerle oluşan iletişimde de sorunlara maruz kalabilir. Bu noktadan hareketle, bu dönemin doğrudan doğruya bir sorunlar dönemi olarak adlandırılması doğru olmamakla birlikte, karmaşık bir dönem olduğunun da kabul edilmesi gerekmektedir (Ulusoy vd., 2005: 168).

2.5.1. Gençlik ve Gençliğin Önemi

Genç bireyler, gelişim aşamaları dolayısıyla kimlik oluşumunun gerçekleştiği kritik bir dönemde bulunurlar ve kimlik oluşumu, gelişim aşamalarının en önemli olanlarından biridir. Kimlik kuramlarının birçoğu benlik ile benlik dışında ortaya çıkan farklara vurgu yapmaktadır(Gür vd., 2012, 13).

Mc. Grath tarafından gençlik olgusunun tanımlaması yapılmıştır. Buna göre gençlik, *“yetişkin olma haline geçiş zamanı olarak bakılmaması gerektiği aslında gençliğin yetişkin olmama hali olduğu yani aslında eksik olma durumu”* olarak ifade edilmiştir. Ayrıca Grath çalışmasında, bu dönemde eksik olma hali de bulunduğu için bu dönemden daha önce geçmiş olan yetişkin bireylerin yol gösterici niteliğe sahip olabilecekleri üzerinde de durmaktadır (Grath, 2002: 312).

Literatürde geleneksel anlamda gençlik ve yetişkinlik arasındaki geçişin belirleyicisi olan iki ana gösterge söz konusudur. Bunların ilki aile sorumluluğunun üstlenilmesi ve ikincisi de iş sorumluluğunun üstlenilmesi, yani ekonomik anlamda kendine yetebilecek olgunluğa erişilebilmesidir. Daha genç yaşlarda üstlenilen sorumluluğun temelinde, yeni iş alanlarının uzun süreli eğitim gerektirmesi yer almaktadır. Kısacası eğitim yaşı yükseldikçe ailenin sorumluluğu ve bu sorumluluğun üstlenildiği yaşta da değişiklikler ortaya çıkmaktadır (Gür vd., 2012, 14).

Gençlik sosyal, ekonomik, siyasal alanlarda ortaya çıkan dönüşüm de değişimlerden oldukça hızlı bir biçimde etkilenmektedir. Gençlik sorunlarının incelenmesi esnasında da bu gelişmelerin dikkate alınması önemlidir. “Demir üçgen” şeklinde isimlendirilen aile yapısı, eğitim sistemi ile mevcut sistemde etkisi görülen unsurlar da dikkate alınmalıdır.

Toplumsal kalkınmanın sağlıklı bir biçimde sağlanabilmesinde genç neslin etkisi ve önemi oldukça fazladır. Genç nüfus yapısı ve genç nüfusunun bir ülkede fazla olması, ülke genelinde yetişkin ve yaşlı bireylerin geleceğe umutla bakmaları için bir neden olurken, bir bakımdan da toplumsal sorunları beraberinde getirmektedir. Siyasi kimi çevrelerde genç nüfusun hızlı bir biçimde artmasının nüfus yapısında belli bazı sorunlara yol açacağını ifade etmekte ise kimi çevrelerde bu genç nüfusun ekonomik refah ve istikrarın artırılmasında önemli bir rolü olduğu savunulmaktadır. Her iki görüş de tam anlamıyla hatalı olmamakla birlikte, tam anlamıyla doğru olarak kabul edilemez. Ancak genç bir nüfusun, doğru bir planlama ve doğru bir yönlendirme ile ülke ekonomisi için önemli bir ekonomik fırsat olduğu görüşü ağır basmaktadır. Kalkınma hızının yüksek olmasında gençlerin etkisi oldukça fazla olurken bir ülkenin sahip olduğu mevcut genç nüfus sosyal içermenin ve sosyal alanlarda yeterli

olanakların sağlanması durumunda sosyoekonomik gelişmenin hızlandırılmasına da önemli ölçüde katkı sağlayacaktır(Acar, 2008: 3).

Bir ülkede, genç nüfus toplumun gelecekte ne yönde şekilleneceğinin sinyallerini verebilmektedir. Bu bakımdan gençlik dönemi, en iyi biçimde değerlendirilmelidir. Hem fiziksel hem zihinsel hem de duygusal olarak bireylerin çeşitli değişken ve uyarıcılara maruz kaldığı bu dönem, toplumsal sağlık ve refahın temelini atıldığı dönemdir ve bu nedenle özellikle sosyokültürel alanlarda genç nüfusun doğru yöne aktarımı sağlanmalıdır.

Gençlik dönemi, biyolojik bakımdan belli bir noktada takılı kalsa da sosyolojik bakımdan uzamaktadır. Nüfus bilimciler sosyokültürel ve ekonomik farklılıklar nedeniyle gençlerde eğitimi tamamlama, aile kurma, ekonomik alanda özgürlüğünü kazanma gibi türlü yaşam dönemeçlerinde daha geç bulduklarını ifade etmektedirler. Buna ek olarak toplumsal rollerin karmaşıklaşması da bu sürecin uzamasına neden olmaktadır. Günümüz şartlarında aile kurmak, öğrencilik hayatına devam etmek, bir işte çalışmak eş zamanlı olarak gerçekleştirilebilecek eylemlerdir. Ayrıca kişisel tercihler geleneksel algıların ötesine geçmektedir. Bunlara ek olarak nüfus yapısında ortaya çıkan değişiklikler, ekonomik alanda işgücüne duyulan ihtiyacın azalması, yaşamın sürdürülmesini çok daha zor bir hale getirmektedir. Ekonomik alanda bir güvencenin olmayışı, nüfus yapısında ortaya çıkan değişiklikler, gençlerde güvensiz bir yaşam algısı uyandırmaktadır (Acar, 2008: 10).

Gençlik dönemi hem bireysel hem de toplumsal olarak beklenti düzeyinin oldukça yüksek olduğu bir dönem olarak ifade edilebilir. Genç birey, kişisel geleceğine yönelik hayallerini ve hedeflerini ön planda tutarken bu birey toplum açısından da toplumsal devamlılığın sağlanması için bir “gelecek” olarak görmektedir. Bireysel ve toplumsal bu beklentilerin ortak noktası ise, “gelecek” ifade etmesidir (Baran, 2013: 8).

2.5.2. Gençliğin Sınıflandırılması

Günümüze dek gençlik ile ilgili birçok sınıflandırma yapılmıştır. Genç bireyler yerleşim yerlerine göre, eğitim düzeyine göre, özel durumlarına göre birçok farklı

açından sınıflandırılabilir. Yapılan sınıflandırmalar, genel olarak genç bireylerin toplumsal yapıda yer alan siyasi, sosyal ve kültürel öğeler sonucunda ortaya çıkmaktadır.

Dünya genelinde her toplumda ergenlik ile yetişkinlik arasında kalan dönem olarak kabul gören bu dönem, dünyadaki tüm toplumları yakından ilgilendirmektedir. Gençlik dönemi, taşınan zihinsel ve fiziksel özelliklere göre de sınıflandırılabilir. Buna göre şöyle bir sınıflandırma yapmak mümkündür (Kulaksızoğlu, 1990: 137):

- I. Okuyan gençler
 - i. İlköğretimde okuyan gençler
 - ii. Ortaöğretimde okuyan gençler
 - iii. Yükseköğretimde okuyan gençler.
- II. Okul dışındaki gençler
 - i. İşsiz gençler
 - ii. Çalışan gençler
 - iii. Kırsal alanda yaşayan gençler
 - iv. Köy gençleri
 - v. Asker gençler
- III. Özel eğitim alması gereken gençler
 - i. Zihinsel özürlü gençler
 - ii. Bedensel özürlü gençler
 - iii. Kurumsal bakıma ihtiyaç duyan gençler
 - iv. Hükümlü gençler
 - v. Üstün yetenekli gençler

Genel itibariyle genç nüfus, okul ve eğitim alıp almaması yönünde bir sınıflandırmaya tabi tutulmaktadır. Okul dereceleri bakımından ele alınan okuyan gençler grubunda, yaş ortalaması ön plana çıkmaktadır. İkinci grup olarak ele alınan okul dışındaki gençler ise çok daha geniş bir kapsamda değerlendirilmektedir. İşsiz gençler, kırsal alanda yaşayan gençler ve köyde yaşayan gençler bireysel ve toplumsal çevreleri ile şekillenirken, çalışan gençler iş yaşamının getirileri ile doğrudan ilişkili

bir biçimde şekil almaktadır. Son olarak, özel eğitime tabi tutulması gereken gençler, toplumun özel ve önemli bir kesimini oluşturmaktadır. Özellikle bedensel, zihinsel engelli ya da bakıma ihtiyacı olan gençler, bireysel olarak değil, çeşitli yardımlar doğrultusunda şekillenmekte iken üstün yetenekli gençler çevreleriyle etkileşim halinde ve hükümlü gençler ise kendi içlerinde gelişim göstermektedir.

2.5.3. Gençliğin Sorunları

Gençlik döneminde yaşanan sorunlar küresel olarak farklı başlıklar altında incelenmektedir. Fiziksel gelişme ve buna bağlı olarak ortaya çıkan sorunlar, seksüel gelişme ile ortaya çıkan sorunlar, duygusal gelişime bağlı ortaya çıkan sorunlar, kişilik gelişimi ve sosyal gelişim sonucu ortaya çıkan sorunlar ve diğer sorunlar olarak bu başlıklar değerlendirilebilir. Genel olarak bakıldığında, fiziksel ruhsal ve psikolojik olarak ortaya çıkan sorunlar birbirleri ile bağlantılı olmakta ve bu da genç bireyin toplumsal alanda yaşadığı sorunları gün yüzüne çıkarmaktadır.

2.5.3.1. Fiziksel Değişimler ve Ortaya Çıkardığı Sorunlar

Bedensel olarak ortaya çıkan değişiklikler, bireyin hem davranış şekillerini hem de hislerini önemli ölçüde etkilemektedir. Dış görünümün bireyde önem kazanmaya başladığı bu dönemde bedensel değişikliklerin hızlı ve bireyin müdahale edemeyeceği şekilde gelişmesi, utanma ya da suçluluk gibi duyguların gün yüzüne çıkmasına neden olmaktadır. Bu noktada aileye önemli bir rol düşmektedir, ailenin genç bireye karşı tavrı ve yaklaşımı, bireyin kendisini kabullenme sürecini hızlandıran ve toplumsal açıdan cinsel konularda bakış açısını değiştiren en önemli faktördür.

Bir taraftan bedensel ve ruhsal değişiklikler meydana çıkarken ve genç birey bunları tanımaya çalışırken, bir yandan da toplum genç bireyi artık çocuk olarak görmemeye başlamakta ve toplumun genç bireye algısı değişmektedir. Fiziksel olarak gelişme gösteren bireyin bu değişimi, toplumun bakış açısını değiştiren en önemli faktör olarak öne çıkmaktadır. Genç birey ise çevresinde gelişen bu duruma uyum sağlamak durumundadır. Esasında bu gibi bir zorunluluğu yoksa da kabul görmek, dışlanmamak ve uyumlu bir profil çizebilmek adına genç, toplumun beklentilerine genel olarak karşılık vermektedir. Bu da kişilik gelişimini etkileyen faktörlerden bir

tanesisidir (Dinçel, 2006: 40). Toplumun beklentileri gence çok fazla sorumluluk yüklediğinde, genç birey henüz bu sorumluluğu taşıyacak güce sahip değilse önemli ölçüde olumsuz sonuçlar ortaya çıkabilmektedir. Toplum tarafından yüklenen sorumlulukların üstesinden gelebilen genç bireyler ise erken yaşta özgüven sahibi olabilmektedir. Ancak bu durum, yalnızca genç bireye değil, bireyin çevresindeki değişkenlere göre de şekillenebilmektedir.

Gençlik döneminin başına denk gelen bu değişimler bireyin kişilik yapısına derinden etki etmektedir, bu dönemde genç bireylerin somut düşünce yapısının yanı sıra soyut düşünce yapısında da değişiklikler ortaya çıkmaktadır. Geleceği düşünme, söz konusu gelecek ile ilgili mevcut ve muhtemel sorunlar, bu sorunların alternatif çözümleri, bu dönemde genç bireylerin bakış açısında da birtakım değişiklikler oluşturmaktadır. Bu dönemde genç birey akıl yürüterek çevresini ve genel ahlak değerlerini sorgulamaya başlamakta, aile ile birey arasında çeşitli çatışmalar oluşabilmektedir. Daha önce konulmuş toplumsal kurallar, bu kuralların sorgulanması, yadrganması yahut kabul edilmesi, endişeler gün yüzüne çıkmakta, kuralların mantığı üzerine düşünölmeye başlanmaktadır. Ardından ebeveynlerin sorgulanması kısmı başlar ve bu noktada genç birey ebeveynlerin nasıl olması gerektiği konusunda düşünceler yürüterek aradaki ilişkinin çok daha fazla gerilmesine neden olmaktadır (Dinçel, 2006: 42).

2.5.3.2. Sosyal Değişimler ve Ortaya Çıkardığı Sorunlar

Gençlik, sosyal bir olgu olmasıyla, toplumun içinde bulunduğu sosyal yapının önemli bir yansıtıcısı konumundadır. Herhangi bir toplumda genç neslin şekillenmesi, söz konusu toplumun sosyal, kültürel ve ekonomik şartlarla doğru orantılı olarak gelişme göstermektedir. Mevcut zamanda sosyal yapıda ortaya çıkan sosyokültürel değişiklikler gençlik döneminde ortaya çıkan sorunların da temelini teşkil etmektedir.

Sosyal alanda ortaya çıkan değişiklikler kısa vadede olumlu olsa da genç birey ve toplum arasında uyumsuzluk kaynağı olabilmektedir. Toplumda yer alan değişiklikler ve bir olay karşısında gösterilen tavır doğrultusunda sosyal değişimler çok hızlı gelişmekte ve genç bireylerin bu duruma uyum sağlamaları da aynı oranda zorlaşmaktadır (Dönmezci, 1989: 38).

Aynı şekilde, toplumdaki kültürel unsurlar arasında meydana gelen dengesizlikler ve karmaşa, gençlerin bütünleşmesine engel olmakta ve bu da çeşitli sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Özellikle de günümüzdeki toplumlarda şehirleşme, sanayileşme ve teknolojiye meydana gelen değişikliklerle birlikte maddi kültürün belli kısımlarında ilerlemeler görülmektedir. Bunun sonucunda ise manevi kültürün bu gelişmelerin hızına ayak uydurması zorlaşmakta, genç bireylerin sosyal bunalım yaşamasına neden olmaktadır.

2.5.3.3. Madde Kullanımı ve Ortaya Çıkardığı Sorunlar

Modern toplumların en önemli sorunlarından biri, genç bireylerin alkol ve uyuşturucu madde kullanımınıdır. Bu maddelerin kullanımı gün geçtikçe daha alt yaş düzeylerine inmekte ve madde kullanımına bağlı sorunlar da gün geçtikçe artış göstermektedir.

Genel olarak uyuşturucu madde ve alkol kullanımı, madde bağımlılığını çok genç yaşlarda önemli bir sorun haline getirmektedir. Bu maddelerin kullanım sebepleri ise değişkenlik göstermektedir. Ancak temelde bu sebeplerin kategorilendirilmesi mümkündür:

- Toplumda yer alan ve kişilik bakımından yeterli derecede gelişim gösterememiş bireylerin arkadaş çevresinden dışlanmamak için bu maddeleri kullanmaya meyilli oldukları görülmektedir.
- Bu tür maddelerin kullanımı sonrasında oluşan geçici ve yalancı rahatlama hissi, sorunlardan bir müddet için de olsa kaçış olarak görülmekte ve bu da kullanımı artırmaktadır.
- Bazı genç bireylerde “ilham” kaynağı olduğu şeklindeki algı nedeniyle, aynı şekilde cinsel istikrarın sağlanmasına yönelik inanç nedeniyle madde kullanımı yaygınlaşmaktadır.
- Genç bireylerin toplumda yer edineme ve gelecek kaygısı, hayatta karşılarına çıkan zorluklarla mücadelede zayıf hissetme gibi durumları da bu maddelerin kullanımına neden olmaktadır (Özkuşçu, 1987: 53).

Madde kullanımı sonrasında birey otokontrolünü kaybetmekte ve davranış bozuklukları göstermektedir. İntihar, suç işleme, anormal cinsel tavırlar, şiddet, öfke, tahrip davranışları sıkça ortaya çıkmaktadır. Bu davranış biçimleri hem bireysel hem de toplumsal olarak bir tehlike arz etmektedir (Celkan, 1989).

Madde kullanımına alışma evresinde, genç birey kadar çevresi de etkilidir. Özellikle arkadaş çevreindeki olumsuz değişkenleri genç bireyin de bu yönde sürüklenmesine neden olabilmektedir. Aynı biçimde genç bireyin bir gruba dahil olma arzusu duyması ve kendini bu gruba kabul ettirmek maksadıyla madde kullanımına başlaması da mümkün olabilmektedir. Bu noktada genç bireyin ve çevresinin madde kullanımına yönelik olumlu algısının değiştirilmesi, toplumsal bir sorumluluk olarak öne çıkmaktadır.

2.5.3.4. Kuşak Çatışması

Geçmiş ve bugün arasındaki ilişki, bireylerde kendini daha net olarak göstermektedir. Bugün ve geçmişe yönelik hareket eden yetişkin bireyler ile yeniliğe ve geleceğe dönük olan genç bireyler arasında birçok konuda anlaşmazlıklar ortaya çıkması doğal bir süreçtir. Kuşak çatışması ise bu anlaşmazlıklardan en önemlisidir.

Genç bireylerin nüfustaki payının yüksek olması, bu toplumun yeniliklere açık ve daha dinamik bir yapıya sahip olmasını sağlamaktadır. Yaşlı nüfus oranı fazla olan toplumlarda ise daha muhafazakâr bir bakış açısı hâkim olmaktadır. Gençler yeniliklere daima daha açık bir çizgide seyretmektedir (Ayrıl, 1989: 103).

Kuşak çatışması hemen her toplumda ortaya çıkan ve çok eski dönemlerden bu yana meydana gelen sorunlardandır. Günümüz toplumlarının ekonomik, toplumsal ve teknolojik bakımlardan hızının artması, toplumlarda çatışmaların çok daha belirgin bir biçimde ortaya çıkmasına yol açmakta ve genç bireyleri de yetişkin bireyleri de olumsuz olarak etkilemektedir. Esasında kuşak çatışması, iletişim kopukluğundan başka bir şey değildir (Aktuna, 1989: 177). Temel neden ise sosyal değişimler olup değişime ayak uydurmakta zorlanan yetişkin kuşakla genç kuşak arasında iletişim sorunlarıdır. Özellikle kentleşme, serbest zamanın artışı, demografide genç nüfusun artışı, teknolojik hızlı değişiklikler, genç bireylerde bilincin artması, manevi değerlerin ve bu değerlere olan bakış açısının değişmesi de nedenler arasında yer almaktadır.

Aslında genç nüfusun yetişkin nüfusla çatışmasının nedeni, genç bireylerin otoriteyi kabul etmek istememesidir. Her bir genç birey kararlarını bağımsız biçimde alabilmek, kendi doğrularına göre hareket etmek istemektedir ki sosyolojide bu durum iki taraf arasındaki bütünleşme eksikliği ve zayıflığından kaynaklanmaktadır (Tezcan, 1991: 6). Bu noktada yetişkin ve yaşlı nüfusa düşen temel görev, genç bireylere daha anlayışlı ve hoşgörülü bir yaklaşım tarzı benimsemeleri olacaktır. Aksi halde çatışmalar ve genç bireyin anlaşılama hissi ağır basabilir ve genç birey toplumdan uzaklaşabilir.

2.5.3.5. Serbest Zaman Sorunları

Serbest zaman, genç bireylerde ortaya çıkan sorunlardan bir başkasıdır. Gençler, belli nedenlerle toplumda kendisine yüklenen sorumlulukla yüzleşmek istememekte, bu sorumluluktan mümkün olduğunca kaçmaya çalışmaktadır. Çevresindeki diğer bireyler tarafından anlaşılmadığını düşünen genç bireyde uzaklaşma görülmektedir. Toplumla karşı hissedilen bu “yabancılaşma” zamanla genç bireyin bu sorunla yalnız kalmasına yol açmaktadır. Bu durum için bir çıkış yolu bulunmadığında genç birey ya topluma karşı bir düşmanlık beslemeye ya da kendini tamamen toplumdan soyutlayarak bomboş yaşamaya başlamaktadır. Bu durum sonucunda ise iki tehlikeli durum açığa çıkmaktadır. Bir boşlukta bulunan ve bir arayış içinde olan yabancılaşmış ve yalnız kalmış olan genç birey anarşist bir yapıya bürünebilir yahut olaylara tam anlamıyla teslim olarak kendine gövenden yoksun bir birey olma yoluna girebilir. Bu nedenle serbest zamanların en iyi biçimde değerlendirilmesi gerekmektedir. Genç birey bu sayede hem çevresine dâhil olabilecek hem de olası kötü alışkanlıklardan uzak kalabilecektir (Ayrıl, 1988: 105).

Günümüzde hızlı bir biçimde değişen toplumsal yapı dâhilinde, kapsamlı bir gençlik politikasına sahip olunması büyük önem taşımaktadır. Bu politikada asıl nokta, gençlerin dâhil olduğu ya da edildiği bütün toplumsal alanlarda çeşitli düzenlemeler yapılmasının öngörülmesidir. Gençlik politikasının bileşenleri şu şekilde ifade edilebilir:

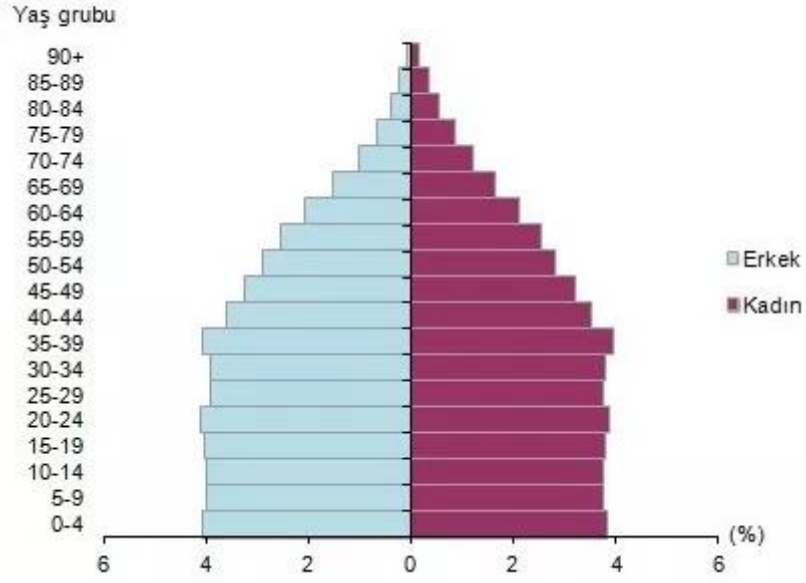
- Katılım için fırsatlar yaratılması
- Koruma ve güvenliğin sağlanması

- Sosyal alanlarda dışlanmaya karşı önlemler alınması
- Ülkeler arası hareketlilik ve uluslararası dolaşım sağlanabilmesi,
- Eşitliğin ve çok kültürlülüğün göz ardı edilmemesi.

2.5.4. Türkiye’de Gençlik Profili

Türkiye’de genç nüfus oranı oldukça fazladır ve bunun sonucunda dinamik bir toplum yapısı ortaya çıkmaktadır. 2000’li yılların başında 18 yaş altı bireylerin sayısı yaklaşık 25.000.000 iken; 5-29 yaş arası nüfus % 50 olarak tespit edilmiştir. OECD ülkelerinde ise bu oran % 35’le Türkiye’nin gerisinde kalmaktadır (Acar, 2008: 3).

2018 yılı nüfus verilerine göre, genç nüfus sayısında 2000’li yılların başı ile kıyaslandığında ciddi bir artış söz konusu olmuştur. Bu nüfus yapısı, geleceğe dair umutların oluşmasını sağlamakta ancak bir yandan da toplumsal alanda çeşitli sorunların gün yüzüne çıkmasına neden olmaktadır. Genç nüfusta görülen artış kimi çevrelerde ekonomik istikrarın sağlanmasını kolaylaştıracak ve refah seviyesini artıracak bir seçenek olarak görülürken, kimi çevrelerde genç nüfus yapısının sosyal alanda çeşitli sorunlara neden olabileceği düşünülmekte ve dile getirilmektedir. Her iki görüş de tamamen yanlış kabul edilemez, çünkü genç nüfus yapısı hem bir “gelecek” güvencesi hem de toplumsal sorunların asıl kaynağı olabilmektedir (Acar, 2008: 4). Aşağıdaki Şekil 1’de, 2018 yılında nüfusun yaşa göre dağılımı nüfus piramidine yer verilmektedir.



Şekil 1. TÜİK Nüfusun Yaşa Göre Dağılımı Nüfus Piramidi

Kaynak: TÜİK Nüfus istatistikleri, <http://tuik.gov.tr/> (Erişim tarihi 14.10.2019)

Nüfus piramidinden de görüldüğü gibi, genç olarak adlandırılan demografik yapıda, artış görülmektedir. Bu artış ülke ekonomisi ve kalkınması açısından her ne kadar olumlu görülmekte ise genç kuşağın ciddi sorunlarla karşılaşma olasılığının her geçen gün artış gösterdiği de bir gerçektir.

2.5.4.1. Türkiye’de Genç Nüfusun Temel Sorunları

Türkiye’de gençlerin maruz kaldığı ya da kalabileceği birçok sorun bulunmaktadır. Bunların bazıları geçmişten bugüne uzanırken, bazıları günümüzde oluşmuştur. Ortaya çıkan sorunların çeşitli nedenleri bulunmakla birlikte bu nedenlerin genel olarak genç bireyin yapısından ya da toplumun bakış açısından kaynaklandığı ifade edilebilir.

Güncel olarak genç bireylerin en sık karşılaştığı toplumsal sorunlardan biri işsizlik/istihdam sorunudur. Genç bireylerin istihdam sorunu, hem gelişmiş ülkelerde hem de gelişmekte olan ülkelere önemli sorunlardan biridir.

Genç bireylerde işsizlik oranlarının gün geçtikçe artması, çok ciddi sorunlara yol açabilmekte, iş bulma sürecinin artması genç bireylerde umutsuzluğun da

artmasına neden olmaktadır. Bu umutsuzluk genç bireyleri olumsuz anlamda derinden etkilemekte ve iş bulma konusunda hevesiz davranmalarına neden olabilmektedir. Bunun sonucunda ise bireylerde kendini geliştirme arzusu ve vasıfların azalması gibi olumsuzluklar meydana gelmektedir (Gür vd., 2012: 25).

Genç bireylerde bir başka önemli sorun, zararlı alışkanlıklar ve madde kullanımınıdır. Yine toplumsal değişiklikler karşısında değişme, gelecek korkusu, yabancılaşma, güven bunalımı, kimlik karmaşası, iletişim kopukluğu, “işe yaramazlık” hissi, psikolojik olarak sıkışmış hissetme, stres, yalnızlık kaygısı, şartlandırma, yozlaşma, serbest zamanların kullanımı noktasında yetersizlik gibi birçok sorun da bu dönem bireyleri için birer potansiyel tehlike olarak beklemektedir (Sekam, 2013: 80).

2.6. Gençlik Merkezleri

2.6.1. Gençliğe Yönelik Yatırımların Tarihçesi

Türkiye’de gençlik ve spor faaliyetlerine yönelik ilk çalışmalar 1922 yılı itibariyle kurulan ve faaliyete geçen, ilk spor teşkilatı olan “Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı” ile başlamıştır. Ardından 1983 yılı itibariyle kurulan ve faaliyet göstermeye başlayan Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü ve 1970 yılında kurulan Gençlik ve Spor Bakanlığı’nın kurulması ile eskisine göre çok daha profesyonel olarak şekillenmeye başlamıştır. 1983 yılında Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı’nın kurulmasından sonra, 28 Mayıs 1986 tarihinde 3289 sayılı *Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun* çıkarılmıştır. Bu kanunla birlikte Spor Bakanlığı’na bağlı merkezlerde Beden Terbiyesi Spor Genel Müdürlüğü ve taşrada ise İl ve İlçe Müdürlükleri kurulması kararı alınmıştır (Fişek, 1985: 12).

1989 yılında çıkarılan 356 sayılı Kanun Hükmünde Kararname (KHK) ile de Gençlik ve Spor Müdürlüğü resmen kurulmuştur. Son olarak, genç kesime yönelik faaliyetlerin ve spor hizmetlerinin çok daha etkin şekilde yaygın hale gelmesi için 638 sayılı KHK ile Gençlik ve Spor Bakanlığı kurulmuştur (Bilir, 2005: 12).

Yıllar içinde gençler ve gençliğe yönelik çalışmaların Türkiye’de hız kazanmaya başladığı görülmektedir. Friesenhahn vd., (2003), Avrupa Birliği konseyi

kararları çerçevesinde gerçekleşen bu çalışmaları “gençler tarafından, gençlerle birlikte veya gençler için gerçekleştirilen, geniş bir kapsama yayılmış olan, toplumsal, kültürel, eğitsel veya siyasi bir doğası olan etkinlikleri içeren kapsamlı bir ifade” olarak tanımlamaktadır.

2004 yılına kadar genel olarak halk oyunlarına yönelik yarışmalar düzenlenen bir kurum olarak hizmet verirken, bu tarihten sonra eğitsel ve sanatsal kurslar içeren, yurt içi değişim programları oluşturan, yarışma ve turnuvalara yer verilen, AB Projelerine destekçi, sosyal sorumluluk faaliyetleri ile yakından ilgilenen bir form kazanmıştır (Temur, 2014: 94).

Gençliğe yönelik çalışmalar, devlet tarafından öngörülen müfredat dâhilinde gerçekleştirilmekte olan örgün eğitimden ayrı olarak, formal olmayan yöntemlerle gençlerin katılımı amaçlanarak hayata geçirilen sosyal, politik ve kültürel çalışmaların bütünü olarak ifade edilebilir. Avrupa temeline dayanan gençlik yaklaşımında, çalışmaların temel noktası olarak Sanayi Devrimi ön plana çıkmaktadır. Sanayileşmenin bir getirisi olarak dönüşümlerin hızlı ve toplumsal biçimde gerçekleştiği bu dönemde, toplumda yer edinmiş sorunlar da yeniden tanımlanmıştır. Yapılan tanımlamalar doğrultusunda genç kuşak sorunları da gündeme gelmiştir. Zaman geçtikçe sözü edilen bu sorunlarda da birtakım değişiklikler meydana gelmektedir. Ancak bu sürecin temel faktörleri genel olarak çok fazla değişim göstermediğinden, karakteristik bir yapıya bürünmüştür. Genç yaş grubuna dahil olmak, ortak bir amaç doğrultusunda hareket etmek, sosyal bağlantılar kurma arzusu duymak, örgütsel ve toplumsal yaşamı beslemek, eğitim, eğlence, bu yapının temel paydaları olarak öne çıkmaktadır (Verschelden vd., 2008).

2.6.2. Bir Oluşum Olarak Gençlik Merkezleri

Gençlik merkezleri; yönetmelikte “*il müdürlüklerine bağlı olarak, gençlerin sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif faaliyetler çerçevesinde serbest zamanlarının ilgi, istek ve yetenekleri doğrultusunda değerlendirilmesine fırsat vererek topluma aktif vatandaşlar olarak katılmalarını sağlayan ve gençleri zararlı alışkanlıklardan korumaya yönelik çalışmaları yürüten kurumlar*” olarak ifade edilmektedir (Gençlik Merkezleri Yönetmeliği, 2003).

Türkiye’de gençlik merkezleri, bağlı buldukları kurumlara göre üç ana grupta incelenebilir. Bunlar yerel yönetimler (belediyeler), sivil toplum örgütleri ve Gençlik ve Spor Bakanlığı’na bağlı olan gençlik merkezleridir.

Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde 2003 yılı itibariyle kurulan gençlik merkezleri, daha önceki dönemde Gençlik ve Spor Müdürlüğü’ne bağlı olarak faaliyet göstermiştir. Temel amaç ise genç kuşağın zamanını etkin geçirmesi, bilgi ve becerilerin geliştirilmesidir. Türkiye genelinde birçok ilde mevcut bulunan gençlik merkezlerinin uyguladığı programlara ek olarak yerel alanlarda gençlerin ihtiyaç duyduğu alanlarda da faaliyetler gerçekleştirilmektedir (Ezgin ve Koç, 2016: 31).

Gençlik Merkezleri, genç bireylerin ihtiyaç duyduğu sosyalleşmeyi sağlayabileceği, katılım sağlamak istediği, yetenek ve becerilerini ortaya koymak için fırsat bulabileceği bir alan olarak günümüzde önemli bir yere sahiptir.

Gençlik merkezleri Gençlik ve Spor bakanlığı bünyesinde kurulmuş olduğu için bakanlık personel alımı ve bütçe noktasında yetkili mercidir. Yıllık faaliyetler bir önceki yıldan itibaren planlanmakta ve faaliyet takvimine yönelik bütçe bakanlığa sunulmaktadır. Onaylanan yıllık faaliyet planı çerçevesinde bütçe belirlenmesi yapılmakta ve bakanlık ilgili bütçeyi merkeze göndermektedir (Ezgin ve Koç, 2016: 38).

Genç kuşak için Türkiye’de sosyalleşme imkânları genel itibariyle diğer ülkelere kıyaslandığında kısıtlıdır. Bir toplumda topluma katılımın fazlalığı, gençlerin ifade özgürlüğü kazanma ve kendilerini ifade edebilme yetisine sahip olabilmeleri ise sosyalleşebilme ile doğru orantılıdır. Bu noktada Gençlik Merkezleri, sosyalleşmeye yardımcı kamusal alanlardan biri olarak öne çıkmaktadır.

2.6.3. Amaç, Kapsam ve Faaliyet Alanları

Mevzuata göre gençlik Merkezleri’nin genel amaçları şunlardır (Gençlik Merkezleri Yönetmeliği, 2003):

- Genç kuşağın Atatürk ilkeleri doğrultusunda, milletine ve ülkesine faydalı, araştırmacı, yatarıcı, birleştirici, yeteneklerini geliştirmek ve toplumsal yaşama gönüllü olarak katılmalarını sağlamak,
- Gençlerin serbest zamanlarını ilgi, istek ve yetenekleri doğrultusunda değerlendirmelerini sağlamak, onları sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif faaliyetlere yönlendirmek,
- Diğer illerdeki gençlik merkezi üyeleri ile birlikte projeler üreterek bu projeler aracılığı ile gençler arasında değişim programları yapılmasını sağlamak,
- Yurt dışı gençlik kuruluşları ile uluslararası değişim programları gerçekleştirmek,
- Gençlerin sosyal kişiliklerinin gelişmesine katkıda bulunarak, topluma uyumlu olmalarını sağlamak,
- Sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif faaliyetlerle gençlerin ruh ve beden sağlıklarını korumak, ulusal birlik ve beraberlik duygularını güçlendirmek,
- Gençlerin kültürel ve psiko-sosyal ihtiyaçlarını karşılayarak, bireysel ve toplumsal ilişkilerinde sağlıklı ve dengeli kişilik geliştirmelerine katkıda bulunmak ve onları zararlı alışkanlıklardan korumak,
- İlgi ve yetenekleri doğrultusunda bilgi ve becerilerini artırmak,
- Gençlerin sorunlarına yardımcı olmak, rehberlik ve danışmanlık yapmak,
- İl düzeyinde yapılacak olan gençlik organizasyonlarında diğer gençlik kuruluşları ile koordinasyonu gerçekleştirmek.

Gençlik merkezleri ile gençlerin topluma katılımı ve kazandırılması amaçlanmaktadır. Özerk bir dönem olan gençlik döneminin desteklenmesi, sosyal dışlanmanın engellenmesi bakımından gençlik merkezleri önemli bir rol üstlenmektedir. Bu kurumlarda genç bireyler, içinde yaşamak durumunda oldukları toplumu anlayabilme, kendi kararlarını alabilme, gerektiğinde toplumun karşısında durabilme, özgüven edinebilme, kendilerini net olarak ifade edebilme gibi yetileri çok daha kolay bir biçimde kazanabilmektedir (Yentürk, 2008, 31).

Günümüzde gençlik merkezleri dâhilinde birçok rekreatif çalışma yapıldığı görülmektedir. Özellikle sanatsal faaliyetlerin bu noktada öne çıktığı gözlemlenmektedir. Gençlik merkezlerinde eğitimi verilen resim, güzel sanatlar, dans, tiyatro, el sanatları, eğitsel çalışmalar, sempozyumlar, zararlı alışkanlıklarla mücadele, dil öğretimi (Gençlik Merkezleri Yönetmeliği, 2003) gibi etkinlikler gençlerin motivasyonunu ve topluma uyumunu artırmaktadır.

Gençlik merkezlerinde birçok faaliyet alanı bulunmakla birlikte, bu faaliyet alanları şu şekilde sıralanabilir:

1. Kurslar: Genç kuşağın katılması için gençlik merkezlerinde pek çok kurs düzenlenmektedir. Bu kurslar genel olarak dil öğretimi, el sanatları, spor faaliyetlerine yönelik, okul derslerine yardımcı ve mesleki, işaret dili, hızlı okuma, pazarlama ve bilgisayar eğitimi gibi çeşitli alanlarda verilmektedir.
2. Seminer Programları: Kişisel gelişime yönelik seminerler, sempozyumlar, kariyer planlaması, diksiyon ve hitabet, rehberlik ve psikolojik danışmanlık, motivasyon gibi alanlar üzerine çeşitli seminerler düzenlenmektedir.
3. Bilgisayar Eğitimleri: gençlerde bilgisayar kullanımının öğretimi ve teşvik edilmesini kapsayan bu kurslarda, Web tasarımı, grafikerlik, Office programları, blog hazırlama, mobil uygulamaların kullanımı, Autocad ve Photoshop gibi çeşitli eğitimler sunulmaktadır.
4. Proje Eğitimleri: AB projeleri eğitimleri sosyal sorumluluk projeleri başta olmak üzere; huzurevi, hastane, yetiştirme yurdu gibi toplumsal alanlara yönelik ziyaret projeleri, önemli gün ve haftalarda eğitim kurumlarına gerçekleştirilen ziyaretler, gönüllülük esasına dayalı kampanya projeleri de gençlik merkezlerinde gerçekleştirilen eğitimlerdir (Temur, 2014: 95).

2.6.4. Sosyal Sorumluluk Projeleri

Gençlik merkezlerinde, sosyal sorumluluk projeleri kapsamında çeşitli etkinlikler gerçekleştirilmektedir. Toplumsal bakımdan sorumlu olunan birçok konuda, bu merkezlerdeki sosyal sorumluluk projeleri kapsamında faaliyetler yürütülmektedir. Özellikle (www.gsb.gov.tr);

- Sağlık merkezleri ziyaretleri
- Huzurevi ziyaretleri
- Yetiştirme ve koruma yurtları ziyaretleri
- Engelli eğitim kurumları ziyaretleri
- Gönüllü olarak gerçekleştirilen faaliyetler

Sosyal sorumluluk projeleri kapsamında değerlendirmeye alınan faaliyetlerdir. Söz konusu faaliyetler, ihtiyaç oluşması ya da talep olması durumunda planlanmakta ve hayata geçirilmektedir. Bu projeler kapsamında genç kuşak, geri dönüşüm, fidan dikme, kültürel gezilere katılma gibi faaliyetlere de katılım sağlayabilmektedir.

2.6.5. Sportif Faaliyetler

Gençlik merkezleri kapsamında talep doğrultusunda çeşitli spor faaliyetlerine de yer verilmektedir. Basketbol, voleybol, satranç, yüzme, hentbol, badminton, masa tenisi gibi hem bireysel hem de grup olarak katılım sağlanabilecek birçok faaliyet gençlik merkezleri bünyesinde hayata geçirilmektedir (İlcutlu, 2019: 14).

2.6.6. Kültürel Faaliyetler

Gençlik merkezlerinde genel olarak kültürel faaliyetler kapsamında güzel sanatlara yönelik kurs ve faaliyetler yer verilmektedir. Ebru, tezhip, hat sanatı gibi masa başı kurslara ek olarak tiyatro, halk oyunları, halk dansları ve fotoğrafçılık gibi genç kuşağın kaynaşması ve çevre edinmesini de sağlayan kurslara da talep doğrultusunda gençlik merkezleri bünyesinde yer verilmektedir (Yaman, 2016: 25).

2.6.7. Sanatsal Faaliletler

Gençlik merkezleri bünyesinde sanatsal faaliyetler çatısı altında özellikle enstrüman eğitimi, resim eğitimi, dans eğitimi, heykel yapımı, çinicilik, karikatür, madeni eşya işlemeciliği, vitray boyama, kumaş boyama, ahşap boyama, oymacılık, ipek pentur yapımı gibi farklı dallarda sanat eğitimleri verilmektedir (Kelleş, 2017: 32).

2.6.8. Eğitim Faaliyetleri

Gençlik merkezlerinde eğitim ile ilgili faaliyetlere de yer verilmektedir. Özellikle gençlerin okul derslerinde başarılı olabilmesi için takviye kursları, eğitim faaliyetlerinin başında gelmektedir. Aynı şekilde yabancı dil eğitimi için kurslar, bilgisayar kullanımına yönelik eğitimler, bilgisayarda özel programlara (photoshop, autocad vs.) yönelik kurslar, mesleki eğitim kursları, işaret dili kursları da talep doğrultusunda verilmektedir (Yaman, 2016: 25).

2.6.9. Projeler

Gençlik merkezlerinde, gençler için hem ilgi çekici hem de kişisel gelişim sağlayıcı birçok proje yürütülmektedir. “İyilik Ağacı” projesi, 2014 yılından bu yana uygulanan bir proje olup, gençlik merkezleri bünyesinde gerçekleştirilen ve uzun soluklu olan projelerden bir tanesidir. Bu proje ile amaçlanan, iyiliklerin paylaşılması ve toplumda da bu bilincin artırılmasıdır. “Birleşmiş Milletler 2000 Yılı ve Ötesi Gençlik Programı” çerçevesinde hazırlanan bu proje ile ağaç sembolik bir anlam üstlenmiştir. Gençlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü ve Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesindeki 81 ilde iyilik ağacı projesi hayata geçirilmiştir (<http://gencleriniyilikagaci.gsb.gov.tr/>).

Aynı şekilde, gençlik merkezleri bünyesinde uygulamaya alınan projeler arasında kitap okuma, sosyal bilimler atölyesi, inovasyon, dini ilimler ve dil atölyeleri ile kişisel gelişime yönelik projeler de talep ve bakanlık kararları doğrultusunda hayata geçirilmektedir (Yavuz, 2017: 42).

2.6.10. Yarışmalar

Gençlerin motivasyonunun sağlanması, kendilerine güvenlerinin gelişmesi ve başarılı olma güdüsünün doyumu için gençlik merkezleri bünyesinde yarışmalar da düzenlenmektedir. Farklı alan ve branşlarda spor karşılaşmaları, karikatür, resim ve şiir yarışmalarına ek olarak yeteneklerin ön plana çıktığı dans yarışmaları ve ses yarışmaları da düzenlenmektedir (Kelleş, 2017: 32).

2.6.11. Gençlik Merkezi Faaliyetlerinin Önemi

Gençlik merkezleri, il müdürlüklerine bağlı bir biçimde genç kuşağın kültürel, sosyal ve sportif faaliyetlerine katılımlarının sağlanması yoluyla serbest zamanların ilgi, yetenek ve istekler doğrultusunda değerlendirilmesine olanak sağlamaktadır. Bu çerçevede toplumda aktif bireyler yetişmesine destek olmaktadır (Gençlik Merkezi Yönetmeliği, 2003). Bu sayede gençler zararlı alışkanlıklardan ve kötü davranışlardan uzak kalabilmekte, olumlu davranışlarını pekiştirirken yaşam doyumu kazanabilmektedirler.

Türkiye’de Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde ülke genelinde faaliyet gösteren gençlik merkezlerinde esas olan gönüllü katılımıdır. Gençlerin bireysel olarak görüş belirtebilmesi, fikirlerini dile getirebilmesi ve hem fiziksel hem de mental olarak kendini geliştirmesi bakımından gençlik merkezleri önemli bir yere sahiptir. Gençler merkezlerde kendilerini her anlamda geliştirme olanağı bulabilirken, bir yandan da yeni beceriler kazanabilmekte ve çevre edinerek sosyalleşebilmektedir (Ataç vd., 2018: 93).

Genç kuşağın topluma doğru ve olumlu bir biçimde kazandırılmasında, gençlik merkezleri önemli bir yere sahiptir. Gençlere yönelik olarak ortaya çıkan her çeşit istismarın engellenebilmesi, ayrımcılıkların ortadan kaldırılabilmesi, bu alanda öneriler ortaya konması gibi faaliyetlere ek olarak gençler için hazırlanan faaliyetlere onların bireysel yahut grup halinde katılımlarının sağlanması da bu merkezlerin önemini artırmaktadır. Ayrıca gençlerin kötü alışkanlıklar kazanmasının engellenmesi, mevcut kötü alışkanlıklardan mümkün olduğunca uzak kalmaları da gençlik merkezlerinin de katkı sağladığı olumlu gelişmeler arasında yer almaktadır (Biol ve Aydın, 2019: 1476).

Gençlik merkezleri, özellikle genç bireylerin serbest zamanlarını değerlendirmeleri için hizmete açılan ve kalıcı olarak hizmet veren önemli kurumlardan bir tanesidir. Gençlerin yaşamlarının henüz başı sayılan bu dönemde yol bulabilmesi, destek görebilmesi gibi etkenlerle onlara olumlu katkı sağlayan bu merkezlerde uygulanan politika ve faaliyetler gençlerin istek, ihtiyaç ve talepleri doğrultusunda belirlenmektedir.

Gençlik merkezleri, gençlerin yaşamlarına farklı boyutlarda destek sağlamaktadır. Bu merkezler, Gençlik ve Spor Bakanlığı adına taşrada gençlik faaliyetlerini üstlenmekte ve gençlerin ulaşmada sıkıntı ve sorun yaşamayacakları yerler haline gelmişlerdir. Gençlik merkezlerinde gönüllülük esasına dayalı olarak çalışmakta olan gençlik liderlerinin de gençler üzerindeki etkileri oldukça fazladır (Temur, 2014: 95).

Gençlik kavramı, toplumsal dönüşüm süreci içinde özellikle de teknolojik gelişim ve ilerlemeler ile farklı bir boyut kazanmıştır. Gençlik merkezleri aracılığıyla uygulamaya konan projeler ve faaliyetler, genç bireylerin topluma kazandırılması ve gençlerin kendini gerçekleştirmiş bireyler olmasına da katkı sağlamaktadır.

Sosyal, sanatsal, kültürel ve sportif faaliyetler, genç bireylerin gelişimi içindir. Genç bireylerin yetişmesi ve topluma kazandırılması noktasında amaç ve hedeflerin belirlenmesi ve bu doğrultuda hareket edilmesi gerekmektedir. Belirlenen amaç ve hedeflerin eğiticiler yardımıyla gençlerle birlikte geliştirilmesi, hemen hemen tüm faaliyetler için gereklidir. Bu noktada hem gençlik merkezlerinde çalışanların iş ve yaşam doyumunu kazanması, hem de gençlerin serbest zaman doyumunu elde edebilmesi son derece önemlidir. Gençlik merkezleri bu bağlamda genç bireylerin serbest zaman doyu kazanmalarına yararlı olmaktadır. Gençlik merkezleri bünyesinde gençlerin topluma kazandırılması için gerçekleştirilen faaliyet ve çalışmalar, gençlerin yetişmesinde zararlı alışkanlıklardan uzak kalma, aile ve toplumun desteğini sağlama gibi etkiler sağlayabilmektedir (Cılga, 2001: 3).

Gençlik merkezlerinde gerçekleştirilen faaliyetler sonucunda genç bireyler sosyalleşebilmekte, toplumsal olay ve gelişmelere karşı bir bakış açısına sahip olabilmektedir. Aynı zamanda gençlik merkezleri bünyesinde gerçekleştirilen kurslar, yarışmalar, projeler ve eğitimler kapsamında kişisel gelişimleri için önemli ilerlemeler sağlayabilmektedirler. Bu bakımdan özellikle taşrada gençlik merkezleri ve gerçekleştirdikleri faaliyetler oldukça önemli bir rol üstlenmektedir.

2.6.12. Araştırma Kapsamıyla İlgili Araştırmalar

Serbest zaman tutumu ve serbest zaman doyumunu arasındaki ilişki ile ilgili de literatürde birçok çalışma mevcuttur. Serbest zaman tutumu ve serbest zaman doyumunu ile ilgili yapılan araştırma ve çalışmalara ek olarak, serbest zaman ve mutluluk

arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmalar da söz konusudur. Bu bölümde bu çalışmalar ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

Serbest zaman doyumunu, yaşam doyumunu ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalardan biri de Kılıç vd.(2016) tarafından yapılmıştır. Bu araştırma kapsamında, spor okullarındaki faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman doyum ve yaşam doyumunu düzeyleri bazı değişkenler çerçevesinde incelenmiştir. Araştırma kapsamında, Yaşam Doyum Ölçeği ile Serbest Zaman Doyum Ölçeği kullanılmış, araştırma sonucunda spor okullarında serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerde, bu etkinliklerin yaşam doyumunu için katkı sağladığı tespit edilmiştir.

Yaşartürk ve Bilgin (2018) tarafından gerçekleştirilen serbest zaman doyumunu ve yaşam doyumunu çalışması kapsamında, toplumda 85 sporcu üzerinde bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Betimsel tarama modeli kullanılan çalışmada, serbest zaman etkinlikleri arasında yer alan faaliyetlerin katılımcılar üzerinde rahatlama, sosyal, psikolojik, estetik ve fizyolojik bakımlardan yarar sağladığı tespit edilmiştir. Bu araştırma kapsamında hentbol ile ilgilenen sporcuların serbest zamanda gerçekleştirdikleri faaliyetlerin doyum elde etmede yararlı olduğu görülmüştür. Dolayısıyla, serbest zamanda gerçekleştirilen etkinliklerin yaşam doyumunu artırdığı ifade edilebilir. Aynı zamanda doyum düzeyi de söz konusu sporcular için beklenen seviyededir.

Yağmur ve Ocak (2012) tarafından gerçekleştirilen karşılaştırmalı bir çalışmada, spor faaliyetlerine zaman ayıran ve farklı serbest zaman etkinliklerini tercih eden üniversite öğrencileri arasında bir çalışma gerçekleştirilmiş, araştırma kapsamında bir anket çalışması uygulanmış ve serbest zaman doyumunu sağlanması için tercih edilen faaliyetlerin etkilerinin ortaya konması amaçlanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin %76'sı serbest zamanlarında spor faaliyetlerini tercih ederken geri kalanı farklı faaliyetlerle ilgilendiklerini ifade etmişlerdir. Çalışma kapsamında elde edilen verilerden anlaşıldığı kadarıyla, serbest zaman doyumunu sağlanabilmesi için serbest zamanın nasıl değerlendirileceği konusu öznel ve kişiye göre değişiklik gösterebilmektedir. Günlük yaşantı içinde genel olarak sürdürülen faaliyetlerin rutin bir hal alması, kişinin kendini tekrar etmeye başlaması yaşam doyumunu ve mutluluk düzeyini düşürmektedir. Bu nedenle serbest zaman etkinlikleri yaşamın çok önemli bir parçası olarak düşünülmelidir. Bu bağlamda çevre koşullarının ve ekonomik düzeyin

olumlu yönde geliştirilmesiyle serbest zaman çok daha bilinçli bir biçimde değerlendirilebilir ve böylelikle bireyler serbest zaman doyumunu sağlayabilir.

Güçlü (2013) tarafından yapılan gençlik döneminde serbest zamanın değerlendirilmesine yönelik çalışmada, bireylerin gençlik dönemlerinde ilgilendikleri serbest zaman etkinliklerinin önemi üzerinde durulmaktadır. Çalışma sonucunda elde edilen verilere göre, serbest zaman tanımlarının benzer yönlere sahip olduğu, bu zaman içinde gerçekleştirilen faaliyetlerin çeşitli değişkenlerle yönlendiği ve serbest zaman etkinliklerinin sağlık, fiziksel ve sosyal açıdan yararlı olduğu görüşü ortaya konmuştur. Bu bağlamda serbest zamanda seçilen faaliyetlerin sosyal ve fiziksel etkilerinin serbest zaman doyumunu sağlanmasında etkili olduğu ve dolayısıyla bireyin mutluluğa ulaşmasına katkı sağladığı şeklinde ifade edilebilir.

Doğan (2006) tarafından yapılan serbest zaman ve “iyilik” hali ile ilgili çalışmada, araştırma üniversite öğrencileri ile sınırlandırılmıştır. Çalışmada “Algılanan Sosyal Destek Ölçeği”, “İyilik Hali Ölçeği” ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen verilere göre, cinsiyet ve iyilik hali, serbest zamanda değişik bakış açısı oluşmasına neden olmaktadır. Elde edilen bulgulara göre bireylerde serbest zaman hissedilen “iyilik hali”ni yükseltmektedir. Bu bakımdan serbest zaman faaliyetlerine yönelimin bireysel boyutta, aile ve okul boyutunda da artırılması gerekmektedir. Serbest zaman faaliyetlerinin kapsamı, bireysel bakımdan kişinin kendini iyi hissetmesinde önemli bir role sahiptir. Yalnızca zihinsel değil fiziksel etkinliklerin de artırılması, bireylerin bu tür etkinlikler için yönlendirilmesi, spor aktiviteleri ve kültürel aktivitelerin artırılması mutluluk, serbest zaman doyumunu ve yaşam doyumuna etki ederek artıracaktır.

Çakır vd. (2019) tarafından, “çalışan kadınların serbest zaman etkinliklerine yönelik tutum, engellerin belirlenmesi ve iş yaşamlarındaki yalnızlık düzeylerinin belirlenmesi” konulu 231 kadın (Ort.yaş=30.18 ± 8.32) ile yaptığı çalışmanın sonucunda, medeni hal değişkeni ana etkisi açısından katılımcıların BZTÖ'nin sadece “davranışsal” alt boyutundaki puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılaştığı ve bekar katılımcıların ortalama puanları evlilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca fiziksel aktivitelere katılım değişkeni ana etkisi açısından katılımcıların BZTÖ'nin tüm alt boyutlarda ortalama puanlarının istatistiksel olarak anlamlı

farklılaştığı ve fiziksel aktivitelere hiç katılmayanların ortalama puanları düzenli katılanlardan daha düşük olduğu sonucuna varılmıştır.

Güngörmüş vd. (2019) tarafından, alışveriş merkezlerinde çalışan bireylerin serbest zaman tutumu ile yaşam kalitesi ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik yapılan çalışmanın bulgusuna göre, cinsiyet bağımsız değişkeninin BZTÖ'nin alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğunu, alt boyutlarda ise sadece "davranışsal" alt boyutundaki puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılaştığı belirlenmiştir. İlgili alt boyutta erkek katılımcıların ortalama puanları kadınlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca Korelasyon analizi sonuçları BZTÖ'nin tüm alt boyut puanları YKÖ-KF'nun ve OMÖ-KF puanları ve arasında ve OMÖ-KF puanları ile YKÖ-KF puanları arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğunu göstermiştir.

İleri ve Sönmez (2018) tarafından, "serbest zaman tutumunun incelenmesi: yetişkin bireyler örneği" konulu ve örneklem grubunu çocuklarını fiziksel aktiviteye yönlendiren 272 (144 Kadın, 128 Erkek) yetişkin bireylerin oluşturduğu çalışmada, cinsiyet ve eğitim durumu değişkeninin BZTÖ'nin alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olmadığını göstermektedir. Ayrıca, herhangi bir kulübe üye olan katılımcıların ortalama puanları, herhangi bir kulübe üyeliği bulunmayanlara göre daha yüksektir.

Demir ve Demir (2014) tarafından serbest zaman tutumu ve algısına yönelik olarak gerçekleştirilen çalışmada, kamu kesiminde yönetici konumundaki bireyler araştırma kapsamına alınmıştır. Yöneticilerin serbest zaman doyumunu önemsedikleri ve bu bağlamda hareket ettikleri yönündeki hipotezlere ek olarak çalışmada, cinsiyet ve demografik yapının bu tutumda etkili olup olmadığı da incelenmektedir. Çalışma sonucunda, yönetici kesiminde çalışmakta olan bireylerin ekonomik, sosyal, fiziksel ve zaman bakımından algılamaları doğrultusunda serbest zaman tutumlarının değişkenlik gösterdiği desteklenmiştir. Serbest zaman etkinlikleri kapsamında bireylerin gerçekleştirmek istedikleri çalışma alanından uzaklaşma ve aynı zamanda da sosyalleşme çabasıdır. Bu bakımdan serbest zaman doyumunu ve yaşam doyumunu, dolayısıyla mutluluk algısı, bireysel ve toplumsal yaşamda çok önemli bir yere sahiptir.

Eruzun ve Türkmen (2018) tarafından, kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımı ile serbest zaman doyumunu arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada temel olarak amaçlanan, spor faaliyetlerine katılım sağlayan kadın bireylerin serbest zaman doyumunu ve yaşam doyumuna etkilerinin araştırılmasıdır. Araştırma sonucunda, yaşam kalitesinde artış görülen kadınların serbest zaman doyum düzeylerinde artış görüldüğü saptanmıştır.

Yaşam kalitesinin artması yaşam doyumunu sağlayan temel faktörlerden bir tanesidir ve kalitenin artması da serbest zaman tutumuna bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Spor faaliyetlerine katılım gösteren kadınların yaşam kalitesi, yaşam doyumunu ve mutluluk düzeyleri, spor faaliyetlerine katılmayan veya serbest zaman faaliyetleri bulunmayan kadınlara oranla çok daha iyi seviyededir. Bu durum cinsiyet ayırt etmeksizin toplumsal açıdan da böyledir denilebilir. Fiziksel ve çevresel faktörlere bağlı olarak, yaşam kalitesi düşük olan bireyler, serbest zaman doyumunu ve mutlulukta yaşayamamakta, aksine serbest zaman faaliyetleri ile fiziksel ve çevresel faktörleri iyi seviyeye taşıyabilen bireyler ise daha mutlu olduğu söylenebilir.

Sarioğlu vd. (2019) tarafından yapılan bir çalışma, serbest zaman doyumunu ve serbest zaman engelleri üzerinedir. Araştırma sonucunda, serbest zaman engelleri ile karşı karşıya kalan bireylerin psikolojik durumlarının olumsuz yönde etkilendiği görülmüştür. Psikolojik olumsuzluklar mutluluk düzeyini doğrudan etkileyen en önemli faktörlerden bir tanesidir. Serbest zaman etkinliklerinin mutluluğu sağladığı ifade edilebilir.

Serbest zaman, bireysel ya da grup olarak değerlendirilmesi gereken önemli bir zaman dilimidir. Günümüz şartları ve gittikçe artan stres seviyesi düşünüldüğünde, serbest zaman doyumunun sağlanabilmesi için bu alanda daha fazla rekreatif faaliyetlere zaman ayrılması gerektiği sonucu ortaya çıkmaktadır. Çalışan bireyler, zorunlu harcanan zaman ve çalışma zamanı dışında kalan süre içinde serbest zaman etkinliklerine zaman ayırmalı ve doyumunu sağlamalıdır. Bu sayede serbest zamanın iyi şekilde değerlendirilmesine ek olarak hem bireysel hem toplumsal olarak fiziksel, psikolojik bakımdan, sağlık ve iş alanında başarılı bireyler daha etkin hale gelebilecektir.

Sevin ve Şen (2019) tarafından gerçekleştirilen bir başka çalışma, öğretmenlik mesleği yapan bireylerin yaşam doyumunu, mutluluk düzeyleri ve bunların iş

performansına etkileri üzerinedir. İş yaşamında yoğun olarak rutin, yorgunluk ve strese maruz kalan öğretmenlerin olumsuz koşulların etkisi altında kalmaları ve serbest zaman doyumunu sağlayıp sağlayamadıklarının ortaya konmasını amaçlayan çalışmada, aynı zamanda mevcut durumun iş performansına etkileri de değerlendirilmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre bireylerin rekreatif faaliyetlere katılımları ve mutluluk düzeyleri arasında pozitif yönlü önemli bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Rekreatif faaliyetlerin iş performansında olumsuz bir etkisi olmadığı da araştırma bulguları arasında yer almaktadır. Yaşam doyumunu ve bireyin yüksek mutluluk düzeyi, iş performansını olumlu yönde etkilemekte ve stres düzeyini de en az seviyeye indirmektedir.

Gökçe (2008) tarafından gerçekleştirilen araştırma ise serbest zaman doyumunu ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi ile doğrudan ilgilidir. Bu kapsamda bireylerin medeni hal, cinsiyet ve yaş grubu değişkenleri aynı ayrı değerlendirilmiş ve serbest zaman etkinliklerinin yaş ve cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Ancak evli bireylerin birlikte bu tür rekreatif faaliyetlere katılımının mutluluk düzeyinde artış sağladığı tespit edilmiştir.

Doğan vd. (2019) tarafından akademisyenler üzerinde yapılan serbest zaman doyumunu, sıkılma ve iş doyumunu ilişkisinin tespitine yönelik çalışma, serbest zaman doyumunu ve mutluluk ilişkisinin iş performansına etkisinin değerlendirilmesi bakımından önemlidir. Serbest zaman faaliyetlerine katılım düzeyinin serbest zaman doyum düzeyine olan etkisi söz konusu çalışma ile ortaya konmuş, serbest zaman faaliyetlerinin kişilerde sosyal, psikolojik, estetik ve rahatlama gibi alt boyutlarda faydalı olduğu saptanmıştır. Düzenli şekilde serbest zaman aktivitelerine katılım sağlayan akademisyenlerin ortalama puanları, katılmayanlara göre çok daha yüksek çıkmış, bu bağlamda serbest zaman doyumunu ve iş doyum düzeyi arasında da pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Yapılan çalışma sonucunda denilebilir ki; akademisyenlerin, diğer iş kollarında çalışan bireylerde olduğu gibi rekreatif faaliyetlere ve serbest zaman doyumunu sağlayacak aktivitelere ihtiyaçları bulunmaktadır.

Bireysel ve toplumsal bakımdan daha olumlu bir iş yaşamı, stres seviyesinin en aza indirilmesi gibi psikolojik yapıyı doğrudan etkileyen durumların sağlanabilmesi için mutluluk ve dolayısıyla serbest zaman doyumunu son derece önemlidir.

Serdar vd. (2018) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyum düzeyleri ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma sonucunda elde edilen verilerle, serbest zaman süresi arttıkça serbest zamanda katılım sağlanan etkinliklerden elde edilen doyumun da arttığı tespit edilmiştir. Katılımcıların refah düzeyinde ve mutluluk düzeyi arasında olumlu bir ilişki bulunduğu gözlemlenmiştir. Serbest zaman etkinlikleri hem bireysel hem de grup olarak özgür irade ile katılım sağlanan ve temel amacın haz almak olduğu faaliyetlerdir. Bu bağlamda bu tür faaliyetlere katılım sağlayan bireylerde mutluluk düzeyi de yükselmektedir.

Akyüz vd. (2018) tarafından yapılan çalışmada, rekreasyon bölümü öğrencilerinin serbest zaman etkinlikleri ve serbest zaman motivasyonları değerlendirilmiştir. Çalışma kapsamında, mutluluk ilişkisi ile serbest zaman motivasyonu için istatistiksel bir ilişki tespit edilememiştir. Ancak serbest zaman motivasyonu, başarı hissi arasında orta düzeyde bir ilişki saptanmıştır. Rekreatif etkinliklere katılım sağlayan söz konusu bölümde öğrenim gören bireylerin yaşam doyumunu pozitif bir artış göstermektedir.

Akyürek ve Kars (2018) yaptıkları çalışmada, üniversite öğrencilerinin serbest zaman tutumları ve memnuniyet düzeyleri incelenmiştir. Çalışma kapsamında, fiziksel aktivitelere zaman ayıran/ayırabilen bireylerin, kendilerini psikolojik bakımdan özgür hissettikleri, aktivitelere katılma konusunda çok daha istekli oldukları ve aktiviteler sonucunda serbest zaman doyumunu sağladıkları tespit edilmiştir. Bu çalışmadan anlaşılacağı üzere, fiziksel aktiviteler mutluluk düzeyini artırmaya yardımcı olmaktadır, bireylerin psikolojik bakımdan kendilerini iyi hissetmelerine yardımcı olmakta ve aynı zamanda yaşam kalitesinde artış sağlamaktadır.

Demir ve Murat (2017) tarafından yapılan bir araştırma kapsamında, öğretmenlerin mutluluk ve yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Yaşam Doyum Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği kullanılarak gerçekleştirilen araştırma sonucunda, yaşam doyumunun mutluluk için yordayıcı olduğu saptanmıştır. Yaşam doyumunu yaşamın bütün alanları ile ilişki içinde olup, bireyi doğrudan etkileyen bir değişken olmasıyla hayat ve bireysel beklentiler arasında değerlendirme yapılmasını olanaklı kılmaktadır.

Bu alanda yapılan çalışmalardan biride Çakır (2017) tarafından gerçekleştirilen üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyumuna yönelik araştırmadır. Bu çalışmada serbest zaman yönetiminin serbest zaman doyumuna üzerindeki etkisi araştırılmış ve sonuç olarak söz konusu yönetimi sağlayan bireylerin serbest zaman doyumuna sahip oldukları tespit edilmiştir.

Serbest zaman ve mutluluk düzeyine ilişkin bir başka çalışmada (Shin ve You, 2013) serbest zamanda mevcut olan mutluluk düzeyi ilişkisi araştırılmıştır. Özellikle cinsiyetin öne çıktığı söz konusu araştırmada, serbest zamanlarında doyuma ulaşan erkek ergen bireylerin mutluluk düzeyinin de yüksek olduğu, buna rağmen ergen kız bireylerin serbest zaman doyumuna sağlayamadıkları ortaya konmuştur. Araştırma sonucunda, erkek ya da kız ergen bireylerin serbest zaman doyumuna ulaşmaları halinde stresin azaltılması, yaşam doyumunun sağlanması ve mutluluk seviyesinin yükseltilmesinin de mümkün olduğu tespit edilmiştir.

Kaya (2016) tarafından, serbest zaman doyumuna ve mutluluk düzeyine ilişkin gerçekleştirilen araştırmada, serbest zamanda sağlanan memnuniyet ve doyumun, mutluluk düzeyinin yükselmesine katkı sağladığı tespit edilmiştir.

Serbest zaman ve mutluluk düzeyi ilişkisine ilişkin Çin'de yapılan bir araştırmada, Wei vd. (2015), serbest zaman ve mutluluk arasında doğrudan bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Araştırma kapsamında elde edilen verilerde yaş ve mutluluk düzeyi arasında bir ilişki bulunamazken, eğitim seviyesinin mutluluk düzeyini artırmada önemli bir etken olduğu da tespit edilmiştir. Aynı şekilde, serbest zamana önem veren ve bu zaman diliminde doyuma ulaşan bireylerde mutluluk düzeyinde artış tespit edilmiştir.

Spiers ve Wolker (2008) tarafından serbest zaman doyumuna, mutluluk ve yaşam doyumuna ilişkin yapılan araştırma sonucunda, serbest zaman doyumuna sağlayan bireylerin kişisel huzuru ve mutluluk düzeyini doğrudan etkilediği ortaya konmuştur.

Kim vd. (2015) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırma çerçevesinde serbest zaman tutumu ve mutluluk ilişkisine ek olarak psikoloji ilişkisi ele alınmıştır. Araştırma sonucunda serbest zaman aktivitelerine katılıp ve serbest zaman doyumuna ulaşan öğrencilerin psikolojik olarak rahatlama sağladığı, bunun da mutluluk düzeyini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Argan vd. (2018) tarafından serbest zaman mutluluk ve yaşam doyumu ilişkisi üzerine yapılan araştırmada ulusal yaşam doyumu, kişisel doyum ve mutluluk arasında önemli bir ilişki bulunduğu, serbest zamanın ise mutluluk ve dolayısıyla yaşam doyumunu doğrudan etkileyen bir role sahip olduğu ortaya konmuştur.

Hariyanto (2017) ise Bandung şehrinde mutluluk düzeyi ve serbest zaman etkinlikleri ilişkisini konu alan araştırması sonucunda, bireysel ve toplumsal olarak yaşam standartlarının yüksek olmasının ve serbest zamanın mevcut olup iyi biçimde değerlendirilmesinin mutluluk düzeyini doğrudan etkilediğini tespit etmiştir.

Literatürde yer alan çalışmalar dikkate alındığında, mutluluk ve serbest zaman doyumu arasında pozitif bir ilişki olduğu ifade edilebilmektedir. Bireysel ya da toplumsal olarak kişilerin etkileşimde bulunduğu diğer bireylerin ve içinde bulunulan rekreatif faaliyetlerin stresin azaltılmasında, mutluluk sağlanmasında ve bu bağlamda olumlu yönleri ağır basan bir bakış açısına sahip olmasında etkili olmaktadır denilebilir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. MATERYAL VE YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde örneklem grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analiz süreci hakkında bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Örneklem Grubu

Çalışmanın evrenini, Manisa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne bağlı olarak faaliyetlerini sürdüren; 75. Yıl Gençlik Merkezi, Salihli Gençlik Merkezi, Saruhanlı Gençlik Merkezi, Şehzadeler Gençlik Merkezi, Şehit Tolga Artuğ Gençlik Merkezi, Ahmetli Gençlik Merkezi, Akhisar Gençlik Merkezi ve Kula Gençlik Merkezi'ne kayıtlı gençler oluşturmaktadır. Çalışma grubunu ise Gençlik Merkezlerinden hizmet alan gençler arasında anket formlarını eksiksiz olarak dolduran, 301 erkek (Ortyaş=16.39±2.63) ve 125 kadın (Ortyaş=15.96±2.03) olmak üzere 426 (Ortyaş=16.27±2.48) gönüllü oluşturmuştur. Katılımcılara, olasılıklı örnekleme tekniklerinden kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak ulaşılmıştır.

3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, Gençlik Merkezlerinden hizmet alan gençlerin demografik bilgilerini tanımlamaya yönelik oluşturulan kişisel bilgi formu, ikinci bölüm araştırmanın amacına yönelik uygulanan Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ), Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ) ve Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K)'dan oluşmaktadır.

3.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu; araştırmaya konu olan gençlik merkezlerine kayıtlı olan bireyler hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmada inceleme konusu olacak olan cinsiyet, yaş, eğitim durumu, fiziksel aktiviteye katılma durumu, gençlik merkezlerindeki katıldığı etkinlikler, haftalık sahip olduğu serbest zaman süresi gibi bağımsız değişkenleriyle ilgili sorulardan oluşturulmuştur.

3.2.2. Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ)

Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilen 51 maddelik Serbest Zaman Doyum Ölçeği'nin (SZDÖ), Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Gökçe ve Orhan (2011) tarafından yapılarak madde sayısı 24'e indirilmiştir. SZDÖ; psikolojik (1-4), eğitimsel (5-8), sosyal (9-12), fiziksel (13-16), rahatlama (17-20) ve estetik (21-24) olmak üzere 6 alt boyuttan oluşmakta ve her alt boyutta 4 madde bulunmaktadır. Ölçek 5'li Likert tipi derecelendirme şeklinde; (1) neredeyse hiç doğru değil, (2) nadiren doğru, (3) bazen doğru, (4) çoğu kez doğru, (5) neredeyse her zaman doğru şeklindeki skalaya göre derecelendirilmiştir.

3.2.3. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K)

Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen 29 maddelik Oxford Mutluluk Ölçeği-Oxford, Doğan ve Çötök (2011) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılarak 8 maddeden oluşan tek faktörlü kısa formu oluşturulmuştur. Ölçeğin derecelendirmesi (1) hiç katılmıyorum, (2) katılmıyorum, (3) biraz katılıyorum, (4) katılıyorum, (5) tamamen katılıyorum şeklinde, 1 ve 7. maddelere verilen cevaplar ters kodlanmaktadır. Ölçekten alınacak ortalama puanlar yükseldikçe bireylerin mutluluk düzeyinin de arttığı sonucu ortaya çıkmaktadır.

3.2.4. Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ)

Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Akgül ve Gürbüz (2011) tarafından yapılan Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ); (a) bilişsel (12 madde) (b) duyuşsal (12 madde) (c) davranışsal (12 madde) olmak üzere 3 alt boyuttan ve toplam 36 maddeden oluşmaktadır Katılımcıların serbest zaman aktivitelerine yönelik tutumları 5'li Likert Tipi Ölçek üzerinden değerlendirilmektedir. BZTÖ'nin faktör yapısının Türk egzersiz katılımcılara uygunluğunu ve yapı geçerliğini test etmek için katılımcıların serbest zaman aktivitelerine yönelik tutum puanlarına varimax dönüştürmesine göre yapılan Temel Bileşenler Faktör Analizi, 3 faktörlü yapıyı desteklemekte ve 218 üniversite öğrencisi için ölçeğin %54'ünü açıklamaktadır. Ölçeğin KMO değeri 0.935 bulunmuştur. Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı üç alt boyut ve toplam ölçek için hesaplanmıştır. Buna göre; Duyuşsal= 0.92,

Bilişsel= 0.81 ve Davranışsal= 0.91 olarak bulunmuştur. Ölçeğin toplam güvenilirlik katsayısı yüksek derecede güvenilir düzeyindedir (0.97).

3.3. Verilerin Toplanması

Manisa'daki Gençlik ve Spor İl Müdürlüğüne bağlı olarak 8 gençlik merkezi faaliyetlerini sürdürmektedir. Veriler araştırmacı tarafından ilgili gençlik merkezlerinden hizmet alan bireyler arasından kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak toplanmıştır. Çalışmadan önce ölçme araçlarının kullanılması için gerekli izinler (EK-7) ve Etik Kurulu onayı (EK-1) alınmış, sonrasında katılımcılara onay formları doldurtulmuştur (EK 3: Örnek form). Veriler katılımcılar tarafından ortalama 15-20 dakika içerisinde cevaplanmıştır. Verilerin gönüllülük esasına göre cevaplanması sağlanmıştır. Veri toplama süreci sonunda, ilgili gençlik merkezlerinden hizmet alan katılımcılardan toplam 441 geri dönüş alınmıştır. Eksik ve hatalı doldurulan veriler ayrıştırılarak; toplam 426 ölçek IBM SPSS 24 programına aktarılmış ve analiz için hazır aşamaya getirilmiştir.

3.4. Verilerin Analizi

Programına aktarılan verilerin düzenlenmesi yapıldıktan sonra katılımcılara ilişkin tanımlayıcı istatistik ve frekans analizleri yapılmıştır. Belirlenen hipotezlerin test edilmesi için öncelikle verilerin parametrik test varsayımlarını (normal dağılım ve homojenlik) karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir. Verilerin parametrik koşulları sağladığı görülmüştür. Parametrik testlerin temel varsayımlarının test edilmesinden sonra öncelikle ölçeklerin faktör yapısını test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. Demografik değişkenlere ilişkin farklılıkların tespit edilebilmesinde OMÖ-K için Independent Sample T-Test ve ANOVA testi; SZDÖ ve BZTÖ için ise MANOVA ve ANOVA testleri kullanılmıştır. Gruplar arasında tespit edilen istatistiksel farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlenmesinde Post-hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır (Field, 2009; Büyüköztürk, 2011). Verilerin istatistiksel analizinde ve yorumlarda, $p < 0.05$ anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır. Doğrulayıcı Faktör Analizi ve ölçekler arasındaki aracı etki değişkeni belirlemek için AMOS 23 programından faydalanılmıştır.

3.4.1. Doğrulayıcı Faktör Analizine İlişkin Bilgiler

Doğrulayıcı faktör analizi (DFA) 1970'lerde ilk olarak Jöreskog tarafından DFA net ve direkt olarak varsayımsal bir faktör modelinin veri uyumunu test etmektedir. Farklı bir ifade ile tanım koşullarını gerçekleyen önsel bir yapının varolan veri ile uyumlu olup olmadığını belirlemeye çalışır ve gözlenemeyen yapılar (latent değişkenler) ile gözlenen değişkenler arası varsayımsal ilişkiler olarak path analizinin bir formu şeklindedir. DFA genellikle güçlü bir teorik ya da deneysel temele dayanmaktadır ve araştırmacıya bütünsel bir faktör modeli tanımlamasına izin verir. Bu analiz hangi değişkenlerin hangi faktörler üzerinde yüklü olacağına, hangi faktörlerin birbirleri ile ilişkili olacağını (korelasyonlu) araştırmacıya kendisinin tayin etmesi imkânı sunar. DFA araştırmacıya ayrıca farklı bir örneklem grubu ile geliştirilmiş olan bir ölçeğin araştırmacının çalıştığı örneklem grubu için uygun olup olmadığını test etmek için de kullanılır.

DFA sonucunda, önerilen modellerin veriye ne oranda uyum gösterdiğini belirlemek amacıyla çeşitli uyum ya da uygunluk indeksleri kullanılmaktadır. Uyum indeksleri, elde edilen verinin hipotetik modele uygunluğunu test edebilmesi açısından önemlidir (Meydan ve Şeşen, 2011). Bu çalışmada, yaygın olarak kullanılan χ^2 (Ki-kare), χ^2 /sd , GFI (Goodness of Fit Index- Uyum İyiliği İndeksi), AGFI (Adjustment Goodness of Fit Index- Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi), CFI (Comparative Fit Index- Karşılaştırmalı Uyum İndeksi), NFI (Normlaştırılmış Uyum İndeksi), IFI (Bollen's incremental fit index) ve RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation- Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü) uyum indeksleri kullanılmıştır.

Önceden belirlenen modellerin (predefined), veriyi ne kadar iyi açıkladığı uyum istatistikleri ile belirlenir. Modellerin uyumunu test eden birden fazla uyum istatistiği (fit statistic) vardır. Bu uyum istatistikleri, ileri sürülen modellerin parametreleri ile örnek verilerden elde edilen istatistiklerin uygunluğunu test etmektedirler. Eğer model verilere uymuyorsa reddedilir. İleri sürülen model reddedilemiyorsa model gözlenen verilerin altında yatan nedensel yapıyı açıklama yeteneğine sahiptir (Özdamar, 2010). Aşağıdaki tabloda, uyum değerleri ve uyum aralıkları özetlenmiştir.

Tablo 1. Uyum Değerleri ve Uyum Aralıkları

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Ölçütleri	Kabul Edilebilir Uyum Ölçütleri
$1\chi^2/sd$	$0 \leq \chi^2/sd \leq 2$	$2 \leq \chi^2/sd \leq 3$
2AGFI	$0.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$0.85 \leq AGFI \leq 0.90$
3GFI	$0.95 \leq GFI \leq 1.00$	$0.90 \leq GFI \leq 0.95$
3CFI	$0.95 \leq CFI \leq 1.00$	$0.90 \leq CFI \leq 0.95$
3NFI	$0.95 \leq NFI \leq 1.00$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$
3NNFI (TLI)	$0.95 \leq NNFI (TLI) \leq 1.00$	$0.90 \leq NNFI (TLI) \leq 0.95$
3RFI	$0.95 \leq RFI \leq 1.00$	$0.90 \leq RFI \leq 0.95$
3IFI	$0.95 \leq IFI \leq 1.00$	$0.90 \leq IFI \leq 0.95$
4RMSEA	$0.00 \leq RMSEA \leq 0.05$	$0.05 \leq RMSEA \leq 0.08$
4SRMR	$0.00 \leq SRMR \leq 0.05$	$0.05 \leq SRMR \leq 0.10$
5PNFI	$0.95 \leq PNFI \leq 1.00$	$0.50 \leq PNFI \leq 0.95$
6PGFI	$0.95 \leq PNFI \leq 1.00$	$0.50 \leq PNFI \leq 0.95$
7AIC	Karşılaştırılan modeller arasında en küçük değere sahip olan model	
7CAIC	Karşılaştırılan modeller arasında en küçük değere sahip olan model	
7ECVI	Karşılaştırılan modeller arasında en küçük değere sahip olan model	

¹(Kline, 2016), ²(Schermelleh-Engel & Moosbrugger, 2003), ³(Baumgartner & Homburg, 1996; Bentler, 1980; Bentler & Bonett, 1980; Marsh, Hau, Artelt, Baumert & Peschar, 2006), ⁴(Browne & Cudeck, 1993), ⁵(Hu & Bentler, 1999), ⁶(Meyers, Gamst & Guarino, 2006).

Tablo 2. OMÖ-K'na İlişkin DFA Sonuçları

χ^2	df	χ^2/df	GFI	AGFI	NFI	IFI	CFI	RMSEA
16,559	12	1.380	0.989	0.975	0.966	0.991	0.990	0.030

OMÖ-K için yapılan DFA sonucunda; modifikasyon endeksi, modelin uyumunun teorik olarak ilgili maddeleri kapsayacak şekilde geliştirilebileceğini ve modelin yeniden belirlendiğini göstermiştir. Genel uyum endeksleri (GFI=0.989) ve karşılaştırmalı uyum endeksleri (CFI=0.990), önerilen 0.90 kesme değerinin üzerinde bulunmuştur. Yaklaşık hataların ortalama kare kökü değeri 0.030 çıkmıştır. Bu sonuçlar modelin verilere iyi uyduğunu düşündürmektedir.

Tablo 3. BZTÖ'ne İlişkin DFA Sonuçları

χ^2	df	χ^2/df	GFI	AGFI	NFI	IFI	CFI	RMSEA
1183,555	581	2.037	0.905	0.907	0.900	0.911	0.912	0.049

BZTÖ için yapılan DFA sonucunda; modifikasyon endeksi, modelin uyumunun teorik olarak ilgili maddeleri kapsayacak şekilde geliştirilebileceğini ve modelin yeniden belirlendiğini göstermiştir. Genel uyum endeksleri (GFI=0.905) ve karşılaştırmalı uyum endeksleri (CFI=0.912), önerilen 0.90 kesme değerinin üzerinde bulunmuştur. Yaklaşık hataların ortalama karekökü değeri 0.049 çıkmıştır. Bu sonuçlar modelin verilere iyi uyduğunu düşündürmektedir.

Tablo 4. SZDÖ'ne İlişkin DFA Sonuçları

χ^2	df	χ^2/df	GFI	AGFI	NFI	IFI	CFI	RMSEA
552,758	242	2.284	0.905	0.876	0.900	0.910	0.909	0.055

SZDÖ için yapılan DFA sonucunda; modifikasyon endeksi, modelin uyumunun teorik olarak ilgili maddeleri kapsayacak şekilde geliştirilebileceğini ve modelin yeniden belirlendiğini göstermiştir. Genel uyum endeksleri (GFI=0.905) ve karşılaştırmalı uyum endeksleri (CFI=0.909), önerilen 0.90 kesme değerinin üzerinde bulunmuştur. Yaklaşık hataların ortalama karekökü değeri 0.055 çıkmıştır. Bu sonuçlar modelin verilere iyi uyduğunu düşündürmektedir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. BULGULAR

Tablo 5. OMÖ-K, BZTÖ ve SZDÖ Puanlarının Dağılımı

	Madde Sayısı	N	Ort.	SS	Çar.	Bas.	C. Alpha
OMÖ-K	7		3.81	0.59	-0.50	0.80	0.73
BZTÖ	36						0.93
Bilişsel	12		3.89	0.66	-0.61	0.69	0.85
Duyuşsal	12		3.83	0.70	-0.54	0.19	0.86
Davranışsal	12		3.55	0.69	-0.36	-0.05	0.82
SZDÖ	24						0.91
Psikolojik	4	426	3.59	0.86	-0.44	-0.36	0.74
Eğitimsel	4		3.74	0.86	-0.46	-0.33	0.73
Sosyal	4		3.70	0.82	-0.48	-0.39	0.74
Fiziksel	4		3.75	0.84	-0.37	-0.58	0.74
Rahatlama	4		3.58	0.87	-0.48	-0.24	0.76
Estetik	4		3.61	0.88	-0.37	-0.32	0.74

Tablo 5’deki verilere göre, katılımcıların BZTÖ’nin 3 alt boyutunda aldıkları ortalama puanlarının “bilişsel” (Ort.=3.89), “duyuşsal” (Ort.=3.83) ve “davranışsal” (Ort.=3.55) olduğu; Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısının ise ölçek alt boyutları için 0.82 (davranışsal) ile 0.86 (duyuşsal) arasında olduğu tespit edilmiştir. Toplam ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.93’tür.

SZDÖ’nin alt boyutlarının ortalama puanlarında, ilk alt boyutun “fiziksel” (Ort.=3.74) ve son alt boyutun ise “rahatlama” (Ort.=3.58) olduğu belirlenmiştir. Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısının ölçek alt boyutları için 0.73 (eğitimsel) ile 0.76 (rahatlama) arasında olduğu görülmektedir. Toplam ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısının 0.91 olduğu tespit edilmiştir.

OMÖ-K toplam ortalama puanın 3.81, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.73 olduğu görülmektedir. Bu bulgulardan veri toplama araçlarının güvenilir ölçme yaptığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 6. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları

Değişkenler	Alt Grup	N	%	Toplam
Cinsiyet	Erkek	301	70.7	426
	Kadın	125	29.3	
Öğrenim Düzeyi	İlköğretim	141	33.1	426
	Lise	222	52.1	
	Lisans	63	14.8	
Merkezlerde Katıldığı Etkinlikler	Sportif	212	49.8	426
	Eğitimsel	43	10.0	
	Sanatsal	122	28.7	
	Sosyal	49	11.5	
Fiziksel Aktiviteye Katılım Durumu	Hiç Katılmıyorum	57	13.4	426
	Düzensiz Katılıyorum	153	35.9	
	Düzenli Katılıyorum	216	50.7	
Serbest Zaman Değerlendirmede Güçlük Çekme Durumu	Her Zaman	46	10.8	426
	Bazen	250	58.7	
	Hiçbir Zaman	130	30.5	

Tablo 6'daki verilere bakıldığında, katılımcıların %70.7'sinin erkek, %52.1'inin lise eğitimine devam ettiği, %49.8'inin gençlik merkezlerinde "sportif etkinliğe" katıldığı, %50.7'sinin serbest zamanlarında fiziksel aktivitelere düzenli olarak katıldığı ve %58.7'sinin ise serbest zamanları değerlendirirken bazen güçlük çektiği belirlenmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Ölçek Puanlarının Dağılımı

	Erkek (N=301)		Kadın (N=125)		t	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss		
OMÖ-K	3.83	0.61	3.77	0.55	0.92	0.36
BZTÖ					F	
Bilişsel	3.84	0.67	3.99	0.62	4.83	0.03
Duyuşsal	3.77	0.71	3.97	0.64	6.90	0.00
Davranışsal	3.55	0.70	3.55	0.68	0.01	0.97
SZDÖ						
Psikolojik	3.53	0.85	3.72	0.87	4.22	0.04
Eğitimsel	3.72	0.86	3.79	0.86	0.57	0.45
Sosyal	3.66	0.81	3.79	0.84	2.18	0.14
Fiziksel	3.68	0.81	3.93	0.90	8.03	0.00
Rahatlama	3.58	0.85	3.59	0.94	0.02	0.89
Estetik	3.59	0.85	3.65	0.95	0.35	0.56

Analiz sonuçlarına göre, “cinsiyet” değişkeninin katılımcılar için OMÖ-K ortalama puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmadığını göstermektedir [$t_{(424)}=0.92$; $p>0.05$].

MANOVA analizi sonuçlarına bakıldığında, “cinsiyet” durum değişkeninin BZTÖ alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir [$\lambda=0.97$, $F_{(6,419)}=4.38$, $p<0.05$]. Hangi bağımlı değişkenin çok değişkenli anlamlılığa katkı sağladığını anlamak amacıyla bakıldığında, “cinsiyet” durumu ana etkisi açısından “davranışsal” [$F_{(1,424)}=0.01$; $p>0.05$] alt boyutu hariç; “bilişsel” [$F_{(1,424)}=4.83$; $p<0.05$] ve “duyuşsal” [$F_{(1,424)}=6.90$; $p<0.05$] alt boyut ortalama puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Anlamlı farklılıkların tespit edildiği alt boyutlarda kadın katılımcıların ortalama puanları erkeklerden daha yüksektir.

Ayrıca bulgular incelendiğinde, “cinsiyet” durum değişkeninin SZDÖ alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir [$\lambda=0.97$, $F_{(6,419)}=2.23$, $p<0.05$]. Sonuçlara göre, “cinsiyet” durumu ana etkisi açısından “psikolojik” [$F_{(1,424)}=4.22$; $p<0.05$] ve “fiziksel” [$F_{(1,424)}=8.03$; $p<0.05$] alt boyut ortalama puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı; “eğitimsel” [$F_{(1,424)}=0.45$; $p>0.05$], “sosyal” [$F_{(1,424)}=0.14$; $p>0.05$], “rahatlama” [$F_{(1,424)}=0.02$; $p>0.05$] ve “estetik” [$F_{(1,424)}=0.35$; $p>0.05$] alt boyutu ortalama puanlarının ise istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmadığı belirlenmiştir. Anlamlı farklılıkların tespit edildiği alt boyutlarda

(psikolojik ve fiziksel) kadın katılımcıların ortalama puanları erkeklerden daha yüksektir.

Tablo 8. Katılımcıların Eğitim Durumu Değişkenine Göre Ölçek Puanlarının Dağılımı

	İlköğretim (N=141)		Lise (N=222)		Üniversite (N=63)		F	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss		
OMÖ-K	3.92	0.54	3.81	0.60	3.59	0.62	7.03	0.00
BZTÖ								
Bilişsel	3.90	0.61	3.81	0.70	4.13	0.56	6.24	0.00
Duyuşsal	3.81	0.68	3.80	0.73	3.99	0.58	2.10	0.12
Davranışsal	3.56	0.74	3.51	0.69	3.65	0.56	1.13	0.33
SZDÖ								
Psikolojik	3.65	0.86	3.49	0.88	3.79	0.73	3.68	0.03
Eğitimsel	3.69	0.89	3.68	0.86	4.11	0.66	7.02	0.00
Sosyal	3.78	0.78	3.59	0.86	3.90	0.71	4.57	0.01
Fiziksel	3.73	0.86	3.69	0.86	4.01	0.71	3.57	0.03
Rahatlama	3.60	0.85	3.49	0.89	3.71	0.86	2.82	0.04
Estetik	3.61	0.89	3.58	0.88	3.70	0.84	0.41	0.66

Tablo 8’deki ANOVA analizi sonuçlarına bakıldığında, katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin ortalama puanları arasında “eğitim durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir [$F_{(2,423)}=7.03$; $p<0.05$]. Sonuçlar incelendiğinde, “ilköğretim”e devam eden katılımcıların toplam ortalama puanları ile “üniversite” ve “lise” eğitimine devam eden katılımcıların ortalama puanları arasında “eğitim durumu” değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu ve “ilköğretim”e devam eden katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin ortalama puanları “üniversite” ve “lise” eğitimine devam eden katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

MANOVA analizi sonuçlarına göre, “eğitim durumu” değişkeninin BZTÖ alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olmadığını göstermektedir [$\lambda=0.97$, $F_{(6,419)}=2.40$, $p>0.05$]. ANOVA sonuçları “eğitim durumu” değişkeninin ana etkisi açısından sadece “bilişsel” [$F_{(2,423)}=6.24$; $p<0.05$] alt boyut puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Anlamlı farklılığın tespit edildiği “bilişsel” alt boyutunda “üniversite” eğitimine devam eden katılımcıların ortalama puanları, “lise” eğitimine devam eden katılımcılardan daha yüksektir.

Ayrıca bulgulara göre, “eğitim durumu” değişkeninin SZDÖ alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olmadığını göstermektedir [$\lambda=0.92$, $F_{(6,419)}=2.81$, $p<0.05$]. Hangi bağımlı değişkenin çok değişkenli anlamlılığa katkı sağladığını anlamak amacıyla bakıldığında, “eğitim durumu” değişkeninin ana etkisi açısından “estetik” [$F_{(2,423)}=0.41$; $p>0.05$] alt boyutu hariç; “psikolojik” [$F_{(1,424)}=3.68$; $p<0.05$], “eğitimsel” [$F_{(1,424)}=7.02$; $p<0.05$], “sosyal” [$F_{(1,424)}=4.57$; $p<0.05$], “fiziksel” [$F_{(1,424)}=3.57$; $p<0.05$] ve “rahatlama” [$F_{(1,424)}=2.82$; $p<0.05$] altboyut puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Anlamlı farklılığın tespit edildiği tüm alt boyutlarda “üniversite” eğitimine devam eden katılımcıların ortalama puanları, “lise” eğitimine devam eden katılımcılardan daha yüksektir.

Tablo 9. Katılımcıların Fiziksel Aktiviteye Katılım Durumu Değişkenine Göre Ölçek Puanlarının Dağılımı

	Hiç Katılmıyor (N=57)		Düzensiz Katılıyor (N=153)		Düzenli Katılıyor (N=216)		F	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss		
OMÖ-K	3.62	0.71	3.72	0.60	3.98	0.50	6.12	0.00
BZTÖ								
Bilişsel	3.52	0.80	3.86	0.62	4.00	0.61	13.24	0.00
Duyuşsal	3.53	0.69	3.79	0.65	3.94	0.70	8.58	0.00
Davranışsal	3.30	0.76	3.52	0.71	3.63	0.64	5.52	0.00
SZDÖ								
Psikolojik	3.27	0.94	3.51	0.80	3.75	0.85	9.40	0.00
Eğitimsel	3.39	0.96	3.70	0.82	3.87	0.83	7.70	0.00
Sosyal	3.45	0.81	3.72	0.80	3.77	0.83	3.39	0.04
Fiziksel	3.46	0.76	3.77	0.83	3.81	0.86	4.09	0.02
Rahatlama	3.40	0.95	3.58	0.82	3.67	0.89	2.88	0.04
Estetik	3.22	0.81	3.57	0.82	3.74	0.91	8.39	0.00

Tablo 9’a bakıldığında, katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin toplam ortalama puanları arasında “fiziksel aktiviteye katılım durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermiştir [$F_{(2,423)}=6.12$; $p<0.05$]. Sonuçlar incelendiğinde, OMÖ-K’na ilişkin fiziksel aktiviteye “düzenli” ve “düzensiz” olarak katılan grubun toplam ortalama puanlarının “hiç katılmayan”lardan istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

MANOVA analizi sonuçları incelendiğinde, “fiziksel aktiviteye katılım durumu” değişkeninin BZTÖ [$\lambda=0.94$, $F_{(6,419)}=4.46$, $p<0.05$] ve SZDÖ [$\lambda=0.93$, $F_{(6,419)}=2.53$, $p<0.05$] alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir. Hangi bağımlı değişkenin çok değişkenli anlamlılığa katkı sağladığını anlamak amacıyla bakıldığında, “fiziksel aktiviteye katılım durumu” ana etkisi açısından BZTÖ ve SZDÖ tüm alt boyut ortalama puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Anlamlı farklılığın tespit edildiği her iki ölçekteki tüm alt boyutlarda, fiziksel aktiviteye “düzenli” ve “düzensiz” olarak katılan grubun ortalama puanlarının “hiç katılmayan”lardan istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 10. Katılımcıların Serbest Zamanı Değerlendirmede Güçlük Çekme Durumu Değişkenine Göre Ölçek Puanlarının Dağılımı

	Her Zaman (N=46)		Bazen (N=250)		Hiçbir Zaman (N=130)		F	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss		
OMÖ-K	3.71	0.55	3.81	0.73	4.02	0.57	12.31	0.00
BZTÖ								
Bilişsel	3.81	0.66	3.98	0.63	4.03	0.68	4.45	0.01
Duyuşsal	3.77	0.69	3.90	0.72	3.98	0.64	2.56	0.08
Davranışsal	3.52	0.66	3.62	0.84	3.58	0.69	0.56	0.57
SZDÖ								
Psikolojik	3.54	0.80	3.56	0.95	3.69	0.93	1.34	0.26
Eğitimsel	3.69	0.81	3.81	0.88	3.83	0.93	1.33	0.27
Sosyal	3.66	0.83	3.64	0.83	3.83	0.80	2.43	0.09
Rahatlama	3.70	0.87	3.73	0.81	3.82	0.90	0.58	0.56
Fizyolojik	3.48	1.05	3.57	0.83	3.64	0.90	0.59	0.56
Estetik	3.57	0.80	3.64	1.03	3.68	0.95	0.77	0.47

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin toplam ortalama puanları “serbest zamanı değerlendirme durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermiştir [$F_{(2,423)}=12.31$; $p<0.05$]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Sonuçlara göre, serbest zamanları değerlendirmede “hiçbir zaman” güçlük çekmeyen katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin toplam ortalama puanları “her zaman” güçlük çeken katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha yüksektir.

MANOVA analizi sonuçları incelendiğinde, “serbest zamanı değerlendirme durumu” değişkeninin BZTÖ alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [$\lambda=0.98$, $F_{(6,419)}=1.63$, $p>0.05$]. Sonuçlara göre, “serbest zamanı değerlendirme durumu” ana etkisi açısından sadece “bilişsel” [$F_{(2,423)}=4.45$; $p<0.05$] alt boyut ortalama puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Anlamlı farklılıkların tespit edildiği “bilişsel” tutum alt boyutunda serbest zamanları değerlendirmede “hiçbir zaman” güçlük çekmeyen katılımcıların ortalama puanları, “her zaman” güçlük çekenlere göre daha yüksektir.

Ayrıca yapılan analiz sonuçlarına göre, “serbest zamanı değerlendirme durumu” değişkeninin SZDÖ alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiş [$\lambda=0.98$, $F_{(6,419)}=1.63$, $p>0.05$] ve SZDÖ ana etkisi açısından hiçbir alt boyut ortalama puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır.

4.1. Moderatör Etki Analizlerine İlişkin Bulgular

Düzenleyici (moderator) değişken, bağımsız ve bağımlı değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve/ya gücünü etkileyen nitel veya nicel değişken olarak tanımlanmaktadır (Baron ve Kenny, 1986). Bu araştırmada Baron ve Kenny (1986) tarafından geliştirilmiş olan 4 aşamalı aracılık analizi yöntemi kullanılmıştır. Baron ve Kenny’e göre aracılık etkisinden bahsedebilmek için öncelikle bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasında bir sebep sonuç ilişkisinin olması gerekmektedir. Daha sonra bağımsız değişkenin aracı değişken üzerinde etkili olması beklenmektedir. Ayrıca aracı değişkenin de bağımlı değişkeni etkiliyor olması istenmektedir. Son olarak bağımsız değişken kontrol altında tutulurken aracı değişkenin bağımlı değişkeni etkiliyor olması gerekmektedir. Tüm bu aşamalardan sonra aracılık etkisinden bahsedebilmek için bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi incelenmektedir. Eğer etki azaldı (β değeri) ise “kısmi aracılık”, etki tamamen ortadan kalktı ise “tam aracılık” rolünden bahsetmek mümkündür. Ancak aracı değişkenin bu sırada bağımlı değişken ile arasındaki anlamlı ilişkiyi koruması gerekmektedir (Baron ve Kenny, 1986) Aracılık rolünün ne kadar etkili olduğunu belirlemek için dolaylı etkinin anlamlı olup olmadığını tespit etmek gerekmektedir. Bunun için de bootstrap

güven aralığı değerleri yeterlidir. Bootstrap alt ve üst sınırnın, sıfırın altında veya üstünde olması gerekmektedir (Preacher ve Hayes, 2008).

Aracılık analizine geçilmeden önce bağımsız değişkenler arasında çoklu eş doğrusallık sorunu olup olmadığını tespit etmek amacıyla tolerans ve VIF değerlerine bakılmıştır. Bu değerler modelde çoklu eş doğrusallık problemi olmadığını (Tolerans; $VIF < 10$) göstermiştir.

Tablo 11. Serbest Zaman Tutumunda, Mutluluk Düzeyi Etkileşiminde Serbest Zaman Doyumunun Aracılık Rolü

Yönler	β	S.E.	t-değeri	p	Bootstrap		
Tutum→Serbest Zaman Doyumu	0,731	0,037	22,063	***	L. B.	U.B.	Indirect Effect (P)
Serbest Zaman Doyumu→Mutluluk	0,216	0,060	3,200	0,010	0,074	0,263	0,008
Tutum→Mutluluk	0,121	0,067	1,796	0,073			
(Aracı Etki Modeli Öncesi)							
Tutum→Mutluluk	0,279	0,046	5,983	***			

Yapılan aracılık etkisi sonucunda Baron ve Kenny'nin önermiş olduğu yöntem doğrultusunda bağımlı-bağımsız değişkenler ve aracı değişken arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu doğrultuda serbest zaman tutumu ile serbest zaman doyumunu arasında ilişki ön şartı sağlanmıştır ($\beta=0.731$; $p<0.05$). Serbest zaman tutumu ile mutluluk arasında aracı değişkeni modele dahil edilmeden önce etki katsayısı $\beta=0.279$ iken; serbest zaman doyumunu değişken olarak modele dahil edildiğinde etki katsayısı $\beta=0.121$ 'e gerilemiş ve etki düzeyi de azalmıştır. Ayrıca anlamlılık düzeyi de bozulmuştur. Aracılık rolünün ne kadar etkili olduğunu belirlemek için ve dolaylı etkinin anlamlı olup olmadığını tespit etmek için Bootstrap analizinden faydalanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda dolaylı etkinin anlamlı olduğu ortaya çıkmıştır ($p<0.01$). Farklı bir ifade ile tam bir aracı etkiden bahsedilebilir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmanın bu bölümde verilerden istatistiksel analiz yöntemleri ile elde edilen bulgular alanyazındaki örnekleri ile birlikte tartışılmıştır. Bulgular gençlik merkezi etkinliklerine katılan bireyler ve çalışmada kullanılan ölçme araçlarının başka araştırma grupları verileriyle de karşılaştırılmıştır.

Analiz sonuçları, “cinsiyet” durum değişkeninin BZTÖ alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğunu, “bilişsel” ve “duyuşsal” alt boyut ortalama puanlarının ise anlamlı olarak farklılaştığını göstermektedir. İlgili alt boyutlarda kadın katılımcıların ortalama puanları erkeklerden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Alanyazın incelendiğinde bazı çalışmalarda, BZTÖ’nin alt boyut ortalama puanlarında çalışmamıza benzer özellikte kadın katılımcıların lehine (Güngörmüş ve Gürbüz, 2012; Çimen ve Sarol, 2015), bazı çalışmalarda erkek katılımcıların lehine (Akgül, 2011) istatistiksel olarak anlamlı farklılıklara rastlarken; bazı çalışmalarda ise istatistiksel olarak anlamlı farklılıkların olmadığı (Deng, 2005; Akgül, 2011; Cengiz, Güngörmüş ve Öztürk, 2018) sonucu bildirilmiştir.

Şöyle ki; Çimen ve Sarol (2015)’un 248 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, serbest zaman tutumunun cinsiyet değişkenine göre, “bilişsel” ve “duyuşsal” alt boyutlarında “kadın” katılımcıların ortalama puanlarının daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Ayrıca Güngörmüş ve Gürbüz (2012), Türkiye’deki 25 farklı üniversitede öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman aktivitelerine yönelik tutumlarına ilişkin 540’ı erkek, 394’ü kadın olmak üzere toplam 934 katılımcıyla bir çalışma gerçekleştirmiştir. Sonuçlara göre, cinsiyetin BZTÖ’nin sadece bilişsel alt boyutundaki etkisinin kadın katılımcıların lehine anlamlı olduğu ve diğer alt boyut puanlarında ise anlamlı bir farklılık çıkmamasına karşın; kadın katılımcıların puanlarının yüksek olduğu bildirilmiştir.

Başka bir çalışmada, Akgül (2011) çalışmasında; Londra’da 221 Ankara’da 462 kişi (devlet üniversitelerinde öğrenim gören öğrenci) ile bir çalışma

gerçekleştirmiştir. Çalışma sonucunda, Ankara'daki öğrencilerin BZTÖ'nin sadece bilişsel alt boyutundaki ortalama puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılaştığı ve bu farklılığın erkek katılımcıların lehine olduğu görülürken; Londra'daki öğrencilerin BZTÖ'nin hiçbir alt boyutunda bir farklılığın olmadığı belirlenmiştir.

Çalışmadan elde edilen “cinsiyet” değişkenine ilişkin diğer bulgular incelendiğinde, katılımcılar için OMÖ-K ortalama puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmadığını, SZDÖ alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğunu ve “cinsiyet” durumu ana etkisi açısından “psikolojik” ve “fiziksel” alt boyut ortalama puanlarının anlamlı olarak farklılaştığını göstermektedir. Anlamlı farklılıkların tespit edildiği SZDÖ alt boyutlarında (psikolojik ve fiziksel) kadın katılımcıların ortalama puanları erkeklerden daha yüksektir.

Parlar vd. (2018)'nin “rekreasyonel egzersize katılan yetişkinlerde mutluluk algısı”na yönelik 285 bireyle gerçekleştirdikleri çalışma sonucunda, cinsiyet durumu değişkenine göre mutluluk algılarının anlamlı olarak farklılaşmadığı sonucu tespit edilmiştir. Eroğlu ve Parlar (2018) yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkeninin mutluluk algısı üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığını bildirmiştir. Cinsiyet değişkeninin mutluluk algısı üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı bulgusuna, Yazgeç ve Güngörmüş (2019)'ün doğa ve macera rekreasyonu katılımcılarına yaptığı serbest zaman doyum ve mutluluk ilişkisi konulu çalışmasında da rastlanmıştır.

Ayrıca Öztaş (2018)'in yaptığı çalışmada katılımcıların SZDÖ'nin “psikolojik” ve “rahatlama” alt boyut puanlarının kadın katılımcıların lehine istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulgusu belirlenmiştir. Küçük Kılıç vd. (2016)'nün yaptıkları çalışmada ise, katılımcıların SZDÖ'nin “rahatlama” alt boyutunda kadın katılımcıların puanlarının anlamlı bir şekilde yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Bu bulgular çalışmamızla benzer özellikler taşımaktadır. Taşkıran Avcı ve Gürbüz (2019) tarafından 759 katılımcıya ulaştıkları lise öğrencilerine uyguladıkları çalışma sonucunda, SZDÖ'nin “psikolojik”, “sosyal” “fiziksel” ve “estetik” alt boyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı ve erkek öğrencilerin ilgili alt boyutlardaki puanlarının istatistiksel olarak daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

BZTÖ, OMÖ-K ve SZDÖ’nde alanyazında cinsiyet değişkeni açısından farklı bulguların çıktığını görmekteyiz. Katılımcıların yaş gruplarının alanyazındaki çalışmaların büyük bir çoğunluğuna göre daha küçük olması ve gençlik merkezlerindeki etkinliklerin planlı ve programlı olarak yapılmasından kaynaklı; serbest zaman tutum, mutluluk ve serbest zaman doyumu üzerinde çalışmamızı destekler nitelikte olduğu kadar; örtüşmeyen bulguların da olduğu bilgisi mevcuttur. Bu sonuçlardan hareketle, bireylerdeki serbest zaman tutumunun cinsiyet değişkenine göre sosyoekonomik ve sosyokültürel özelliklere göre değişebileceği söylenebilir. Günümüzde kadınların iş ve sosyal yaşamlarındaki sorunların çözümüne yönelik adımlar atılsa da dünyada ve ülkemizde halen istenilen düzeyde değildir. Özellikle gençlik merkezlerinde uygulanan serbest zamanları değerlendirmek için planlı ve programlı uygulamaların, kadınlar için dünya genelinde önemli bir sorun olan iş ve sosyal yaşantıdaki engelleri ortadan kaldırmak ve bu tür etkinliklerle onlara daha pozitif bir şekilde yaklaşmanın olumlu sonuçlarını çalışmamızda görmekteyiz.

Eğitim durumu değişkenine ilişkin sonuçlarına bakıldığında, katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve “ilköğretim”e devam eden katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin ortalama puanları “üniversite” ve “lise” eğitime devam eden katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Parlar vd. (2018) ve Öztaş (2018)’in çalışmasında, eğitim durumu değişkenine göre mutluluk algılarının anlamlı olarak farklılaşmadığı, sonucu tespit edilmiştir. Ayrıca, alanyazında bireylerin mutluluğunun, eğitim seviyesi yükseldikçe yaşamdan beklentilerin artışına ilişkin karşılanması durumuna göre değişeceği (Akın ve Şentürk, 2012; Aydın, 2016) bulgularının olduğu görülmektedir. Çalışmamızda eğitim durumu değişkenine ilişkin “devam edilen okulun niteliğini” sorgusunu belirtmemizde fayda vardır. Daha düşük eğitim seviyesi olan katılımcıların zorunlu ihtiyaçlarının aileleri tarafından karşılanması, beklenti seviyelerinin halen netleşmemesi olgusu da eklendiğinde; çalışmamızdaki sonucun ortaya çıkmasında önemli bir etken olduğu söylenebilir.

Bulgulara göre, “eğitim durumu” değişkeninin ana etkisi açısından BZTÖ’ne ilişkin olarak sadece “bilişsel”; SZDÖ’ne ilişkin olarak ise “psikolojik” “eğitimsel”, “sosyal”, “fiziksel” ve “rahatlama” alt boyut puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı ve

“üniversite” eğitimine devam eden katılımcıların ortalama puanları, “lise” eğitimine devam eden katılımcılardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Beşikçi (2016) çalışmasında, SZDÖ'nin tüm alt boyutlarında eğitim seviyesine göre farklılaşmanın olduğu; eğitim seviyesi yükseldikçe serbest zaman doyum düzeyinde artışın olduğu bulgusunu bildirmiştir. Alanyazında eğitim durumu değişkeninin serbest zaman etkinliklerine katılımı etkileyen önemli bir değişken olduğu vurgusuna rastlanmaktadır (Sevil, 2015; Yazgeç ve Güngörmüş, 2019).

Katılımcıların OMÖ-K toplam ortalama puanları arasında ve BZTÖ ve SZDÖ alt boyutları üzerindeki temel etkisinin “fiziksel aktiviteye katılım durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermiştir. OMÖ-K toplam ortalama puanları, BZTÖ ve SZDÖ'nin tüm alt boyutlarında, fiziksel aktiviteye “düzenli” ve “düzensiz” olarak katılan grubun ortalama puanının, “hiç katılmayan”lardan istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Karaman vd. (2016)'nin çalışmasında, rekreatif dans etkinliklerine katılan bireylerin serbest zaman tutum puanlarının artması mutluluk düzeylerin de artırdığı sonucu bildirilmiştir. Kara vd. (2018)'ün üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışma sonucunda, öğrencilerin BZTÖ'nin “düzenli egzersize katılım” değişkenine göre, “duyuşsal” ve “davranışsal” alt boyutlarında egzersizlere düzenli olarak katılanlar lehine istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı bildirilmiştir.

Cengiz vd. (2018)'nin çocuklarını spor okullarına gönderen 194 ebeveynle bir çalışma yapmıştır. İlgili çalışma bulgularına göre, velilerin “fiziksel aktivitelere katılım durumu” değişkeninin BZTÖ'nin alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu ve tüm alt boyutlarda fiziksel aktivitelere katılanların puanı yüksek olarak olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öztaş (2018) çalışmasında, fiziksel aktivitelere katılım sıklıkları değişkenine göre SZDÖ'nin “psikolojik”, “eğitimsel”, “sosyal” ve “fizyolojik” alt boyut puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı ve aktivitelere “sıklıkla” ve “bazen” katılan katılımcıların puanlarından diğer gruplara göre daha yüksek olduğu, OMÖ-K toplam puanları açısından ise bir farklılaşmanın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna karşın yapılan çoğu araştırmada, (Subramanian vd., 2005) mutluluğun düzenli egzersizlerle beraber ortaya çıkan, fiziksel sağlıkla anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu bulgusu alanyazında görülmektedir. Örneğin, Güngörmüş

(2007) bireylerin serbest zamanlarında fiziksel aktiviteye katılımlarının, yaşamlarındaki monotonluk ve streslerden bir nebze de olsa uzaklaşarak; duygusal ihtiyaçların karşılanmasını sağlamakla beraber mutlu olmada önemli etkenlerden biri olduğunu vurgulamıştır.

Çalışmanın değişkenlerinden biri olan “serbest zamanı değerlendirme durumu” değişkeni açısından sonuçları incelendiğinde, OMÖ-K’na ilişkin toplam ortalama puanları “serbest zamanı değerlendirme durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermiş ve serbest zamanları değerlendirmede “hiçbir zaman” güçlük çekmeyen katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin toplam ortalama puanları “her zaman” güçlük çeken katılımcılardan yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca BZTÖ alt boyutları açısından sadece “bilişsel” alt boyut ortalama puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı ve serbest zamanları değerlendirmede “hiçbir zaman” güçlük çekmeyen katılımcıların ortalama puanları, “her zaman” güçlük çekenlere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. SZDÖ ana etkisi açısından ise hiçbir alt boyut ortalama puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir.

Yazgeç ve Güngörmüş (2019)’ün yaptığı çalışmada, katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin ortalama puanları “serbest zamanı değerlendirme durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olduğu ve serbest zamanları değerlendirmede “hiçbir zaman” güçlük çekmeyen katılımcıların OMÖ-K’na ilişkin ortalama puanları “bazen” ve “her zaman” güçlük çekenlere göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Üniversite öğrencilerine yönelik olarak 312 kişiyle gerçekleştirilen diğer bir çalışmada, serbest zaman değerlendirme güçlük çekmeyen bireylerin serbest zaman tutumlarının diğer katılımcılara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Yalçın vd., 2018).

Katılımcıların BZTÖ’ne ilişkin ortalama puanları sırasıyla; “bilişsel”, “duyuşsal” ve “davranışsal” tutumlarının olduğu; SZDÖ’nin alt boyutlarının ortalama puanlarında, ilk alt boyutun “fiziksel” ve son alt boyutun ise “rahatlama” olduğu belirlenmiştir. OMÖ-K toplam ortalama puanının ise 3.81 olduğu görülmektedir. BZTÖ’ne ilişkin katılımcıların aldıkları puanlar alanyazınla (Akgül, 2011; Güngörmüş ve Gürbüz, 2012; Teixeira ve Freire, 2013; Tolukan vd., 2014; Cengiz vd., 2018; Kara vd., 2019) örtüşmektedir. Örneğin, Kaya ve Gürbüz (2015)’ün üniversite

öğrencileriyle yaptıkları çalışmada, “bilişsel”, “duyuşsal” ve “davranışsal” tutum puanlarının yüksek ortalama sıralamasını izlediği bildirilmiştir. Birey doğası gereği bir tutum geliştireceği zaman öncelikle bilişsel olarak farkındalığı oluşur sonrasında duyuşsal öğeleri ortaya çıkartarak; tutumu davranışa dönüştürür. Bu açıdan bakıldığında; literatür de benzer özellikle serbest zaman tutumunda ortaya çıkan bulgular birbirleriyle benzer özellik taşımakta olduğu söylenebilir. Gençlik merkezlerinde etkinliklere katılan gençlerin daha bulgularımızda da izleneceği üzere, sıklıkla fiziksel aktivitelere katılımları, onlar için fiziksel doyumun ortalama puanının diğer boyutlara göre ortaya çıkması da normal bir durum olarak görülmektedir. Genel mutluluk seviyelerinin de ortalamanın üstünde olduğu, bu merkezlerdeki etkinliklerin ne kadar önemli ve değerli bir göstergesi olduğu söylenebilir.

Veriler incelendiğinde, katılımcıların serbest zaman tutum ortalama puanlarının mutluluk düzeyi ile ilişkisinde serbest zaman doyumunun tam bir aracı etkiye sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Yani serbest zamana yönelik olumlu tutumun, serbest zaman doyumunu ve mutluluk üzerindeki anlamlı etkisini desteklemiştir. Alanyazı incelendiğinde serbest zamana ilişkin turumunun, serbest zaman etkinliklerine katılımında önemli bir belirleyici olduğu serbest zaman doyumunun ise bu etkinliklere katılımında sürekliliği oluşturduğu ve bununda bireyleri mutlu ettiği sonucunu görmekteyiz.

Bu doğrultuda çalışmamızın sonucunda, Manisa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne bağlı olarak faaliyetlerini sürdüren gençlik merkezlerinde etkinliklere katılan gençlerin serbest zaman tutum, doyum ve mutluluk seviyelerinin yüksek olduğu belirlenmiştir.

SZDÖ verilerine ilişkin olarak; alt boyut ortalama puanlarında ilk sırayı “fiziksel” alt boyutuna ilişkin doyumun aldığı sonucuna varılmıştır. Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü bünyesinde sportif etkinlikler olsa da; gençlik merkezlerinde de sportif etkinliklere dayalı faaliyetlerinin sürdüğü görülmektedir. Bu açıdan değerlendirildiğinde; ilgili merkezlere gelen gençlerin de serbest zaman doyumlarında fiziksel doyum öncelikli olarak çıkmıştır. Tüm demografik değişkenlerde göre SZDÖ’nde farklılıkların oluştuğu belirlenmiş ve farklılıkların; kadın, lisans eğitimine

devam eden, fiziksel aktiviteleri düzenli yapan ve serbest zamanları değerlendirirken hiçbir zaman güçlük çekmeyen katılımcıların lehine olduğu tespit edilmiştir.

Mutluluk verilerine ilişkin olarak; katılımcıların eğitim durumu, fiziksel aktivitelere katılım durumu ve serbest zamanları değerlendirmede güçlük çekme durumlarına göre farklılıklar ortaya çıkmıştır.

Ayrıca çalışmada, mutluluğun bir belirleyicisi ve serbest zaman tutumunu, doğrudan ve dolaylı bir şekilde serbest zaman doyumunu yordayıcıları olarak önceliklendirilmesinin ve gerekçelendirilmesinin önemini göstermektedir. Bu açıdan çalışmamızın örneklem grubunu oluşturan gençlerin Gençlik ve Spor Bakanlığımız bünyesindeki gençlik merkezlerinde yapılan etkinliklere katılımı onların serbest zaman tutumu ve doyumunu artırdığı, bununla birlikte mutluluk düzeylerinin yükseldiğini söyleyebiliriz.

ALTINCI BÖLÜM

5. ÖNERİLER

Bu bilgiler ışığında aşağıdaki öneriler verilmiştir;

- Mevcut çalışmadan elde edilen bulguların genel popülasyona genişletilip genişletilemeyeceğini araştırmak için gelecekteki çalışmalar gerekmektedir.
- Gençlik merkezlerinde gerçekleştirilen faaliyetlerinin katılımcılar tarafından memnuniyeti ön-test ve son-test yoluyla etki araştırması yapılarak, sonuçlar ışığında faaliyet planlaması yeniden düzenlenebilir.
- Merkezlere katılım sıklığı azalan ve katılımların tamamen biten gençlerin, nedenleri araştırılarak önlemler ve düzenlemeler yapılmalıdır.
- Gençlik merkezleri, gençlerin faaliyetlere güvenli ve hızlı ulaşabileceği aynı zamanda yeni gençlerin kazandırılması hususunu öngörerek şehrin yapısına göre konumlandırılmalıdır.
- Gençlik merkezlerinin standardizasyonu yapılarak sayısının artırılması gereklidir.
- Gençlik merkezlerinde istihdam edilen “Gençlik Liderlerinin” Spor Bilimleri Fakültelerinin Rekreasyon bölümü mezunları arasından seçilmesi katılımcılara; uygun faaliyet seçimi, eğitsel ve kaliteli serbest zaman kullanımı sonuçlarını oluşturacaktır.
- Gençlik merkezlerinin etkin ve kaliteli hizmet sunması için; gençlik lideri ve yöneticilerin kariyer planlamasına müsait liyakatli bir sistem sonucunda seçilerek görevlendirilmesi gerekmektedir.

YEDİNCİ BÖLÜM

7. KAYNAKÇA

- Acar, H. (2008). Türkiye'nin ulusal gençlik politikası nasıl yapılandırılmalıdır? *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 5(1): 1-20.
- Akgül, B.M., (2011). *Farklı kültürlerdeki bireylerin boş zaman aktivitelerine yönelik tutumlarının değerlendirilmesi: Ankara-Londra örneği*. (Doktora Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Akgül, B., Sarol, H., & Gürbüz, B. (2009). Rekreatif amaçlı hizmet veren spor işletmelerinin hizmet kalitesinin belirlenmesi, *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 14(3): 33-39.
- Akgül, B.M., & Gürbüz, B. (2011). Boş zaman tutum ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 16(1): 37-43.
- Akın, H.B. & Şentürk, E. (2012). Bireylerin mutluluk düzeylerinin ordinal lojistik regresyon analizi ile incelenmesi-analysing levels of happiness of individuals with ordinal logistic analysis. *Öneri Dergisi*, 10(37): 183-193.
- Aktuna, Y. (1986). Gençlik döneminde toplumsallaşma ve kuşak çatışması. *II. Milli Gençlik Kongresi 6-8 Kasım*, Selçuk Üniversitesi Yayınları Konya.
- Akyürek, G., Kars, S., & Bumin, G. (2018). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman ile ilişkili tutum, yönetim ve memnuniyetlerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 3(2): 1-12.
- Akyüz, H., Yaşartürk, F., Türkmen, M., & Zorba, E. (2018). Rekreatif bölümünde öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman motivasyonlarının mutluluk düzeyi üzerindeki etkisi, *Journal of Human Sciences*. 15(2): 1086-1096.
- Alexandris K. (2017). Sport and recreation participation: Theoretical approaches with management Implications PhD, *15th International Sport Sciences Congress 15st-18th November*.

- Alexandrova, A. (2005). Subjective well-being and Kahneman's "Objective happiness". *Journal of Happiness Studies*. 6: 301-324.
- Ardahan, F., & Yerlisu Lapa, T. (2010). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin cinsiyete ve gelire göre incelenmesi, *Spor Bilimleri Spor Bilimleri Dergisi*. 21(4): 129-136.
- Argan, M., Argan, M.T., & Dursun, M.T. (2018). Examining relationships among well-being, leisure satisfaction, life satisfaction, and happiness. *International Journal of Medical Research and Health Sciences*. 7(4): 49-59.
- Arvasi, F.B. (2017). Psikolojide ve İslam düşünce geleneğinde mutluluk kavramı: Karşılaştırmalı bir çalışma. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*. 6(4): 109-128.
- Ataç, Ö, Sadık, R., & Tezcan, N. (2018). Gençlik merkezleri faaliyetlerine yönelik tutum ölçeği geliştirilmesi güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Spor Bilimleri Dergisi. Özel Sayı.*, 11: 92-97.
- Austin, D.R., Crawford, M.E., McCormick, B.P., & Puymbroeck, M.V. (2015). *Recreational therapy: an introduction* (No. Ed. 4). Sagamore Publishing.
- Axelsen, M. (2009). The power of leisure: "I was an anorexic; I'm now a healthy triathlete". *Leisure Sciences*, 31(4): 330-346.
- Aydın, İ. (2016). *Fitness katılımcılarının rekreasyonel etkinliklere yönelik ilgilenim ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Ayral, T. (1989). Gencin sosyal sorunları, II. *Milli Gençlik Kongresi 6-8 Kasım*, Selçuk Üniversitesi Yayınları Konya.
- Aytaç, Ö. (2002). Boş zaman üzerine kuramsal yaklaşımlar. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 12(1): 231-260.
- Baran, A.G. (2013). Genç ve gençlik: Sosyolojik Bakış. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*. 1(1): 6-24.

- Baron, R.M., & Kenny, D.A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*. 51(6): 1173.
- Baucells, M., & Sarin, R. (2012). *Engineering happiness: a new approach for building a joyful life*. Berkeley: University of California Press.
- Baumgartner, H., & Homburg, C. (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International Journal of Research in Marketing*. 13(2): 139-161.
- Beard, J. G., & Ragheb, M.G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*. 12(1): 20-33.
- Bentler, P.M. (1980). Multivariate analysis with latent variables: Causal modeling. *Annual review of psychology*. 31(1): 419-456.
- Bentler, P.M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness-of-fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*. 88(3): 588-600.
- Beşikçi, T., Irkin, F., & Güzel, P. (2019). Serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman doyumunu ilişkisi: mücadele sporları ile ilgilenen bireyler üzerine bir araştırma. *II. Dünya Spor Bilimleri Araştırma Kongresi, Tam Metin Bildiri Kitabı*. 21-24 Mart 2019, Manisa, 362-366.
- Bırol, S.Ş., & Aydın, E. (2019). Kuruluşundan bugüne gençlik hizmetleri genel müdürlüğünün sunmuş olduğu rekreatif hizmetlerin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Spor Bilimleri Dergisi*. 12(66): 1474-1479.
- Browne, M.W., & Cudeck, R. (1993). *Alternative ways of assessing model fit*. In Bollen, K.A., Long, J.S. (Eds.), *Testing structural equation models*. Sage Publications, Thousand Oaks. 154: 136-162.
- Budaka, D., Mızrak, O., & Aslan, B.E. (2019). Rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi: Kayak merkezi ziyaretçileri örneği. 2. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi*,

Tam Metin Bildiri Kitabı. (Editörler: Bülent Gürbüz, Hamdi Alper Güngörmüş). 11-14 Nisan, Bodrum/Muğla, Türkiye, 88-91.

Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı istatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum*. (19. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Caldwell, L.L. (2005). "Leisure and health: why is leisure therapeutic?". *British Journal of Guidance & Counselling*. 33(1): 7-26.

Celkan, H.Y. (1989). Gençlerde zararlı madde alışkanlıklarının toplumsal değerlendirmesi, *II. Milli Gençlik Kongresi*. 6-8 Kasım, Selçuk Üniversitesi Yayınları, Konya.

Cengiz, R., Güngörmüş, H.A., & Öztürk, E. (2018). Bireylerin serbest zaman tutum ve psikolojik iyi oluş ilişkisi. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bildiri Özetleri Kitabı*. 10-13 Mayıs, Bodrum/Muğla, Türkiye, 400-401.

Cılga, İ. (2001). Gençlerin gelişiminde ve madde kullanımlarını önlemede gençlik merkezlerinin rolü, *Aile ve Toplum Spor Bilimleri Dergisi*. 1(4): 1-6.

Çakır, N. Güngörmüş, H.A., & Yaşar Sönmez, B. (2019). Çalışan kadınların serbest zaman etkinliklerine yönelik tutum, katılım engelleri ve iş yaşamındaki yalnızlık düzeyinin incelenmesi. *2. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bildiri Özetleri Kitabı*. (Editör: Bülent Gürbüz). 11-14 Nisan, Bodrum/Muğla, Türkiye, 257-258.

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

Çalık, F. (2014). Examination of leisure motivation and students to participate in leisure activities in terms of various variables. *International Online Journal of Educational Sciences*. 6 (2): 361-372.

- Çimen, Z. & Sarol, H. (2015). Serbest zaman tutumu: Üniversite öğrencilerine yönelik araştırma. *III. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Bildiri Kitabı*. 5-7 Kasım 2015, Eskişehir, 295-299.
- Demir, M. (2014) İşgörenlerin serbest zaman gereksinimi ve serbest zaman doyumunu etkileyen faktörler. *İşletme ve İktisat Çalışmaları Dergisi*. 2(3): 74-84
- Demir, R., & Murat, M. (2017). Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Spor Bilimleri Dergisi*. 7(13), 347-378.
- Demir, Ş.Ş., & Demir, M. (2014). Kamu kesimindeki yöneticilerin serbest zaman etkinliklerini algılaması ve değerlendirmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Spor Bilimleri Dergisi*. 3(3): 61-76.
- Demirel, M., Gürbüz, B., & Karaküçük, S. (2009). "Rekreasyonel aktivitelere katılımın çevreye yönelik tutum üzerindeki etkisi ve yeni ekolojik paradigma ölçeği'nin geçerliği ve güvenilirliği. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Bilimleri Dergisi*. 7(2): 47-50.
- Deng, J., Walker, G.J., & Swinnerton, G. (2006). A comparison of environmental values and attitudes between Chinese in Canada and Anglo-Canadians. *Environment and Behavior*. 38(1): 22-47.
- Di Giovinazzo, V., & Novarese, M. (2016). "The meaning of happiness: Attention and time perception". *Mind and society*, 15(2): 207-218.
- Diener, E. (1984). "Subjective well-being". *Psychological Bulletin*, 95(3): 542.
- Dinçel, E. (2006). *Ergenlik dönemi gelişimsel ve psikolojik problemler*, (Yüksek Lisans Tezi) Ankara, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.
- Doğan, M., Elçi, G., & Gürbüz, B. (2019). Serbest zaman doyumunu, serbest zamanda sıkılma algısı ve iş tatmini ilişkisi: Akademisyenler üzerine bir araştırma, *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1): 154-164.

- Doğan, T. (2006). Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin ‘maneviyat’ ve ‘serbest zaman’ boyutlarının incelenmesi, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Spor Bilimleri Dergisi*. 3(26), 1-16.
- Dönmezci, S. (1989). Gençliğin yaşamını etkileyen toplumsal değişmeler, *II. Milli Gençlik Kongresi*, 6-8 Kasım 1986, Selçuk Üniversitesi Yayınları, Konya 1989.
- Emir, E. (2015). Kadınlarda rekreasyonel etkinliklere katılım: algılanan özgürlük ve mutluluk ilişkisi, 8. *Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi, Bildiriler Kitabı*. 14-16 Mayıs, Kayseri, Türkiye, 1-4.
- Erkal, M.E. (1992). *Sosyolojik Açıdan Spor*. İstanbul: Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı Yayınları.
- Eroğlu, F. & Parlar, H. (2018). Evli kadın ve erkeklerde psikolojik iyi oluşun ebeveyn tutumuna etkisinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. (17)33: 89-101.
- Eruzun, C., & Türkmen, M. (2018). Kadınlara spor etkinliklerine katılımlarının boş zaman tatmini ve yaşam kalitesine etkileri: Özel spor merkezleri örneği. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Spor Bilimleri Dergisi*. 16(3): 196-203.
- Ezgin, Ö., & Koç, S. (2016). *Bir bakışta gençlik merkezleri: Türkiye’deki gençlik merkezlerinde iyi uygulamalar*. Toplum Gönüllüleri Vakfı Yayınları, İstanbul: Eray Basım.
- Field, A. (2009) *Discovering statistics using SPSS*. (3rd Edition). Sage Publications Ltd., London.
- Fişek, K. (1985). *100 soruda Türkiye spor tarihi*. İstanbul: Gerçek Yayınevi.
- Friesenhahn, G.J., Schild, H., Wicke, H., Balogh, J., & Plantz, C. (2014). Politikalar, yaklaşımlar ve örnekler: Avrupa bağlamında öğrenim hareketliliği ve formel olmayan öğrenme. *İstanbul Bilgi Üniversitesi Şebeke Gençlerin Katılımı*

Projesi Kitabı. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, Mayıs 2014, İstanbul, 9-13.

Frisch, M.B. (2000). *Improving mental and physical health care through quality of life therapy and assessment*. E. Diener & D. R. Rahtz (Editör), *Advances in quality of life theory and research* (pp. 207-241). Great Britain: Kluwer Academic Publishers.

Gençlik Merkezi Yönetmenliği, 13.07.2003 tarih ve 29167 sayılı resmi gazete.

Goodin, R. E., Rice, J. M., Parpo, A., & Eriksson, L. (2008). *Discretionary time: A new measure of freedom*. Cambridge: Cambridge University Press

Gökçe, H., & Orhan, K. (2011). Serbest zaman doyum ölçeğinin Türkçe geçerlilik güvenirlik çalışması. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*. 22 (4): 139-145

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

Graefe, A., & Parker S., (1987). *Recreation And Leisure. An Introductory Handbook*. 6 Venture Publishing Inc. 1640. Oxford Circle State College, Pa 16803.

Grath, B. (2002). "Towards the enablement of "Unqualified" rural youth: A structurationist perspective on socially inclusive policy interventions" *Journal of Youth Studies*. Vol.5, No.3, September, 291-312.

Gulick, L.H. (1920). *A philosophy of play*. New York: Association Press.

Gücala, A.Ç., & Gürbüz, B. (2019). Serbest zamanda sıkılma algısı, egzersiz bağımlılığı ve mutluluk ilişkisi, 2. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Tam Metin Bildiri Kitabı*. (Editörler: Bülent Gürbüz, Hamdi Alper Güngörmüş). 11-14 Nisan, Bodrum/Muğla, Türkiye, 158-163.

Güçlü, M. (2013). Gençlik döneminde boş zaman faaliyetlerinin yeri ve önemi. *Gençlik Araştırmaları Spor Bilimleri Dergisi*. 1, 158-169.

- Güngörmüş, H.A. (2007). *Özel sağlık-spor merkezlerinden hizmet alan bireyleri rekreasyonel egzersize güdüleyen faktörler*. (Doktora Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Güngörmüş, H.A., & Gürbüz, B. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Karşılaştırılması. *2nd International Social Sciences in Physical Education and Sport Congress*, 31 May-2 June, Ankara/Türkiye, Abstract Book, 115.
- Güngörmüş, H.A., & Sezen, M. (2005). Milletvekillerinin rekreasyonel alışkanlıkları, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Spor Bilimleri Dergisi*. 7(4).
- Güngörmüş, H.A., Gürel, O., Acar, A., & Yapılı, O. (2019). Serbest zaman tutumu ile yaşam kalitesi ve mutluluk ilişkisi: Avm çalışanları örneği. 2. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bildiri Özetleri Kitabı*. (Editör: Bülent Gürbüz). 11-14 Nisan, Bodrum/Muğla, Türkiye, 253-254.
- Gür, B.S., Dalmış, I., Kırmızıdağ, N., Çelik, Z., & Boz, N. (2012), *Türkiye'nin gençlik profili*. Ankara: Pelin Ofset.
- Hafsaoui, B., Boudjelthia, N., & Banghalia, F.Z. (2019). Motivations and sports practice in adolescents. *II. Dünya Spor Bilimleri Araştırma Kongresi, Tam Metin Bildiri Kitabı*. 21-24 Mart 2019, 416-417.
- Hariyanto, O.B. (2017). Leisure time, leisure activities and society happiness index in bandung city. *International Journal of Scientific and Technology Research*. 6(10): 2277-8616
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2018). Pozitif psikoloji-kuram, araştırma ve uygulamalar. (Çev: T. Doğan), Ankara: Nobel Yayınları.
- Helliwell, J., Layard, R., & Sachs, J. (2018). *World happiness report 2018*. New York: Sustainable Development Solutions Network.
- Henderson, K. A. (1991). *Dimensions of choice: A qualitative approach to recreation, parks, and leisure research*. USA: Venture Publishing, Inc.

- Hurd, A.R., & Anderson, D.M. (2011). *The park and recreation professional's handbook*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- İleri, F., & Sönmez, A. (2019). Serbest zaman tutumunun incelenmesi: Yetişkin bireyler örneği. 2. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bildiri Özetleri Kitabı*. (Editör: Bülent Gürbüz). 11-14 Nisan, Bodrum/Muğla, Türkiye, 77-78.
- İlcutlu, O. (2019). *Gençlik merkezlerinde hizmet kalitesi algısı*. (Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Jacks, L.P. (1932). *Education through recreation*. London: University of London Press.
- Jensen, C.R., & Guthrie, S. (2006). *Outdoor Recreation in America* (6th ed). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jöreskog, K.G. (1970). A general method for analysis of covariance structures. *Biometrika*. 57(2), 239-251.
- Kara, F.M., Gürbüz, B., & Sarol, H. (2018). Yetişkinlerde serbest zamanda sıkılma algısı, algılanan sosyal yetkinlik ve benlik saygısı düzeyinin incelenmesi, *Uls Spor Egz & Ant Bil Spor Bilimleri Dergisi*. 4(4): 113-121.
- Kara, F.M., Sarol, H., & Güngörmüş, H.A. (2018). Üniversite öğrencilerinde serbest zaman tutumu ve tutkunluk düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bildiri Özetleri Kitabı*. 10-13 Mayıs, Bodrum/Muğla, Türkiye, 427-428.
- Kara, F.M., Sarol, H., & Güngörmüş, H.A. (2019). "Attitudes are contagious": Leisure attitude and passion of university students. *International Education Studies*, 12(7): 42-48.
- Karaman, M., Ayyıldız, T., Okan, İ., & Yaman, M. (2016). Rekreatif dans aktivitelerine katılan bireylerin mutluluk, boş zaman tutumu ve yaşam tatmini düzeylerinin ve aralarındaki ilişkinin incelenmesi. *International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences*, 21, 75-93.

- Kaya, S. (2016). The relationship between leisure satisfaction and happiness among college students. *Universal Journal of Educational Research*. 4(3): 622-631.
- Kaya, S., & Gürbüz, B. (2015). An Examination of university students' attitudes towards leisure activities. *Pamukkale Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3): 46-60.
- Kaya, S., Kabakçı, A.C., & Doğan, A.A. (2015). Differences in motivation for participating sport activities according to sport branches, *International Journal of Science Culture and Sport*. 3(1): 44-53.
- Kelleş, F. (2017). *Gençlik merkezindeki serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin sosyal beceri düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi: Adıyaman ili örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Bartın: Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kılıç, S., Atasoy, K.L., Gürbüz, B., & Öncü, E. (2016). Rekreasyonel tatmin ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi, *İÜ Spor Bilimleri Spor Bilimleri Dergisi*. 6(3): 1303-1414.
- Kim, S., Sung, J., Park, J., & Dittmore, W. (2015). The relationship among leisure attitude, satisfaction, and psychological wellbeing for college students. *Journal of Physical Education and Sport*. 15(1): 70-76.
- Kleinman, S. (2009). *The culture of efficiency: Technology in everyday life*. Digital Formations. New York: Peter Lang Publishing,
- Kline, R.B. (2016). *Methodology in the social sciences. Principles and practice of structural equation modeling (4th ed.)*. New York: Guilford Press.
- Köse, E., & Yerlisu Lapa, T. (2018). Serbest zaman engelleri ile serbest zaman kolaylaştırıcıları arasındaki ilişki: Kanonik korelasyon analizi. *Researcher: Social Science Studies*. 6(3): 43-56.
- Kraus, R. (1971). *Recreation and leisure in modern society*. Appleton- century-crofts, Educational Division. Meredith Corporation, New York.
- Küçük Kılıç S., Lakot Atasoy K., Gürbüz B., & Öncü E. (2016). Rekreasyonel tatmin ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 6, 56-70.

- Lawther, J.D. (1972). *Sport psychology*. Prentice Hall, Inc. Englewood Cliffs, New Jersey.
- Lloyd, K.M., & Auld, C.J. (2002). The role of leisure in determining quality of life: Issues of content and measurement. *Social Indicators Research*, 57(1): 43-71.
- Marsh, H.W., Hau, K.T., Artelt, C., Baumert, J., & Peschar, J. L. (2006). OECD's brief self-report measure of educational psychology's most useful affective constructs: Cross-cultural, psychometric comparisons across 25 countries. *International Journal of Testing*. 6(4): 311-360.
- McLean, D.D., Hurd, A.R., & Rogers, N.B. (2007). *Kraus' recreation and leisure in modern society*. Massachusetts: Jones and Bartlett Publishers.
- Meydan, C.H., & Şeşen, H. (2011). *Yapısal eşitlik modellemesi, AMOS Uygulamaları*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Meyers, L.S., Gamst, G., & Guarino, A.J. (2013). Data screening. In L.S. Meyers, G. Gamst, & A.J. Guarino. In *Applied multivariate research-design and interpretation* (43-73). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Meyer, L.S., Gamst, G.C., & Guarino, A.J. (2006). Confirmatory factor analysis. In L. S. Meyer, G.C. Gamst, & A. J. Guarino (Eds.), *Applied multivariate research: Design and interpretation* (539–568). Newbury Park, CA: Sage Press.
- Mieczkowski, Z. (1990). *World trends in tourism and recreation*. New York: Peter Lang Publishing.
- Mull, F.R., Beyless, K.G., Ross C.M., & Jamieson, L.M. (1997). *Recreational sport management*. USA: Human Kinetics.
- Neulinger, J. (1984). *To Leisure: An introduction*, State College, Pa: Venture Publishing.
- Özbay, H., & Öztürk, E. (1992). *Gençlik*. İstanbul: İletişim Yayınları.

- Özdamar, K. (2010). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi 2 (Çok değişkenli analizler)*. (7. Baskı). Eskişehir: Kaan Kitabevi.
- Özdilek, Ç., Demirel, M., & Harmandar, D. (2007). Dumlupınar ve Sakarya üniversitelerinde öğrenim gören beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve düzeylerinin karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 4(2): 1-13.
- Özkuşçu, N., (1987). *Gençlik ve uyuşturucu madde alışkanlığı*. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Öztaş, İ., (2018). *Farklı kurumlarda çalışan memurların serbest zaman doyumu ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi (Kırıkkale ili örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). Ağrı: Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Parlar, F., Öncü, E., Akbulut, V., & Başkan, N. (2018). Rekreasyonel egzersize katılan yetişkinlerde mutluluk algısı, *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bildiri Özetleri Kitabı*. 10-13 Mayıs, Bodrum/Muğla, Türkiye, 293-294.
- Preacher, K.J., & Hayes, A.F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior research methods*. 40(3), 879-891.
- Ragheb, M.G., & Beard, J.G. (1982). Measuring Leisure Attitude. *Journal of Leisure Research*. 14(2): 155-167.
- Rossmann, J.R. (1983). Participant satisfaction with employee recreation. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*. 54(8): 60-62.
- Sabırlı, T.N., Argan, M., Yetim, G., & Hızal, A. (2019). Boş zaman tatmini, yaşam tatmini ve mutlulukta sosyal medya bağlılığının rolü, 2. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Tam Metin Bildiri Kitabı*. (Editörler: Bülent Gürbüz, Hamdi Alper Güngörmüş). 11-14 Nisan, Bodrum/Muğla, Türkiye, 37-39.

- Sarioğlu, B., GÜngörmüş, H.A., & Işık, U. (2019). Serbest zaman engelleri ve psikolojik iyi oluş ilişkisi: Büro çalışanları örneği, 2. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Tam Metin Bildiri Kitabı*. (Editörler: Bülent Gürbüz, Hamdi Alper GÜngörmüş). 11-14 Nisan, Bodrum/Muğla, Türkiye, 92-97.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*. 8(2): 23-74.
- Sekam. (2013). Türkiye gençlik raporu gençliğin özellikleri, sorunları, kimlikleri ve beklentileri, İstanbul.
- Serdar, E., Demirel, M., & GÜngörmüş, H.A. (2019). Rekreasyonel aktivitelere katılan bireylerin serbest zaman motivasyon düzeylerinin incelenmesi, *II Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi 21 - 24 Mart 2019, Tam Metin Bildiri Kitabı*. 383-393.
- Serdar, E., Demirel, M., Demirel, D., & Çakır, V.O. (2017). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman algı düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki, *Sobider, Sosyal Bilimler Dergisi*. 4(18): 549-560.
- Serdar, E., Demirel, M., Harmandar Demirel, D., & Donuk, B. (2018). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyum düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki, *Sosyal Bilimler Spor Bilimleri Dergisi*. 5(28): 429-438.
- Serdar, E., Harmandar Demirel, D., Demirel, M., & Sarol, H. (2019). Serbest zaman sıkılma algısı ile algılanan özgürlük arasındaki ilişki. *II. Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi 21 - 24 Mart 2019, Tam Metin Bildiri Kitabı*. 394-401.
- Sevil, T. (2015). *Terapatik rekreasyonel aktiviteler katılımın yaşlıların algıladıkları boş zaman tatmini, yaşam tatmini ve yaşam kalitesine etkisi*. (Doktora Tezi). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Sevin, D., & Şen, K. (2019). Öğretmenlerin rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyleri ile yaşam mutluluğu ve iş performansları arasındaki ilişki. *Dini Araştırmalar*. 22(55): 213-232.

- Shin, K., & You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*. 7(2): 53-62.
- Shivers, J.S. & Delisle, L.J. (1997). The story of leisure: Context, concepts and current controversy. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
- Spiers, A., & Walker, G.J. (2008). The effects of ethnicity and leisure satisfaction on happiness, peacefulness, and quality of life. *Leisure Sciences*. 31(1): 84-99.
- Subramanian, S.V., Kim, D. & Kawachi, I. (2005). Covariation in the socioeconomic determinants of self rated health and happiness: a multivariate multilevel analysis of individuals and communities in the USA. *Journal of Epidemiology & Community Health*. 59(8), 664-669.
- Taşkıran Avcı, T. & Gürbüz, B. (2019). Serbest zaman doyumunun algılanan sosyal yetkinliği ve psikolojik sağlamlığı yordama gücü. 2. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bildiri Özetleri Kitabı*. (Editör: Bülent Gürbüz). 11-14 Nisan, Bodrum/Muğla, Türkiye, 127-128.
- TDK Türkçe Sözlük, <https://sozluk.gov.tr/> Erişim tarihi, 18.09.2019.
- Teixeira, A., & Freire, T. (2013). The Leisure attitude scale: Psychometrics properties of a short version for adolescents and young adults. *Leisure/Loisir*, 37(1): 57-67.
- Temur, İ. (2014). Avrupa birliği-Türkiye'nin demografik yapısı ve gençlik politikaları. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*. 2(3): 80-101.
- Tezcan, M. (1991). *Gençlik sosyolojisi yazıları*. Ankara: Gündoğan Yayınları.
- Tolukan, E., Güngörmüş, H.A., Direkçi, M., & Kaya, E. (2015). Attitudes of the individuals benefiting from youth centers toward leisure activities. *ERPA 2015 International Congress on Education, Book of Proceedings*. 4-7 June, Athens/Greece, 313-316.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management* (Fifth Edition). London And Newyork: Taylor and Francis Group.

TUIK Nüfus İstatistikleri, <http://tuik.gov.tr/> Erişim tarihi, 14.10.2019.

Turan, N (2018). Çalışma mutluluğu: Kavram ve kapsam. *Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 37(1): 169-212.

Tzeneva E. (2007). Peculiarities of the motivation for education of university students – athletes. *The International Symposium on Physical Education and Sports Teaching in Eu-Bologna Process*, 11-12 May 2007, 354-357.

Ulusoy, D., Özcan, D.N., & Görgün-Baran, A. (2005) Ebeveynin çocuk yetiştirme biçimi ve ergen problemleri: Ankara ili örneği. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*. 3 (3): 367-386.

Ünüvar, P., Çalışandemir, F., Tagay, Ö., & Amini, F. (2015). Okul öncesi dönem çocuklarının mutluluk algısı (Türkiye ve Afganistan Örneği). *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 34(2): 1-22.

Üstün, Ü., Gümüşgül, O., Işık, U., Demirel, M., & Harmandar Demirel, D. (2016). Gelecek zaman algısı: beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerine yönelik bir çalışma. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 6(1): 1303-1414.

Veal, A. J. (1992). Definitions of leisure and recreation. *Australian Journal of Leisure and Recreation* 2(4): 44-52, Republished by School of Leisure, Sport and Tourism, University of Technology, Sydney.

Veenhoven, R. (2009). How do we assess how happy we are? Tenets, implications and tenability of three theories. *Happiness, Economics and Politics*, 45-69.

Verschelden, G., Coussée, F., & Walle, V.T., & Williamson, H. (2014). Avrupa gençlik çalışmaları tarihi ve bugünkü gençlik politikası ile ilgisi. *Gençlik Çalışmaları Tarihi*, (Derleyen: Yörük Kurtaran, Laden Yurttagülen) İstanbul Bilgi Üniversitesi Şebeke Gençlerin Katılımı Projesi Kitapları - No: 4.

Wei, X., Huang, S., Stodolska, M., & Yu, Y. (2015). Leisure time, leisure activities, and happiness in China. *Journal of Leisure Research* Copyright. 47(5): 556-576.

Vroom, V.H. (1964). Work and motivation. Wiley.

Yağmur, R., & Ocak, Y. (2012). Afyon Kocatepe üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri ile farklı bölümlerdeki öğrencilerin serbest zaman aktivitelerinin karşılaştırılması. *Spor ve Performans Araştırmaları Spor Bilimleri Dergisi*. 4(1): 5-16.

Yalçın, İ., Ekinci, N.E., Nacar, Ç., & Boz, M. (2018). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin serbest zaman tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bildiri Özetleri Kitabı*. 10-13 Mayıs, Bodrum/Muğla, Türkiye, 271-272.

Yaman, B. (2016). *Gençlik merkezi faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Yaşartürk F., & Bilgin B. (2018). Üniversitede öğrenim gören hentbolcuların serbest zaman tatmini ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi, *International Journal of Contemporary Educational Studies*. 4(2): 50-60.

Yavuz, C. (2017). *Türkiye'deki gençlik merkezlerinin kurumsal yönetimleri ile hizmet kalitesinin değerlendirilmesi*. (Doktora Tezi). Elazığ: Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Yazgeç, G., & Güngörmüş H.A. (2019). *Serbest zaman doyumu ve mutluluk ilişkisi: doğa ve macera rekreasyonu katılımcıları*. 1st edition, LAP LAMBERT Academic Publishing, ISBN:978-620-0-45930-5.

Yazıcı, E. (2001) *Üniversite gençliğinin sosyo-kültürel profili üzerine bir alan araştırması: Gazi üniversitesi örneği*. Ankara: Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi Yayınları.

Yentürk, N., Kurtaran, Y., & Nemutlu, G. (2008). *Türkiye'de gençlik çalışması ve politikaları* (Vol. 205). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi.

Yerlisu Lapa, T, Ağyar, E., & Bahadır, Z (2012). Yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu, serbest zaman katılımı: Beden eğitimi ve spor öğretmenleri

üzerine bir inceleme (Kayseri ili örneği). *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Spor Bilimleri Dergisi*. 10(2): 53-59.

Yerlisu Lapa, T., & Ağyar E. (2012). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman katılımlarına göre algılanan özgürlük, *Spor Bilimleri Dergisi*. 23(1): 24-33.

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

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


Yerlisu Lapa, T., Köse, E., & Günbayı, İ. (2018). Türkiye’de yapılan rekreasyon araştırmaları: Sistematik bir derleme. *Spor Bilimleri Dergisi*. 29(2): 87-104.

Young, M., Potgieter, N., & Madiba, K. (2004). Sport and recreation needs at the westelikes recreation centre. International Conference on Leisure, *Tourism and Sport Education, Integration, Innovation, Cologne*. 18-21.

EKLER

EK 1: Etik Kurul Onay Formu

Evrak Tarih ve Sayısı: 20/03/2019-E.24759

**MANİSA
CELAL BAYAR
ÜNİVERSİTESİ**

T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği
Kurulu

Sayı : -050.01.04-
Konu : Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ-Etik Kurul
Başvurumuz-Hk-

Sayın Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ

İlgi : 28/02/2019 tarihli ve 11560 sayılı yazı.

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Halit DURMAZ'ın, "Gençlerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları ile Mutluluk ve Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişki: Manisa Gençlik Merkezleri Örneği" konulu başvurunuz Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'nun 08.03.2019 tarih ve 2019/02 sayılı toplantısında görüşülmüş olup, araştırmanın etik yönden uygunluğuna karar verilmiştir.

Kurulumuzda alınan karar ekte gönderilmektedir.
Bilgilerinizi rica ederim.


e-İmzalıdır
Prof. Dr. Muzaffer TEPEKAYA
Kurul Başkanı

Ek: 15-Nolu Karar (1 sayfa)

Adres: Şehit Prof. Dr. İhsan Vurank Yerleşkesi 45140 - Yumuşsuyu/Manisa
Telefon: (0 236) 2011000 Faks: (0 236) 2372442
Elektronik Ağ: <http://www.cbu.edu.tr>

Bilgi İçin: Bolent Tokanlı
Unvanı: Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni

Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır



EK 2: Konu Belirleme, Değiştirme ve Onama Formu

Evrak Tarih ve Sayısı: 23/01/2020-7662



T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü



Sayı : 27697707-302.14.01-
Konu : Konu Belirleme, Değiştirme ve Onama

Sayın Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ

Anabilim Dalımız Rekreasyon Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencilerinden Halit DURMAZ'ın Tez konusu değişikliği, Enstitü Yönetim Kurulumuzun 14.01.2019 tarih ve 2/4 sayılı kararıyla aşağıdaki şekilde uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-İmzalıdır
Dr. Öğr. Üyesi Anıl GACAR
Enstitü Müdür Yardımcısı

Yeni Tez Konusu: Gençlerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları İle Doyum ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki: Manisa Gençlik Merkezleri Örneği

Dağıtım:
Gereği:
Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ

Bilgi:
Sbe Rekreasyon Anabilim Dalı Başkanlığına

Adres:MCBÜ Şehit Prof. Dr. İlhan Varank Yerleğkesi Fen ve Sosyal Bilimler Enstitü Binası
1. Kat 45140 Yumurtasuru/Manisa
Telefon:(0 236) 2012754 Faks:(0 236) 2330949
Elektronik Ağ:http://sbe.cbu.edu.tr

Bilgi İçin:First Akar
Unvan: Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni



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

EK 3: Kişisel Bilgi Formu

Sayın Katılımcı;

Elinizde bulunan bu anket formu “Serbest Zamana Yönelik Tutum ve Doyumlarınızın Belirlenerek; Mutluluk Düzeylerinize Etkisinin İncelenmesi” amacıyla hazırlanmıştır. Elde edilen veriler sadece bu araştırma kapsamında kullanılacaktır. Vereceğiniz samimi cevaplarınız için teşekkür eder, saygılar sunarız. **Serbest Zaman Zaman:** Bireyin çalışma saatleri ve zorunlu olarak kendisine ayıracağı zamanın dışında kalan, özgürce kullanabilme ve seçme şansına sahip olduğu bir zaman parçasıdır. **Rekreasyon (Serbest Zamanları Değerlendirme):** İnsanların serbest zamanlarında gönüllü olarak katıldıkları ve kişisel olarak doyum sağladıkları aktivitelerdir.

Halit DURMAZ

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Yaşınız?
2. Cinsiyetiniz? Kadın Erkek
3. Eğitim durumunuz? İlköğretim Lise Üniversite Lisansüstü
4. Gelir getirici herhangi bir işte çalışıyor musunuz?
 Çalışmıyorum Yarı zamanlı çalışıyorum Tam zamanlı çalışıyorum
5. Fiziksel aktiviteye katılma durumunuz?
 Hiç katılmıyorum Düzensiz katılıyorum Düzenli katılıyorum
6. Normal 7 günlük bir sürede (haftada) ne sıklıkla fiziksel aktiviteye katılıyorsunuz?
 Hiç Çok Nadir Bazen Sık Sık

7. Gençlik Merkezinde hangi etkinliklere katılıyorsunuz:

	1
	2
	3

8. Serbest zamanlarınızı değerlendirmekte ne sıklıkla güçlük çekiyorsunuz?

Her Zaman	Bazen	Hiçbir Zaman
-----------	-------	--------------

EK 4: Serbest Zaman Doyum Ölçeği

SERBEST ZAMAN DOYUM ÖLÇEĞİ		Nereyse Hiç Doğru Değil	Nadiren Doğru	Bazen Doğru	Çoğu Kez Doğru	Nereyse Her Zaman Doğru
1	Serbest zaman aktivitelerim bana çok ilginç gelir.	1	2	3	4	5
2	Serbest zaman aktivitelerim kendime güvenmemi sağlar.	1	2	3	4	5
3	Serbest zaman aktivitelerim bana başarı hissi verir.	1	2	3	4	5
4	Serbest zaman aktivitelerimde birçok farklı beceri ve yeteneklerimi kullanırım.	1	2	3	4	5
5	Serbest zaman aktivitelerim, etrafımdakiler hakkındaki bilgimi artırır.	1	2	3	4	5
6	Serbest zaman aktivitelerim, yeni şeyler deneme fırsatı sunar.	1	2	3	4	5
7	Serbest zaman aktivitelerim kendimi tanımama yardımcı olur.	1	2	3	4	5
8	Serbest zaman aktivitelerim diğer insanlar hakkında bir şeyler öğrenmeme yardımcı olur.	1	2	3	4	5
9	Serbest zaman aktivitelerim sayesinde diğer insanlarla sosyal etkileşimde bulunurum.	1	2	3	4	5
10	Serbest zaman aktivitelerim diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmama yardım etmektedir.	1	2	3	4	5
11	Serbest zaman aktivitelerim sırasında tanıştığım insanlar arkadaş canlısıdır.	1	2	3	4	5
12	Serbest zamanlarda, serbest zaman aktiviteleri yapmaktan çok zevk alan (hoşlanan) insanlarla ilişki kurarım.	1	2	3	4	5

13	Serbest zaman aktivitelerim rahatlamama yardımcı olur.	1	2	3	4	5
14	Serbest zaman aktivitelerim stresimi hafifletmeye yardımcı olur.	1	2	3	4	5
15	Serbest zaman aktivitelerim, duygusal olarak iyi olmama katkıda bulunur.	1	2	3	4	5
16	Serbest zaman aktiviteleriyle kolayca meşgul olurum, çünkü onları yapmayı severim.	1	2	3	4	5
17	Serbest zaman aktivitelerim fiziksel olarak zorlayıcıdır.	1	2	3	4	5
18	Fiziksel formumu geliştiren serbest zaman aktiviteleri yaparım.	1	2	3	4	5
19	Beni fiziksel olarak yenileyen serbest zaman aktiviteleri yaparım.	1	2	3	4	5
20	Serbest zaman aktivitelerim sağlıklı kalmama yardımcı olur.	1	2	3	4	5
21	Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar ferah ve temizdir.	1	2	3	4	5
22	Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar ilgi çekicidir.	1	2	3	4	5
23	Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar güzeldir.	1	2	3	4	5
24	Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar iyi dizayn edilmiştir.	1	2	3	4	5

EK 5: Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu

OXFORD MUTLULUK ÖLÇEĞİ KISA FORMU						
	1-5 arasındaki derecelendirmeyi kullanarak, her bir madde için uygun olan cevabınızı belirtiniz	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Kendimden hoşnut değilim.	1	2	3	4	5
2	Hayatın çok ödüllendirici olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5
3	Hayatımdaki her şeyden oldukça memnunum.	1	2	3	4	5
4	Çevremdeki güzelliklerin farkına varırım.	1	2	3	4	5
5	Yapmak istediğim her şeye zaman bulabilirim.	1	2	3	4	5
6	Zihinsel olarak kendimi tamamen zinde (dinç) hissediyorum.	1	2	3	4	5
7	Geçmişle ilgili mutlu anılara sahip değilim.	1	2	3	4	5

EK 6: Boş Zaman Tutum Ölçeği

BOŞ ZAMAN TUTUM ÖLÇEĞİ		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Bu ölçek, sizlerin boş zamanla ilgili genel bilgi ve inanışlarınızı, katıldığımız boş zaman aktivitelerinden edindiğiniz duygu ve düşüncelerinizi, boş zaman aktivitelerine katılımı ilgili geçmişte ve şu anda yaptığınız tercihleri ve planlı davranışlarınızı belirlemek amacıyla hazırlanan bazı ifadelerden oluşmaktadır. Her bir ifade için size göre uygun olan alanı işaretleyiniz.						
1	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak zamanı akıllıca kullanmaktır	1	2	3	4	5
2	Boş zaman aktiviteleri bireyler ve toplum için faydalıdır	1	2	3	4	5
3	İnsanlar çoğunlukla arkadaşlık ilişkilerini boş zamanlarında geliştirirler	1	2	3	4	5
4	Boş zaman aktiviteleri sağlığa katkı sağlar	1	2	3	4	5
5	Boş zaman aktiviteleri mutluluğu artırır	1	2	3	4	5
6	Boş zaman çalışma verimini artırır	1	2	3	4	5
7	Boş zaman aktiviteleri enerjiyi yenilemeye yardımcı olur	1	2	3	4	5
8	Boş zaman aktiviteleri kişisel gelişim için bir araç olabilir	1	2	3	4	5
9	Boş zaman aktiviteleri bireylerin rahatlamasına yardımcı olur	1	2	3	4	5
10	İnsanlar boş zaman aktivitelerine ihtiyaç duyar	1	2	3	4	5
11	Boş zaman aktiviteleri sosyal ilişkiler için iyi bir fırsattır	1	2	3	4	5
12	Boş zaman aktiviteleri önemlidir	1	2	3	4	5
13	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olduğumda zaman çok çabuk geçiyor	1	2	3	4	5
14	Boş zaman aktivitelerim bana keyif veriyor	1	2	3	4	5
15	Boş zaman aktivitelerime değer veririm	1	2	3	4	5
16	Boş zamanım boyunca kendim olabiliyorum	1	2	3	4	5
17	Boş zaman aktivitelerim bana zevkli deneyimler sağlar	1	2	3	4	5
18	Boş zamanın benim için iyi olduğunu hissediyorum	1	2	3	4	5
19	Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmaktan hoşlanıyorum	1	2	3	4	5
20	Boş zaman aktivitelerim canlandırıcıdır	1	2	3	4	5
21	Boş zaman aktiviteleri ile sık sık meşgul olmanın uygun olduğunu düşünüyorum	1	2	3	4	5
22	Boş zaman aktiviteleri için harcadığım zamanın boşa geçmediğini hissediyorum	1	2	3	4	5
23	Boş zaman aktivitelerimden hoşlanıyorum	1	2	3	4	5
24	Boş zaman aktiviteleri dikkatimin tamamını alıyor	1	2	3	4	5

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

EK 7: Araştırmada Kullanılan Ölçek İzinleri

12.11.2018

Posta - halit durmaz - Outlook

Re: Boş Zaman Tutum Ölçeği Hk.

Bülent Gürbüz <bulentgurbuz@gmail.com>

Pzt 12.11.2018, 12:59

Kime: halitdurmaz@outlook.com <halitdurmaz@outlook.com>

2 ek (88 KB)

bgurbuz_LAS_gonderiformat.doc; image003.png;

Merhaba Değerli Halit Kardeşim;

İstemiş olduğun ölçek formu için kullanım iznimi almış bulunmaktasın. Ölçek formu eklidir.

Sayın Alper hocamız benim çok değerlidir ve yakın dostumdur. Tezle ilgili bir yardımım gerekirse iletişime geçebilirsin, hocamıza selam sana başarılar dilerim.

halit durmaz <halitdurmaz@outlook.com>, 12 Kas 2018 Pzt, 10:50 tarihinde şunu yazdı:

Sayın hocam iyi çalışmalar,

Manisa Kredi Yurtlar Kurumu İl Müdürlüğünde VHKİ personeli olarak çalışmaktayım. Aynı zamanda Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalında Yüksek Lisans öğrencisiyim.

Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ hocamın danışmanlığında "Gençlerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutum, doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki: Gençlik merkezleri örneği" konulu yüksek lisans tez çalışmamda kullanmak üzere, tarafımızdan 2011 yılında Türkçeye uyarlamasını BM. Akgül ile birlikte yaptığınız "Boş Zaman Tutum Ölçeği"ni kullanmak için izninizi istiyorum.

İlginize şimdiden teşekkür eder; Hocamın selam ve saygılarını iletir, Saygılar sunarım

Halit DURMAZ

V.H.K.İ.

Kredi ve Yurtlar Kurumu Manisa İl Müdürlüğü

Adres : Güzeyurt Mahallesi 5733 Sokak No:30 Yunusemre/Manisa

Telefon : +90 (236) 302 01 80 Dahili: 156

Cep Tel : +90 (554) 621 57 07 Faks: +90 (236) 302 01 82

Eposta : halitdurmaz@outlook.com

<https://outlook.live.com/mail/inbox/id/AQQKADAwATMwMAItYzFIZC0zMGY2LTAwA0wMAoAEEAAtmP2LLNpD9ZSvYPWOTwTC>

1/2

12.11.2018

Posta - halit durmaz - Outlook

Ynt:

Tayfun Doğan <tayfun@tayfundogan.net>

Pzt 12.11.2018, 15:18

Kime: halit durmaz <halitdurmaz@outlook.com>

Merhaba Halit Bey,

Ölçeğe kişisel web sitenden ulaşabilir ve kullanabilirsiniz. Ancak kısa formu yerine 29 maddelik uzun formunu kullanmanızı öneririm.

Kolay gelsin.

Tayfun Doğan
www.tayfundogan.net

Gönderen: halit durmaz <halitdurmaz@outlook.com>

Gönderildi: 12 Kasım 2018 Pazartesi 07:50

Kime: tayfun@tayfundogan.net

Bilgi: 'hamdialper (hamdialper@gmail.com)'

Konu:

Sayın hocam iyi çalışmalar,

Manisa Kredi Yurtlar Kurumu İl Müdürlüğünde V.H.K.İ. personeli olarak çalışmaktayım. Aynı zamanda Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalında Yüksek Lisans öğrencisiyim.

Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ hocamın danışmanlığında "Gençlerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutum, doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki: Gençlik merkezleri örneği" konulu yüksek lisans tez çalışmamda kullanmak üzere, tarafınızdan 2011 yılında Türkçeye uyarlamasını Nesrin Akıncı Çötök ile birlikte yaptığımız "Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu"nu kullanmak için izninizi istiyorum.

İlginize şimdiden teşekkür eder; Saygıları sunarım.



Halit DURMAZ

V.H.K.İ.

Kredi ve Yurtlar Kurumu Manisa İl Müdürlüğü

Adres : Güzelyurt Mahallesi 5733 Sokak No:30 Yunusemre/Manisa

Telefon : +90 (236) 302 01 80 Dahili: 156

Cep Tel : +90 (554) 621 57 07 Faks: +90 (236) 302 01 82

Eposta : halitdurmaz@outlook.com

Re: Serbest Zaman Doyum Ölçeği Hk.

HÜSEYİN GÖKÇE <hgokce@pau.edu.tr>

Çar 14.11.2018, 10:03

Kime: halit dumaz <halitdumaz@outlook.com>

Bilgi: 'hamdialper (hamdialper@gmail.com)' <hamdialper@gmail.com>

Halit bey ölçeği kullanmanızda sakınca yoktur, ölçek hocamda var. Yardımcı olacağımız bir konu olursa lütfen çekinmeden iletişime geçin, sevgiler

Dr. Hüseyin GÖKÇE
PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ
Spor Bilimleri Fakültesi
Rekreasyon Bölümü

12.11.2018 10:58, halit dumaz yazmış:

Sayın hocam iyi çalışmalar,

Manisa Kredi Yurtlar Kurumu İl Müdürlüğünde VHKİ personeli olarak çalışmaktayım. Aynı zamanda Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalında Yüksek Lisans öğrencisiyim.

Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ hocamın danışmanlığında "Gençlerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutum, doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki: Gençlik merkezleri örneği" konulu yüksek lisans tez çalışmamda kullanmak üzere, tarafınızdan 2011 yılında Türkçeye uyarlamasını Kamil ORHAN ile birlikte yaptığımız "Serbest Zaman Doyum Ölçeği"ni kullanmak için izninizi istiyorum.

İlginize şimdiden teşekkür eder, Saygılar sunarım.



Halit DURMAZ

V.H.K.İ.

Kredi ve Yurtlar Kurumu Manisa İl Müdürlüğü

Adres : Güzelyurt Mahallesi 5733 Sokak No:30 Yunusemre/Manisa

Telefon : +90 (236) 302 01 80 Dahili: 158

Cep Tel : +90 (554) 621 57 07 Faks: +90 (236) 302 01 82

Eposta : halitdumaz@outlook.com