



TÜRKİYE CUMHURİYETİ
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KATILDIKLARI SERBEST ZAMAN
ETKİNLİKLERİNDEN TATMİN OLMA VE ALGILANAN ÖZGÜRLÜK
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

EMRAH SERDAR
YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR ANABİLİM DALI

DANIŞMAN
YRD. DOÇ. DR. SERAP MUNGAN AY

2016 - İSTANBUL

TEZ ONAYI

Kurum : Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Programın seviyesi : Yüksek Lisans
Anabilim Dalı : Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Tez Sahibi : Emrah Serdar
Tez Başlığı : Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Serbest Zaman Etkinliklerinden
Tatmin Olma ve Algılanan Özgürlük Düzeylerinin İncelenmesi
Sınav Yeri : Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Sınav Tarihi : 18.08.2016

Tez tarafımızdan okunmuş, kapsam ve kalite yönünden Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman (Unvan, Adı, Soyadı)

Yrd. Doç. Dr. Serap MÜNGAN AY

Kurumu

Marmara Üniversitesi

İmza

Sınav Jüri Üyeleri (Unvan, Adı, Soyadı)

Doç. Dr. Mehmet YORULMAZLAR

Yrd. Doç. Dr. Mehmet DEMİREL

Marmara Üniversitesi

Dumlupınar Üniversitesi

İmza

Yukarıdaki jüri kararı Enstitü Yönetim Kurulu'nun 11/08/2016 tarih ve 51. sayılı kararı ile onaylanmıştır.

Yrd. Doç. Dr. Pınar Meşay Tiber

Prof. Dr. Göksel ŞENER
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü V.

BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmayla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin çalışılması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığı beyan ederim.

Emrah SERDAR

TEŞEKKÜR

Öncelikle tez çalışmam boyunca yardımlarını hiç bir zaman esirgemeyen danışmanım Yrd. Doç. Dr. Serap Mungan Ay'a teşekkür ederim.

Çalışmam boyunca değerli bilgilerine başvurduğum Doç. Dr. Tennur YERLİSU LAPA hocama teőekkürü borç bilirim.

Bana Sağlamış oldukları çalışma ortamından dolayı Doç. Dr. Bilge DONUK ve Yrd. Doç. Dr. Selçuk Bora ÇAVUŐOĐLU hocamlarıma teőekkürü bir borç bilirim.

Lisans hayatımın ilk yıllarından itibaren ilminden faydalandığım, insani ve ahlaki değerleri ile de örnek edindiğim, zorlu süreçlerimde desteklerini üzerimden hiç esirgemeyen çok değerli hocalarım Yrd. Doç. Dr. Mehmet DEMİREL ve Yrd. Doç. Dr. Duygu HARMANDAR DEMİREL'e teşekkür ederim.

Tezimin her aşamasında bilgi ve birikimi ile bana her zaman sabırla yardımcı olan Arş. Gör. Utku IŞIK'a teşekkür ederim.

Tez çalışmam boyunca yanımda olan ve birlikte çalıőmaktan keyif aldığım Arş. Gör. Ataman TÜKENMEZ, Arş. Gör. Burcu GÜVENDİ, Okt. Suzan DAL ile Arş. Gör. Selin BAİKOĞLU'na teşekkür ederim.

Son olarak bu günlere gelmemde maddi ve manevi olarak desteklerini esirgemeyen babam İbrahim SERDAR'a ve annem Müberra SERDAR ile abim Mehmet SERDAR'a teőekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	ii
İÇİNDEKİLER	ii
KISALTMALAR ve SİMGELER	iiiv
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	vi
EKLER LİSTESİ	viii
ÖZET.....	1
ABSTRACT	2
1.GİRİŞ ve AMAÇ	3
2. GENEL BİLGİLER.....	5
2.1.Serbest Zaman Kavramı.....	5
2.1.1.Zaman Kavramı.....	5
2.1.1.1.Zamanın Kullanım Bölümleri	6
2.1.2.Serbest Zaman Kavramı	7
2.1.2.1.Etkinlik Olarak Serbest Zaman	9
2.1.2.2.Deneyim Olarak Serbest Zaman	10
2.1.3.Serbest Zamanın İlkeleri	11
2.1.4.Serbest Zaman Katılımı.....	12
2.1.4.1.Serbest Zaman Katılımının Alt Boyutları	13
2.1.5.Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılmayı Etkileyen Faktörler	14
2.2.Rekreasyon Kavramı	17
2.2.1.Rekreasyonun Özellikleri.....	19
2.2.2.Rekreasyonun Temel Fonksiyonları	21
2.2.3.Rekreasyonun Sınıflandırılması	22
2.2.4.Rekreasyon İhtiyacı.....	24
2.2.5.Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri	26
2.3.Tatmin ve Algılanan Özgürlük	28
2.3.1.Serbest Zaman Tatmini	29
2.3.1.1.Serbest Zaman Tatminin Alt boyutları.....	33
2.3.2.Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük	34

3.GEREÇ ve YÖNTEM	37
3.1.Araştırmanın Yöntemi.....	37
3.2.Araştırmanın Hipotezleri.....	37
3.3.Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	39
3.4.Araştırmanın Varsayımları.....	40
3.5.Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları	40
3.6.Araştırmanın Veri Toplama Yöntem ve Aracı.....	41
3.6.1.Kişisel Bilgi Formu	41
3.6.2.Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük (SZAÖ)	41
3.6.3.Serbest Zaman Tatmin Ölçeği (SZTÖ)	42
3.7.Verilerin İstatistiksel Analizi	43
4.BULGULAR	44
4.1.Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	44
4.2.Ölçek Puanlarının Dağılımı ve İstatistik Test Sonuçları.....	49
5.TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER	66
5.1.Tartışma.....	66
5.2.Sonuç.....	73
5.3.Öneriler.....	75
6. KAYNAKLAR	76
7. EKLER	89
7.1. Anket Formu.....	89
7.2. Anket Kullanım İzin Formu	93
7.3. Etik Kurul Onayı	95
8. ÖZGEÇMİŞ	96

KISALTMALAR ve SİMGELER

SPSS: Statistical Package for Social Sciences

S.s.: Standart Sapma

TDK: Türk Dil Kurumu

SZAÖ: Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük

SZTÖ: Serbest Zaman Tatmin Ölçeği

WWW: World Wide Web



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1. Zamanın Kullanım Bölümleri	7
Şekil 2.2. Serbest Zaman Katılımının Sınıflandırılması	14
Şekil 2.3. Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılmayı Etkileyen Etmenler.....	15
Şekil 2.4. Rekreasyonun Temel Fonksiyonları	21
Şekil 2.5. Rekreasyonun Sınıflandırılması	22
Şekil 2.6. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi	25
Şekil 2.7. Serbest Zamanda Elde Edilen Tatmin Geri Dönüt Modeli.....	30
Şekil 2.8. Serbest Zamanda Elde Edilen Tatmin Modeli	31
Şekil 2.9. Serbest Zaman Tatmininin Kategorisel Yapısı.....	31
Şekil 2.10. Serbest Zaman Paradigması.....	35

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 4.1.1.Katılımcıların Yaşlarının Dağılımı.....	44
Tablo 4.1.2.Katılımcıların Cinsiyetlerinin Dağılımı.....	44
Tablo 4.1.3.Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversitelerin Dağılımları.....	44
Tablo 4.1.4.Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Bölümlerin Dağılımı.....	45
Tablo 4.1.5.Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Sınıfların Dağılımı.....	45
Tablo 4.1.6.Katılımcıların Aylık Gelirlerinin Dağılımı.....	45
Tablo 4.1.7.Katılımcıların Haftalık Serbest Zaman Süreleri.....	46
Tablo 4.1.8. Katılımcıların Bir Ay İçerisinde Serbest Zaman Etkinliklerin Katılım Sıklıklarının Dağılımı.....	46
Tablo 4.1.9. Katılımcıların Serbest Zaman Etkinliği Olarak Sportif Aktivitelere Katılım Biçimlerinin Dağılımı.....	47
Tablo 4.1.10. Katılımcıların Serbest Zaman Etkinliği Olarak Sosyal Aktivitelere Katılım Biçimlerinin Dağılımı.....	47
Tablo 4.1.11.Katılımcıların Serbest Zaman Etkinliği Olarak Kültürel ve Sanatsal Aktivitelere Katılım Biçimlerinin Dağılımı.....	47
Tablo 4.1.12. Katılımcıların Serbest Zaman Etkinliklerine Kimlerle Katılım Gerçekleştirdiklerinin Dağılımı.....	48
Tablo 4.1.13. Katılımcılara Göre Üniversitelerin Sağladığı Rekreatif İmkan Yeterliliği.....	48
Tablo 4.1.14.Katılımcıların Ailelerinin Sosyo-Ekonomik Düzeylerinin Dağılımları.....	49
Tablo 4.2.1.Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri.....	49
Tablo 4.2.2.Katılımcıların Yaşlarına Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri.....	50
Tablo 4.2.3.Katılımcıların Aylık Gelirlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri.....	50
Tablo 4.2.4.Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversitelere Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri.....	51

Tablo 4.2.5. Katılımcıların Sportif Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri.....	52
Tablo 4.2.6. Katılımcıların Sosyal Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri.....	52
Tablo 4.2.7. Katılımcıların Sanatsal/Kültürel Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri.....	53
Tablo 4.2.8. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri.....	54
Tablo 4.2.9. Katılımcıların Yaşlarına Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri.....	55
Tablo 4.2.10. Katılımcıların Aylık Gelirlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri.....	56
Tablo 4.2.11. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversitelere Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri.....	57
Tablo 4.2.12. Katılımcıların Sportif Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri.....	59
Tablo 4.2.13. Katılımcıların Sosyal Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri.....	60
Tablo 4.2.14. Katılımcıların Sanatsal/Kültürel Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri.....	62
Tablo 4.2.15. Katılımcıların Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük ile SerbestZaman Tatmin Alt Boyutları İlişkisi.....	65

EKLER LİSTESİ

Ek 7.1. Anket Formu.....	89
Ek 7.2. Anket Kullanım İzin Formu	93
Ek 7.3. Etik Kurul Onayı.....	95



ÖZET

Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Serbest Zaman Etkinliklerinden Tatmin Olma ve Algılanan Özgürlük Düzeylerinin İncelenmesi

Öğrencinin Adı: Emrah Serdar

Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Serap Mungan Ay

Anabilim Dalı: Beden Eğitimi ve Spor – Spor Yönetim Bilimleri

Bu çalışmanın amacı, Üniversite öğrencilerinin aktif veya pasif olarak katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algıladıkları özgürlük düzeylerinin bazı değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini saptamaktır. Çalışmaya İstanbul İlinde bulunan Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören 566 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Witt ve Ellis (1985) tarafından geliştirilen ve Yerlisu Lapa ve Ağyar (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Ölçeği" ve Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilen ve Karlı ve arkadaşları (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zaman Tatmin" ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler SPSS 20.0 (Statistical Package for Social Sciences) programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogrov-Smirnof testi ile analiz edilmiş ve normal dağılım göstermediği anlaşılmıştır. ($p < 0,05$). Bunun sonucunda; Mann Whitney U ve Kruskal Wallis H testleri uygulanmış, ayrıca alt boyutlar arasındaki ilişkileri ölçmek için korelasyon analizi yapılmıştır. Sonuç olarak örneklem grubunun cinsiyet, yaş, aylık gelir ve öğrenim gördükleri üniversiteye göre katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden algılanan özgürlük düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edilemezken, öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılım biçimleri arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcıların serbest zaman tatmin düzeylerinde cinsiyet, yaş, öğrenim gördükleri üniversite, sportif etkinliklere ve sanatsal/kültürel etkinliklere katılım biçimlerine göre anlamlı farklılık tespit edilirken, aylık gelir ve sosyal etkinliklere katılım biçimlerine göre anlamlı farklılık tespit edilememiştir.

Anahtar Sözcükler: Serbest Zaman Etkinlikleri, Serbest Zaman Katılımı, Serbest Zaman Tatmini, Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük

ABSTRACT

Examining Satisfaction and Perceived Freedom Level of University Students In Leisure Activities They Attend

Student's name: Emrah Serdar

Consultant/advisor: Assistan Professor Serap Mungan Ay

Major: Physical Education and Sport – Sport Management Sciences

The purpose of this study is to determine that whether or not satisfaction and perceived freedom level of university students in leisure activities that they attend actively or passively differ based on some variables. 566 students from Faculties of Sport Sciences in the province of Istanbul have voluntarily participated to the study. As data collection tool for the study, “Perceived Freedom Scale in Leisure” developed by Witt and Ellis (1985) and adapted into Turkish by Yerlisu Lapa and Ağyar (2011), and “Satisfaction Scale in Leisure ” developed by Beard and Ragheb (1980) and adapted into Turkish by Karlı et.al. (2008) have been used. Data obtained during the research has been analyzed via SPSS 20.0 (Statistical Package for Social Sciences) software. It has been analyzed with Kolmogrov-Smirnof test that whether or not the data showed normal distribution, and it has been seen that the data did not show a normal distribution. ($p < 0,05$). Consequently, Mann Whitney U and Kruskal Wallis H tests have been performed, and additionally, a correlation analysis has been performed in order to measure the relationship among sub-dimensions. As a result, while there had been no significant difference among perceived freedom levels in leisure activities that the sample group attended, based on gender, age, monthly income and the university that they attend. It has been determined that there were significant differences among students’ way of attending to leisure time activities. While it has been determined that there were significant differences among participants’ leisure satisfaction level based on their gender, age, university and way of attending to sport events and art/cultural activities, there were not any significant differences based on their monthly incomes and way of attending to social activities.

Key Words : Leisure Activities, Leisure Participation, Leisure Satisfaction, Perceived Freedom in Leisure

1. GİRİŞ ve AMAÇ

Modern Dünya’da hızla gelişen teknoloji sayesinde bireylerin serbest zamanlarındaki artışlar, bu serbest zamanın nasıl yönetilmesi gerektiği sorununu da ortaya çıkarmıştır. Serbest zamanı olan birey seçmiş olduğu serbest zaman etkinliği doğrultusunda eğlenmek ve haz duymak ister. Kişinin katılmış olduğu serbest zaman etkinliklerinin temelinde kişinin haz duyması, yapmaktan hoşlanması ve yaptığında kendini mutlu hissetmesi vardır.

Serbest zaman etkinliklerinin gün geçtikçe çeşitlilik kazanmasından dolayı bireylerin yapmış oldukları her serbest zaman etkinliğine aynı yaklaşmamız doğru olmaz. Birey başta serbest zaman etkinliği olarak başladığı bir aktiviteden gün geçtikçe uzaklaşabilir, bu etkinliğin arkadaşlarının ısrarı veya başka sebeplerle devam etmek zorunda kaldığı bir etkinlik faaliyeti haline dönüşmesi durumunda ise bu etkinlik artık serbest zaman etkinliğinden çıkar çünkü; serbest zaman etkinliğinin temelinde öncelikle bireyin tatmini önceliklidir. Yine buna paralel olarak; başta serbest zaman etkinliği olarak başladığı bir etkinlikten o kadar haz duyar ve o kadar tatmin olur ki gün içerisinde o aktiviteden başka bir şey düşünemez veya o aktivite ile ilgili bütün detayları ve ritüelleri öğrenmeye çalışır. Bu aktivite üzerinde aşırı tatmin ve ilgi sonucunda da eğer o işten para kazanmaya başlarsa da artık bu etkinlik onun serbest zaman etkinliği değil onun işi haline dönüşür çünkü para kazanmaya başladığı an onun serbest zamanı başka aktivitelerle doldurulması gerekmektedir.

Yukarıda anlatılmaya çalışıldığı gibi birey için serbest zamanın tanımı; aslında birey için hangi aktividen daha fazla tatmin duyduğuyla doğrudan ilişkilidir. Bu tatminin derecesi ve serbest zaman etkinliği sırasında duyduğu haz bireyin başta anlatılmaya çalışılan bireyin gerçekten serbest zamanını aktif bir şekilde yaşayabilmesi ve yönetebilmesi ile doğru orantılıdır. Serbest zamanın nasıl yönetilmesinin önemi ise serbest zaman etkinlikleri alanında serbest zamanın ortaya çıkışından beri yapılan serbest zamanın kişinin mutluluğu, yaşam tatmini, yaşam kalitesi, özgürlük hissi vb.üzerindeki olumlu etkisi; yalnızlık hissi,

kaygı, algılanan stres düzeyi vb. üzerindeki olumsuz etkisinden kaynaklanmaktadır.

Bu çalışma içerisinde serbest zaman etkinliklerine en fazla ihtiyaç duyulan ve genel itibari ile düşünüldüğünde de en fazla serbest zamana sahip olan Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeyleri ile serbest zamanda algıladıkları özgürlük düzeyleri incelenmiş ve aralarında ki ilişki ortaya konulmaya çalışılmıştır. Bu çalışma bize üniversite öğrencilerinin farklı değişkenlere göre serbest zaman tatmin düzeylerini ve algıladıkları özgürlükleri anlamızı sağlayacaktır. Buradan yola çıkarak üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarını aktif bir şekilde geçirip geçirmediğini ve serbest zamanlarını doğru bir şekilde yönetip yönetmedikleri konusunda bilgiler verebilecektir. Aktif bir serbest zaman yönetiminin bireyin yaşam doyumu ve yaşam kalitesi üzerinde önemli bir etkisi olduğu düşünüldüğünde bu durumun net bir şekilde ortaya konması; hangi değişkenlere göre farklılık gösterdiğinin anlaşılması onların serbest zaman etkinliklerini yönetmesinde rehber olması açısından önem arz etmektedir. Ayrıca tatmin düzeyleri ile kişilerin serbest zamandan algıladıkları özgürlükleri arasındaki ilişki incelenerek; kişinin serbest zamandaki tatmin düzeyinden yola çıkarak serbest zaman etkinliğinin de kendini ne derece özgür hissettiğini tahmin etmemizi sağlayacaktır.

Serbest zaman etkinliklerine katılım amaçlarının, beklentilerinin, tatmin düzeyinin, doyum düzeyinin ve aktivite seçimlerinin bireysel faktörlere göre değiştiği düşünüldüğünde zaten bir serbest zaman etkinliğini (sportif etkinlikler) yapıyor olması beklenen Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin bu aktiviteler sırasında hangi değişkenlere göre tatmin oldukları ve kendilerini özgür algıladıkları, bu iki olgu arasındaki ilişki hem genel literatürde hem de ülkemizde tam anlamıyla incelenmemiş ve açıklanmamıştır. Bu anlamda bu çalışmanın amacı çerçevelendirilmiş ve bu olgulara cevap bulmak bu çalışmanın temel amacı olarak biçimlendirilmiştir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Serbest Zaman Kavramı

2.1.1. Zaman Kavramı

Günümüzde özellikle çağdaş insanların çok fazla üzerinde durdukları zaman kavramı ile ilgili değişik tanımlar yapılmaktadır. Zaman insanlar için en kıymetli şeydir ve kullanılma durumuna göre insanlara önemli yararlar getirebilir (Çerez ve ark., 2006).

Kelime anlamı olarak zaman, ‘olayların geçmişten bugüne gelip, geleceğe doğru birbirini takip eden kesintisiz bir süreçtir’ (Smith, 1998; Güçlü, 2001). Sabuncuoğlu ve Tüz (2008)’e göre ise, zaman, bir eylemin gerçekleştiği süredir. Bir başka deyişle eylem yoksa zaman da yoktur. Bir an için yeryüzünde hareket halinde olan her şeyin durduğu düşünülürse, böyle statik ortamda zaman olgusundan bahsedilemez.

Zaman hepimizin hissettiği ama dokunamadığı geri dönüşü olmayan yaşantımızdaki en önemli, aynı zamanda tanımlaması zor ve soyut bir kavramdır (Passing, 2005). Türk Dili Kurumu Sözlüğünde ise zaman ‘olayların ardışıklığını görerek aklımızla yarattığımız ve olayların bundan sonra içinde olup gideceklerini düşündüğümüz başı ve sonu olmayan soyut bir kavram olduğu belirtilmiştir (<http://www.tdk.gov.tr>, Erişim tarihi: 26 Temmuz 2016).

Zaman, hemen hemen herkesin ilgilenmek zorunda olduğu bir kavramdır. Yetersizliğinden en çok şikâyet edilen konuların başında zaman ve para gelmektedir. Para belki bulunabilmekte, ama geçen zamanın geri dönüşü mümkün olmamaktadır (Akatay, 2003).

Zaman, belirli bir ritimle amansızca akar gider: her dakika 60 saniye, her saat 60 dakikadır. Zaman demokratik bir şekilde paylaşılan bir kaynaktır: hepimizin günde 24 saati, her haftada yedi günü vardır (Scoot, 1995).

Başka bir deyişle zaman, herkesin eşit şekilde sahip olduğu, fakat aynı şekilde kullanmadığı son derece değerli, eşsiz bir kaynaktır (Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002). Kişilere göre farklı algılanan zaman, yine kişilere göre farklı değerler taşır (Arslan, 2013).

Tracy için “en değerli”; Drucker (1992)’ a göre ‘en kıt’ ve ‘en eşsiz’, Maackenzie (1989)’ e göre ‘son derece nazik’, Lakein (1997)’ e göre ise ‘temel’ bir kaynaktır. Zaman, insanların kendilerini planlamak, hayatlarını organize etmek ya da organize edilen planlara uyum sağlamak için kullanılan hayattaki en önemli kavram olarak açıklanmaktadır (Özbey ve Çelebi, 2003). Çünkü zaman (Köktaş, 2004));

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

Zamanı iyi kullanmak daha çok çalışmak değildir. İnsan çalışma zamanı dışında sosyal yaşamına, ailevi ve toplumsal sorunlarına, dinlenme ve eğlenmesine ve diğer gereksinimlerin karşılanmasına da zaman ayırabilmeli ve yaşamın her alanın da bu dengeyi kurabilmelidir (Arslan, 2013).

Başka bir deyişle, zaman kullanımındaki dengeyi kurabilmek, sadece kişiler için değil toplumlar için de son derece önemlidir. Çünkü toplumların ileri ya da geri kalmışlığının en önemli belirleyicisi yine zaman kullanımını olmaktadır (Kılbaş, 2001).

Zamanı iyi kullanmak için, öncelikle kişinin kendisini iyi tanıması gereklidir. Yani, ne yapacağını, hedeflerinin, amaçlarının neler olduğunu bu amaçların yaşama ve işe yönelik boyutların neler olabileceğini kavraması gerekmektedir (Kaya, 2011).

2.1.1.1. Zamanın Kullanım Bölümleri

Zaman kullanımını yıl, ay, hafta, gün, saat, dakika ne yapacağınızı ve bunun nasıl yapılacağı üzerine verilen sayısız değişik kararın ve seçeneklerin sonucudur (Karaküçük, 2005).



Şekil 1. Zamanın Kullanım Bölümleri

Kaynak: Karaküçük S. Rekreasyon. Gazi Kitabevi, 5. Basım, Ankara, 2005, s: 14.

Şekil 1.'de görüleceği üzere, zamanın yemek yemek, uyumak gibi fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasıyla ilgili, çalışmakla ilgili ve oyun, eğlence ve spor gibi etkinliklerin yapıldığı bölümleri mevcuttur (Karaküçük, 2005).

Bu zaman türleri kullanma biçimlerine göre farklı da olsa belirli ortak özellikleri vardır. Her tür çeşit durumlara göre azaltılıp çoğaltılabilen esnek yönleri vardır. Ayrıca her uğraş iyi ya da kötü olarak tanımlanamaz. Zira kişinin serbest zamanlarında yaptığı uğraşlar diğer kişi için istenmeyen uğraşlar olabilir (Meyer, Brigtbill and Sessoms, 1970).

Zamanın gruplandırılmasında yukarıda belirtildiği gibi faaliyet çeşitlerinin dikkate alınması yanında, süreler de dikkate alınarak gruplandırılması yapılabilmektedir. Buna göre, 24 saatlik bir günün 8 saati çalışma, 8 saati uyku ve 8 saati de dinlenmeye ayrılabilir (Bayer, 1983).

2.1.2. Serbest Zaman Kavramı

Serbest zaman kelimesinin kökeni Latince'den gelmektedir. İngilizcede "leisure" kelimesi Latince'deki "licere" kelimesinden gelmektedir. Türkçe'de ise, "İzin verilmiş olmak" veya "müsaade etmek" anlamlarına gelmektedir (Tezan, 2007).

Serbest zaman kelimesi Türkçe kaynaklarda boş zaman karşılığı olarak kullanılmaktadır. Ancak anlam bakımından “boş” sözcüğü “leisure” kavramını tam olarak karşılamamaktadır (Özbey ve Çelebi, 2003). Bu görüşe paralel olarak, Kelly; eğer zaman dilimi içerisinde bir şey yapılıyorsa o zaman boş zaman değildir şeklinde yorumlamıştır (Kelly, 1990; Gökçe,2008). Bu nedenle çalışmada boş zaman kavramı yerine, serbest zaman kavramı kullanılacaktır.

Gelişen teknoloji ve değişen yaşam standartlarıyla birlikte serbest zamanın toplumsal yapıdaki rolü yadsınamayacak derecede önemli hale gelmiştir (Henderson, 2010). Günümüzde serbest zaman en geniş tanımıyla rahatlama, dinlenme, sorunlu ihtiyaçların dışında kullanılan ve yine o zorunlu zamanlar için yeniden yapılanma olarak tanımlanmaktadır. Bu anlamda serbest zaman içinde doğaçlama, rutin hayatın baskısından kaçış ve özgürlüğü barındırır (Uygurtaş, 2011).

Serbest zaman; bireyin hayatını idame ettirebilmek için yapmak zorunda olduğu işlerden geriye kalan zaman dilimidir (Mull ve ark., 1997). Bir başka tanımlamayla; serbest zaman; yaşamın pratik ihtiyaçlarını (çalışma saatleri, yeme ve uyuma gibi fizyolojik ihtiyaçlarını) yerine getirdikten sonra arta kalan zaman dilimidir (Torkilson, 2005).

Serbest zaman kelimesi en temel anlamıyla bireyin, iş, çalışma, uyku ve ev işlerinden sonra özgürce kullanabileceği zaman dilimidir (Broadhurst, 2001). Bu zaman diliminin nasıl kullanılacağı kişinin kendi özgür iradesi ve sağduyusuna bağlıdır (Boud ve Lawson, 2002).

Serbest zaman kavramı; insanın bir şey yapmak ya da yapmamak arasında serbest bir seçim yapabildiği, yapmak ya da yapmamak istediği şeyleri serbestçe tayin edebildiği, fakat yapılan işin sorumluluğunu da yüklenebilecek davranışlar gösterebilmesi gereken zamandır (Kaya, 2011).

Serbest zaman yerinde ve değerli kullanılabilirse insana sorumluluğunu ve özgürlüğünü yaşama, zamanını kullanma, iş ve çalışmada kendi isteğine göre bir seçim yapma ve böylece kendi kendini bulma imkanı vermektedir (Kırkpınar, 2004).

Özbey ve Çelebi (2003)' e göre serbest zaman ise; bireyin hem kendisi hem de başkaları için bütün zorunluluklarından veya bağlantılardan kurtulduğu ve kendi isteğiyle seçeceği bir faaliyette uğraştığı zamandır. Yani bireyin özgürce istediği gibi kullanabildiği zamandır. Bu bağlamda özgür zaman ve serbest zaman arasında belirli bir farklılık vardır. Özgür zaman, bir yönsüzlük yansıtırken; serbest zaman ise, katılacak başka etkinlikler olduğunu ima eden, bunları dengeleyen yapıcı kavramsal bir yönü gösterir (Kılbaş, 2010).

Mannell ve Kleiber'e göre serbest zaman kavramının objektif ve sübjektif olgular olarak iki boyutta tanımlanabileceğini belirtmektedir. Objektif bir olgu olarak serbest zaman; belirli bir zamanda ve belirli bir alanda yapılan aktivite veya aktivite grubunu içine alan ve aktivite süresi veya aktivitenin özelliklerinin araştırmalarla ölçüldüğü bir olgudur. Sübjektif bir olgu olarak serbest zaman ise, bireyin bu zaman biriminde katıldığı aktivite sonrasında zihinsel olarak tatmin olması ve rahatlamasını ifade eder (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

Dünya Serbest Zaman ve Rekreasyon Birliğinin tanımına göre serbest zaman; seçme şansı, yaratıcılık, hoşnutluk ve memnuniyet içeren ve kişisel doyumunu arttıran eğlencelere öncülük eden yararları ile insan hayatının özel bir alanıdır.

Aktivite kavramı çoğunlukla fiziksel buna ek olarak entelektüel, sosyal, estetik ve ruhsal özellikteki öğelerin çok yönlü formlarını kapsamaktadır (Ağılönü, 2007).

2.1.2.1. Etkinlik Olarak Serbest Zaman

Etkinlik, katılımcıların arzulanan bir sonuca varma umuduyla motive olduğu, zihinsel ya da fiziksel eylem ve düşünce içine girdikleri bir tür uğraştır. Hayat hem hoş hem de nahoş pek çok etkinlikle doludur. Etkinliklere örnek olarak; uyumak, çimleri biçmek, trenle işe gitmek, dış dolgusu yaptırmak, tenis maçı yapmak, toplantı idare etmek gibi etkinlikler çalışma, serbest zaman ya da iş dışı hükümlülükler olarak sınıflandırılabilir. Dahası etkinlikler geneldir. Bazı durumlarda etkinlikler, işe trenle gidip gelen kişi, tenis oynayan ya da bir toplantıya başkanlık eden kişilerin rollerinde ki davranışsal boyutuna işaret eder (Stebbins, 2012).

Genel etkinlik kavramı bir soyutlamadır ve bu şekliyle rol kavramından daha kapsamlıdır. Diğer bir deyişle, roller toplumda belirli statüler ya da pozisyonlarla bağlantılı iken etkinliklerin bazıları statü temelli olup bazıları ise değildir. Örneğin, uyku uyumak etkinlik olsa da uyku uyur olmak statü değildir. Aynı şey çim biçen kişi içinde geçerlidir (Stebbins, 2012).

Temel etkinlik kavramı ele alındığında ise; katılımcıların aradığı sonuç ya da ürünü elde etmek için takip edilmesi gereken birbiriyle bağlantılı eylem veya adımlardan oluşan bir olgu olduğudur. Genel etkinliklerde olduğu gibi, temel etkinlikler de çalışma, serbest zaman ve iş dışı yükümlülükler şeklinde gerçekleştirilir. Ciddi serbest zamanda; ince marangozluk çalışmalarının temel etkinliği ahşabı şekillendirmek ve cilalamaktır ve gönüllü itfaiyecilikte yer alan temel etkinlikler ise alevi söndürmek ve insanları yangından kurtarmak temel etkinliklere örnek olarak verilebilir

Ciddi serbest zamandan daha az karmaşık olan kayıtsız (sıradan) serbest zaman etkinliklerinde, temel etkinlikler; arkadaşlarla sohbet etmek, güzel bir manzaranın tadını çıkarmak gibi eylemlerle örneklenebilir (Stebbins, 2012).

2.1.2.2. Deneyim Olarak Serbest Zaman

Serbest zaman davranışının içsel doğasını vurgulayan Driver (2003) serbest zaman deneyimiyle ilgili olarak şunları ifade etmiştir: “ *İnsan deneyiminin bir şeyle karşılaşıldığında verilen psikolojik ya da fizyolojik tepki olduğu düşünülürse, serbest zaman deneyimi de rekreasyonel bir ilgiye karşı gösterilen bu tür bir tepkidir. Her ne kadar sosyal ve kültürel bağlamdan kuvvetli şekilde etkilenseler de tüm serbest zaman deneyimleri birey seviyesinde gerçekleşir. Bu deneyimler doğasında psikolojik, fizyolojik ya da psiko-fizyolojik olabilir. Bireylerde serbest zaman etkinliklerinin bilişsel, duyuşsal ya da zihinsel bileşenleri vardır.*”

Serbest zaman etkinlerine katılan bireylerin tek bir ana amacı vardır: tatmin edici ya da doyurucu bir deneyim elde etmektir (Mannell, 1999). Dahası, bu tür etkinliklerde karşılaşılan tatmin seviyesine göre bireyler bu tür etkinliklere katılımlarını iyi ya da kötü olarak değerlendirir (Stebbins, 2012).

Optimal deneyimin bir türü olan akıcılık büyük ihtimalle çalışma psikolojisi ve serbest zaman alanında en yaygın şekilde incelenen genel içsel faydadır. Çeşitli çalışma ve serbest zaman türleri katılımcılarına çok az akıcılık sunar ya da hiç sunmazken akıcılık olgusu yaratanlar genelde adanmışlık ile ilgili işlerde bulunur. Yine de akıcılık yaratma yetkisi olan her bir çalışma ve serbest zaman etkinliğinin bunu yaparken kendine has metotlar kullanmakta olduğu görülmektedir. Yani her bir etkinlik, sunduğu kendine has akıcılık deneyimine katkıda bulunan özelliklerin keşfedilmesi için dikkatli bir şekilde incelenmelidir (Stebbins, 2012).

2.1.3. Serbest Zamanın İlkeleri

Csikszentmihalyi (1990) optimal deneyim kuramında, santranc, dans ve kaya tırmanışı örneklerinde görüldüğü gibi serbest zamanda pek çok akıcılık etkinliğinin psikolojik temelini tanımlamıştır. Akıcılık “ototelik” bir deneyim ya da içsel olarak faydalı bir etkinliğin gerçek anlamda yerine getirilmesiyle hissedilen duygudur.

Yıllar boyu Csikszentmihalyi (1990) bu deneyimin sekiz birleşenini belirlemiş ve incelemiştir. Temel etkinliğin kalitesinin, mevcut olduğu hallerde, nasıl yeterince tatmin edici olduğunu ve dolayısıyla bunun serbest zamanın pek çok özelliğiyle donatılmasının ileri seviyede değerli olacağını ve böylece motivasyonel seviyede bu ikisinin yönden birbirinden ayrılamayacak hale geleceğini belirtmiştir. Bu sekiz ilke şunlardır;

- Etkinliği yerine getirmede yetkinlik hissi,
- Konsantrasyon gereksinimi,
- Etkinliğinin amaçlarının net olması,
- Etkinlikten hemen geri dönüt alınabilmesi,
- Etkinliğe derin ve odaklı bir katılım olduğu hissi,
- Etkinliğin tamamlanmasına yönelik kontrol hissi,
- Etkinlik esnasında kişisel farkındalık hissini kaybolması,
- Etkinlik esnasında zaman duygusunun kesildiği hissi.

Birinci ve altıncı haricinde bu birleşenler gayet belirgindir. Birinci ilkedden bahsedecek olursak etkinlik çok zor ya da çok kolay olduğunda akıcılık hissi geliştirmede başarısızlık olunur, akıcılığı deneyimlemek için katılımcı orta düzeyde zorlayıcı bir etkinliği gerçekleştirebileceğini hissetmelidir.

Altıncı ilke, katılımcının etkinliğin yerine getirilmesinde hissettiği algılanan kontrol seviyesine işaret eder. Bu durum kişisel yeterlik problemi olmayıp daha çok yeterliğin derecesiyle edebilmesiyle ilgilidir ve aslında kontrol edilemeyen dış güçlerle bağlantılıdır.

Örneğin dağcılık hobisine sahip olanların karşı karşıya kaldıkları durumlarla ilgili veya nehir seviyesinde su yüzeyi beklenmedik şekilde arttığında ya da dağın kayak yapılabilen kısmında beklenmedik kar yağışından dolayı görüş açısı düştüğünde bu durum gayet güzel ortaya çıkmaktadır (Stebbins, 2012).

2.1.4. Serbest Zaman Katılımı

Yaşadığımız yüzyılda bilimsel ve teknolojik gelişmelerin hızla arttığı, yaşam koşullarında büyük kolaylıkların sağlandığı ve kişileri çalışma saatlerinin azalması sonucunda serbest zamanların arttığını görebilmekteyiz (Tolukan, 2010). Günlük yaşantımız içinde, çalışma ve diğer etkinliklerimizin sıkıcı ve kendini tekrarlayan çabalara dönüşmesi, serbest zaman değerlendirme etkinliklerini yaşamımızın önemli bir parçası haline getirmiştir (Özşaker, 2012).

Serbest zaman aktiviteleri, bireylerin serbest zamanlarında katıldıkları isteğe bağlı uğraşlar olarak tanımlanmaktadır (Bradley ve Inglis, 2012). Başka bir tanıma göre ise serbest zaman aktiviteleri, bireylerin günlük rutin dışındaki serbest zamanlarını istedikleri şekilde kullandıkları aktivitelerdir ve sağlıklı bir yaşam tarzının ana elemanlarından biri olarak görülmektedir (Wang ve diğ. 2008). Serbest zaman katılımı ise, serbest zaman aktiviteleri olarak belirtilen aktiviteler ile meşgul olma eylemini ifade etmektedir (Huang, 2003). Serbest zaman aktiviteleri daha çok sosyalleşmek olarak algılanırken, serbest zaman katılımı fiziksel, duygusal ve ruhsal sağlığı olumlu etkileyen her şey olarak tanımlanmaktadır (Suto, 2013).

Serbest zaman etkinliklerine birey kendi isteğiyle katılır. Etkinliğin amacı ve değeri kişiden kişiye değişir. Kimisi serbest zamanını dolu dolu ve zevk alarak yaşamak için, farklı şeyler yapmayı istediği için, kimisi arkadaşlarıyla iletişimde bulunmak, deneyimler yaşamak, yaratıcılık duygusunu tatmak, toplumsal yarar elde etmek için serbest zaman etkinliklerine katılım gösterirler (Aydoğan ve Gündoğdu, 2006) monotonluktan uzaklaşmak, dinlenmek, heyecan duymak, gezmek, görmek, farklı yaşantılar elde etmek gibi pek çok nedenden ötürü serbest zaman etkinliklerine katılımı tercih ederler (Tekin, 2007).

Serbest zaman katılımının nedenleri üzerinde duran Alexandris ve arkadaşları (1997) bireyin beklentilerine yönelik içsel ve dışsal yönden güdülenmesi gereğine vurgu yapmıştır. Birey statü sahibi olmak gibi dışsal güdülenme yanında kendi bireysel özgür tercihiyle bir etkinliğe sadece eğlence, estetik duygular veya diğer uyarıcı duygular için serbest zaman etkinliklerine katılabilir (Robert ve ark., 1999).

Literatürde serbest zaman etkinliklerine katılım şekli çeşitli şekillerde sınıflandırılmaktadır;

Pavlova tarafından yapılmış olan sınıflandırmada; bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılım şeklini aktif ve pasif katılım olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Serbest zaman etkinliklerinde aktif katılım; bireyler için mücadele içeren, çabalama ve eğlenceyi birleştiren, bunun yanında sosyal, müzikal, motor ve benzeri yetenekleri geliştirmek için fırsatlar sunan etkinliklerdir. Serbest zaman etkinliklerine pasif katılım ise TV'de eğlence programları izlemekten boş boş oturmaya varan çaba gerektirmeyen etkinlikleri kapsamaktadır ve ana amaçları eğlence, dinlenme ve serbest zamanları doldurmuş olmaktadır (Pavlova ve Silbereisen, 2015).

Hacıoğlu'na göre ise aktif katılım; insanların aktif rol aldıkları serbest zaman etkinlikleridir. Pasif katılım ise; insanların rol almadıkları, izleyici olarak katıldıkları serbest zaman değerlendirme etkinlikleridir (Hacıoğlu ve ark., 2003).

2.1.4.1. Serbest Zaman Katılımının Alt Boyutları

Rekreasyonel aktivite, bilişsel aktivite, sosyal aktivite ve üretici aktivite serbest zaman katılımının alt boyutlarını oluşturmaktadır.

Rekreasyonel aktivite, fiziksel aktiviteleri tanımlamaktadır. Bilişsel aktivite, bilgi işleme süreci içeren aktivitelerden meydana gelmektedir. Sosyal aktivite, kişiler arası ilişkilerden oluşan duyguları düzenleyen ve sosyal kimlik yaratan aktiviteler olmaktadır. Üretici aktivite, gerekli süreçlerin izlenmesi sonucunda hizmet ve ürünlerin sağlanmasını kapsamaktadır (Sevil, 2015; Minhat ve Amin, 2012)

Serbest zaman katılımı incelendiğinde dört aktive kategorisi altında çeşitli aktivite tipleri yer aldığı görülmektedir. Chin (2007) tarafından oluşturulan serbest zaman katılımının sınıflandırılmasında 2 tane rekreasyonel aktive, 7 tane bilişsel aktivite, 6 tane sosyal aktive ve 3 tane üretici aktiviteden oluşmaktadır.

Aktivite Kategorileri	Aktivite Tipi
Rekreasyonel Aktivite	<ul style="list-style-type: none">• Televizyon izlemek• Müzik/Radyo dinlemek
Bilişsel Aktivite	<ul style="list-style-type: none">• Kitap/Gazete/Dergi okumak• Santraç oynamak• Kart oynamak• Çin dinomosu oynamak• Bilgisayar kullanmak• Enstrüman Çalmak
Sosyal Aktivite	<ul style="list-style-type: none">• Arkadaşlarla buluşmak• KONSERE gitmek• Sergiye katılmak• Spor müsabakalarına katılmak• Dini gruplara katılmak• Toplum merkezlerine katılmak
Üretici Aktivite	<ul style="list-style-type: none">• Gönüllü çalışmalarına katılmak• Bahçeyle uğraşmak ve hayvan beslemek• Sanat ve el işi çalışmaları yapmak

Şekil 2.2. Serbest Zaman Katılımının Sınıflandırılması

Kaynak: Chin M. Association Between Leisure Participation And Health Outcomes Of Elderly Health Center Clients, Unpublished Master's Dissertation, University Of Hong Kong. 2007; 14.

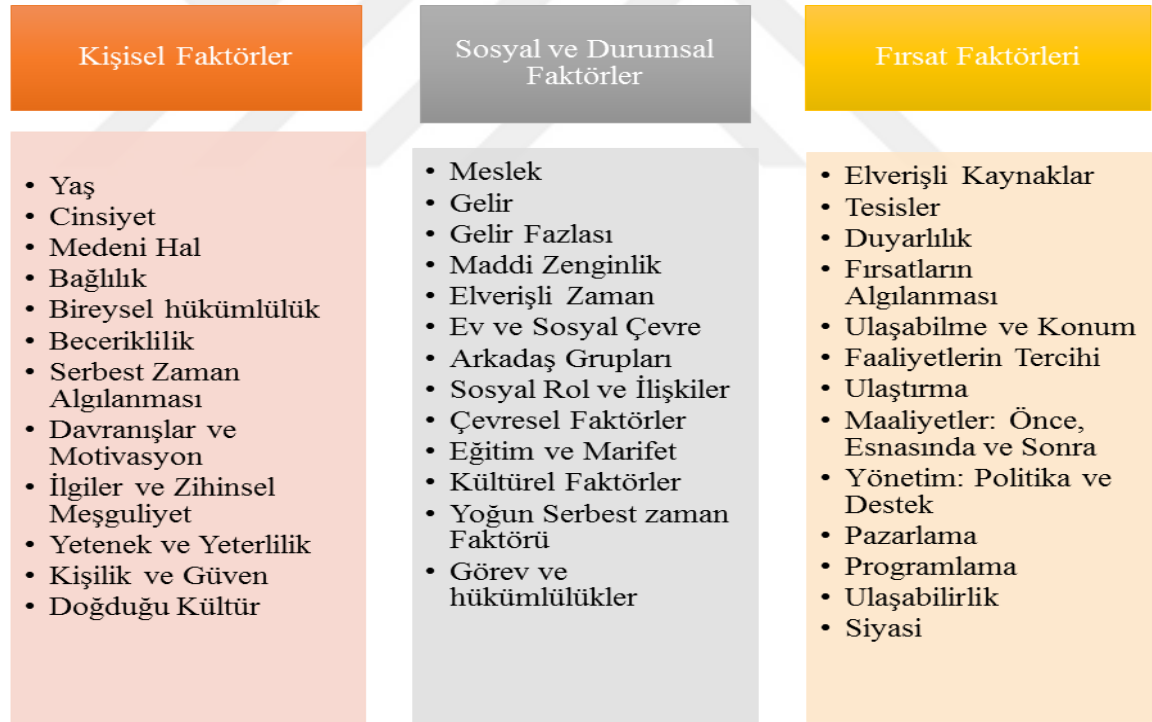
2.1.5. Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılmayı Etkileyen Faktörler

Serbest zamanı değerlendirme bireyden bireye, toplumdan topluma göre farklılık göstermektedir. Her birey bu zamanı nasıl değerlendireceğine kendi karar

vermesine rağmen bu kararı alırken bireyi etkileyen ve etki derecesi de bireyden bireye değişen etmenler bulunmaktadır (Demir ve Demir, 2006).

Başka bir deyişle, Serbest zaman etkinliklerinde istek, gönüllülük, bireye özgü durum söz konusu olması nedeniyle, bu zamanın nasıl değerlendirileceğine ilişkin kararlar çeşitli durumlardan etkilenmektedir (Demir ve ark., 2012).

Bireylerin serbest zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler; Karaküçük'e göre demografik özellikler (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, yerleşim yeri), Ekonomik faktörler (gelir, meslek), toplumsal faktörler (kültür, aile, etkileşim grupları, sosyal sınıflar, değerler) ve teknoloji ve kitle iletişimindeki gelişmeler olarak gruplandırılmaktadır (Tel, 2007). Torkildsen (1992)'e göre ise kişilerin serbest zaman faaliyetlerine katılmayı etkileyen faktörler; kişisel, sosyal-durumsal ve fırsat faktörleri olmak üzere 3 ana grupta ele alınmıştır.



Şekil 2.3. Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılmayı Etkileyen Faktörler

Kaynak: Torkildsen G. Leisure And Recreation. 3th ed. E & FN SPON, London: 1992; p: 91.

Bu araştırmada ise, serbest zaman faaliyetlerine katılmayı etkileyen faktörler cinsiyet, yaş, aylık gelir ve eğitim düzeyi açısından incelenecektir.

Cinsiyet, bireylerin serbest zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen en önemli faktörlerden birisidir. Henderson ve arkadaşları (1996) yapmış oldukları çalışmada, kadın ve erkeğin toplumda karşı karşıya kaldıkları meselelerin farklı olduğunu, dolayısıyla serbest zamanlarında gerçekleştirdikleri faaliyetlerinde de farklı olduğunu belirtmişlerdir. Waren (1990)'a göre ise, serbest zaman faaliyetlerine katılmada kadınların erkeklere nazaran daha az fırsat ve olanağa sahip olduğunu, bunun da kadının toplumdaki yerinden kaynaklandığını belirlemiştir. Çünkü kadının toplumdaki temel rolünün ev işleriyle uğraşmak ve çocuk büyütmek olduğu, bunun da kadınların serbest zaman faaliyetlerine katılmalarını etkilediğini ya da sınırlandığını belirlemiştir. Yapılan bazı araştırmalarda, kadınların serbest zamanlarında daha çok pasif, ev içi etkinlikleri tercih ederken erkekler ise, ev dışı etkinlikleri tercih ettikleri anlaşılmaktadır (Kaya ve Tatal, 2005).

Yaş, bireylerin serbest zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen önemli faktörlerden bir diğeridir. Genç yaş grup grubunda bulunan bireyler yaşlılara nazaran daha fazla fiziksel aktivite ve spor faaliyetlerine katılma eğilimindedirler (Kunz ve Graham, 1996). Serbest zaman değerlendirme alışkanlıklarının seçimi, bireyin yaş basamaklarına göre değerlendirildiğinde, 12-18 yaşları arasındaki bireylerin sportif etkinlikler gerçekleştirdiği, 18-24 yaşları arasındaki bireylerin daha çok sosyal ve kültürel içerikli aktivitelerle ilgilendiği (Ünver ve ark., 1986). 18-30 yaşları arasındaki bireylerin ise fiziksel olarak enerjisinin en yüksek olduğu bir dönemdedir ve bu sebepten dolayı fiziksel beceri gerektiren aktivitelere yoğun olarak katılabilmektedirler (Kaya, 2003). Genç ve orta yaş grubundaki kişilerin daha çok fiziksel güce dayalı aktif etkinlikler yaparken, bunun yanında ileri yaş grubundaki kişilerin ise pasif nitelikli etkinlikleri tercih ettikleri görülmektedir (Kaya ve Tatal, 2005). Böylece her yaş grubunun katılmış olduğu serbest zaman değerlendirme etkinliğinin türü ve sıklığı da değişkenlik göstermektedir (Dardis ve ark., 1994).

Aylık Gelir, bireylerin serbest zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen diğer önemli bir faktördür. Serbest zamanın olumlu bir biçimde değerlendirilmesi için belirli bir oranda ekonomik yeterlilik gerektirmektedir (Yılmaz, 1989). Özellikle belirli bir harcama gerektiren serbest zaman faaliyetlerine katılımın ön koşulu harcanabilir gelire sahip olmaktır (Demir ve Demir, 2006). Bu ön koşulu gerçekleştirmek çoğunlukla kişinin mesleği ile ilgilidir. Örneğin, turizm

hareketlerine, yüksek gelir getiren meslek gruplarında çalışan bireylerin, alt gelir grubundaki kişilerden daha sık katıldıkları bilinmektedir (Bahar ve Kozak, 2005).

Searle ve Jackson (1985)'nin yapmış oldukları çalışmada, bireylerin gelir düzeyleri ile serbest zaman faaliyetlerini tercih etmeleri arasında bir ilişkinin olduğunu belirlemişlerdir. Kane (1990)'sın ise yüksek gelire sahip bireylerin yeni olarak nitelendirilen serbest zaman faaliyetlerine daha fazla katılma eğiliminde olduklarını tespit etmiştir.

Eğitim düzeyi ile serbest zaman etkinliklerine katılma faaliyetleri arasında da önemli bir ilişki bulunmaktadır (Sakai, 2010). Bireylerin eğitim seviyelerinin yükselmesiyle serbest zaman yaratma ve serbest zamanı kişisel gelişime katkı sağlayacak yönde kullandıkları tespit edilmiştir (Lee ve Bhargava, 2004).

Başka bir deyişle, bireylerin eğitim düzeyi arttıkça, serbest zaman aktivitelerine katılımında arttığı etkinliklerinin seçim ve tercihi konusundaki eğiliminin ve aktiflik düzeyinin de yine eğitim ile bağlantılı olduğu irdelenmektedir (Aslan, 2005). Örneğin eğitim seviyesi yüksek bireyler, sinema, tiyatro, opera, bale gibi kültürel faaliyetleri eğitim seviyesi düşük bireylere nazaran daha fazla tercih etmektedirler (Demir ve Demir, 2006). Aynı şekilde bireylerin eğitim düzeyinin yükselmesi, kültürel ve turizm özellikli etkinliklere katılma isteklerine de olumlu etki yaratarak (Bahar ve Kozak, 2005) yeni yerler ve yeni şeyler görme arzusunun eğitim düzeyi ile doğru orantılı olarak arttığını belirtilmiştir (Sağcan, 1986).

2.2. Rekreasyon Kavramı

Rekreasyon İngilizce, yaratmak, oluşturmak anlamına gelen “create” fiilinin önüne; yeniden tekrar anlamına gelen “re” ön ekinin gelmesiyle oluşan, “recreation” yani rekreasyon, çalışma ve diğer etmenler tarafından yıpranan, yorulan bireylerin yeniden canlanma anlamına gelmektedir (Axelsen, 2009).

Rekreasyon kavramının da zaman ve serbest zaman kavramlarının tanımlarında olduğu gibi herkes tarafından kabul edilmiş olan standart bir tanımı yoktur. Bu sebeple, literatürde araştırmacılar tarafından rekreasyon kavramı ile ilgili birçok tanımlama yapılmıştır. Aşağıda bunlardan bazıları üzerinde durulmaktadır.

Rekreasyon; kişinin, bireysel ya da grup olarak, serbest zamanlarında bazı fiziki, toplumsal ve duygusal davranışları kazanmak için gönüllü katıldığı herhangi bir etkinlik olarak gelişen deneyimler olarak tanımlanmaktadır (Kılbaş, 2010). Başka bir deyişle rekreasyon, bireyin mesleki, ailevi, toplumsal ödevlerini yerine getirdikten sonra, bağımsız iradesiyle seçebileceği bir seri dinlenme, eğlenme, bilgi ve beceri artırma ve kendini yenileme uğraşlarına katılması olarak açıklanmaktadır (Gökmen, 1985).

Rekreasyonun, yeniden yaratma anlamındaki klasik yaklaşımına göre; rekreasyon, kişiyi zorunlu iş ve etkinliklerinden sonra yenileyen, dinlendiren ve gönüllü olarak yapılan faaliyetler olarak tanımlanmaktadır (Kraus, 1985)

Rekreasyon; kişilerin serbest zamanları içinde günlük yaşamın sıkıcılığı ve monotonluğundan kurtulmak ve dinlenmek amacıyla, gönüllü olarak katıldıkları, bireye doyum ve iyilik hali sağlayan etkinlikleri içermektedir (Kılbaş 2010).

Demirel (2009) 'e göre ise rekreasyon, bireyin özgürce seçtiği ve gönüllülük esasına dayanan, serbest zamanlarda gerçekleştirilen aktif veya pasif olarak yapılabilen, etkinlikler sonucu bireye rahatlama, gevşeme, tatmin gibi duygular kazandıran aktiviteler olarak ifade edilebilir. Diğer bir tanıma göre ise rekreasyon, insanların serbest zamanlarında katılmak için seçtikleri bir aktivite olarak tanımlar ve bu aktivitenin de fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal içerikli ya da hepsini bir arada içerebilecek etkinlik olabileceğini belirtir (Broadhurst, 2001).

Rekreasyon tanımları arasında kapsamlı bir tanım Karaküçük tarafından yapılmıştır. Bu tanıma göre rekreasyon, insanların yoğun çalışma yük, rutin hayat tarzı veya olumsuz çevresel etkilerden dolayı tehlikeye giren veya olumsuz etkilenen bedeni ve ruhi sağlığını tekrar elde etmek, korumak veya devam ettirmek aynı zamanda zevk ve haz almak amacıyla, kişisel doyum sağlayacak, tamamen çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında kalan bağımsız ve bağlantısız serbest zaman içinde, isteğe bağlı ve gönüllü olarak ferdi veya grup içinde seçerek yapılan etkinlikler olarak tanımlanmıştır (Karaküçük, 2005).

2.2.1. Rekreasyonun Özellikleri

Çok çeşitlilik arz eden, kişilerin ilgi, dürtü, amaç ve katılım şekillerine ve daha birçok faktörlere göre değişik anlayışlar sergileyebilen rekreasyonun özellikleri konusunda, ortak bir noktaya ulaşma zorlukları bulunmaktadır. Ancak, rekreasyonun birçok araştırmacı tarafından kabul edilen bazı temel özelliklerinden bahsetmek mümkündür. Bunlar rekreasyonu, diğer faaliyetlerden ve kavramlardan ayıran temel özellikler vardır. Bu temel özellikler Karaküçük' e göre (Karaküçük, 2005).

- Rekreasyon faaliyetlerinin seçimi gönüllü olmalıdır.
- Rekreasyon faaliyetleri özgürlük Hissi verir.
- Faaliyetlere devam ve iştirak etme zorunluluğu bulunmamalıdır.
- Rekreasyon, serbest zamanlarda yapılır.
- Her yaştaki ve cinsiyetteki insanların faaliyetlere katılımlarına imkân verir.
- Rekreasyon faaliyetlerinde “insiyatif” kişinin kendisine bırakılmalıdır.
- Rekreasyonel faaliyetler, her türlü açık veya kapalı alanlar ile her mevsim ve iklim şartlarında uygulanabilmektedir.
- Rekreasyon bir faaliyeti gerektirir.
- Rekreasyon çok çeşitli faaliyetler içerir.
- Rekreasyon haz ve neşe sağlayan bir faaliyettir.
- Rekreasyon evrensel olarak uygulanmaktadır.
- Rekreasyon, kişinin kendisini ifade edebilme ve yaratıcı olabilmesine imkan sağlayıcı faaliyetler içermelidir.
- Rekreasyonun her kişiye göre bir amacı vardır.
- Rekreasyon, toplumun geleneklerine, törelerine, ahlaki ve manevi değerlerine uygun olmalı ve sosyal değerlere ters düşmemelidir.
- Rekreasyon, bir faaliyet yapılırken, ikinci veya daha fazla faaliyetlere de ilgi duymaya veya gerçekleştirme imkanı verir.
- Rekreasyon etkinlikleri, rekreasyonistler tarafından üstlenilir.

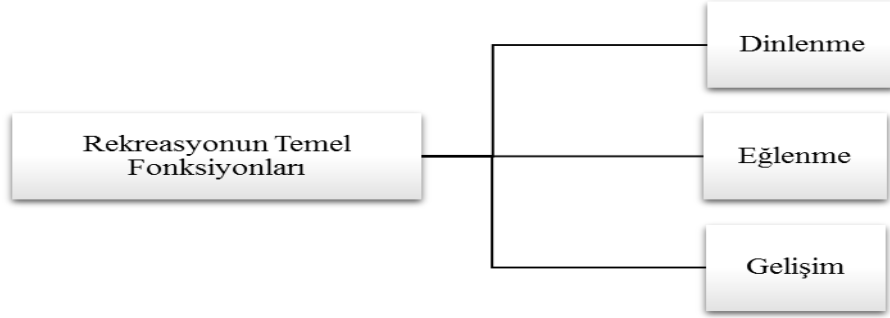
- Rekreasyon eylemi, planlı veya plansız, beceri sahibi kişilerle veya beceri sahibi olmayan kişilerle ya da organize olmamış mekanlarda yapılabilmektedir.
- Rekreasyon, rekreatif etkinliklere katılma sonucu ortaya çıkan bir deneyimdir.

Rekreasyonun özellikleri Torkildsen' e göre ise şu şekilde sıralanmaktadır (Torkilsen, 1999).;

- Rekreasyon kişiseldir, bu nedenle aktivitelerde bireysel tatmin olmalıdır.
- Rekreatif etkinliklere katılımında gönüllülük esastır. Bu nedenle bireye tatmin olabileceği ve özgürce seçebileceği çeşitlilikte aktiviteler sunulmalıdır.
- Rekreasyon canlandırıcıdır ve neşe vericidir. Bu nedenle aktivitelerin bir değeri, orijinalliği ve özendiriciliği olmalıdır.
- Rekreasyon her türlü fiziksel, sosyal, zihinsel ve ruhsal aktivitenin içinde yer alabilir. Bu nedenle programların bireyin bütünü ile ilgili olmalıdır.
- Rekreasyon genellikle bir oyun ile ortaya çıkar. Bu nedenle oyunun ruhunda temelinde bireye seçme şansı verilmesi ve bireyin teşvik edilme felsefesi olmalıdır.
- Tüm rekreatif deneyimler birbirinden farklıdır ve kendine has özellikleri vardır. Bu nedenle aktivitelerin temelinde bireyin en üst seviyede tatmin edilmesi hedefi olmalıdır.

Özetleyecek olursak rekreasyonel etkinlikler serbest zamanlarda yapılan, özgürlük ve seçimi ifade eden etkinliklerdir. Birey bu etkinlikleri kendini gerçekleştirme, rahatlama ve zevk alma gibi kişisel ihtiyaçlarını karşılamak için kullanır (Torkildsen, 2005). Birey bu etkinlikleri araçlı veya araçsız, tek başına veya grupta, açık veya kapalı alanlarda gerçekleştirebilir (Demirel, 2009).

2.2.2. Rekreasyonun Temel Fonksiyonları



Şekil 2.4. Rekreasyon Temel Fonksiyonları

Kaynak: Karaküçük S. Rekreasyon. Gazi Kitabevi, 5. Basım, Ankara, 2005, s: 47

Dinlenme fonksiyonu kadar önemli diğer iki fonksiyonu da vardır. Bunlar “eğlenme” ve “gelişim” fonksiyonlarıdır. Bu iki fonksiyonun bilincine ise sonraki dönemlerde varılmıştır (Sağcan, 1986)

Dinlenme Fonksiyonu: Bu fonksiyon serbest zamanı en fazla karakterize eden ve farklı algılamalarla, çalışma hayatı boyunca değerlendirilen temel bir fonksiyon olduğunu ifade etmektedir. (Karaküçük, 2005).

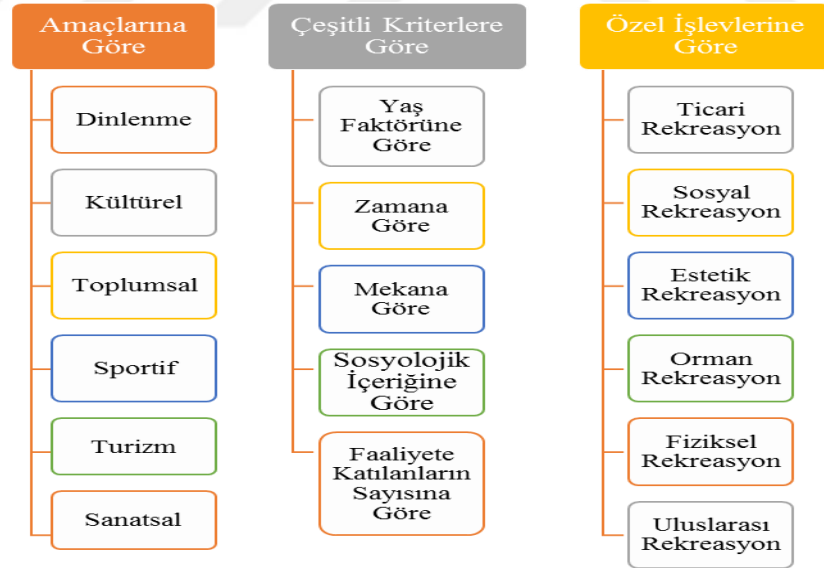
Eğlenme fonksiyonu: Eğlence, neşeli ve hoşça vakit geçirme sürecidir. Rekreasyon ve animasyonun temel amaçlarından biridir. Eğlence insanların farklı yapılarına ve ihtiyaçlarına yönelik olarak farklı şekillerde algılanabilir (Hazar, 2003). Torkildsen (2005), eğlenmenin içten gelen bir istek olduğunu ve serbest zamanlarımızda bizleri memnun edecek anlara ihtiyaç duyduğumuzu belirtmiştir. Eğlence bireyden bireye göre farklılık gösterebilir. Örneğin 10 yaşındaki bir çocuk grubunun eğlence anlayışı ile 30 yaşındaki bir yetişkin grubunun eğlence anlayışı aynı değildir (Çelik, 2011).

Gelişim Fonksiyonu: Gelişim fonksiyonu, insan düşüncesini, günlük eylemlerin otomatizminden kurtaran, daha geniş sosyal katılıma zemin hazırlayan, insanın kişiliğini geliştirmesine ve göstermesine eğilimli, aynı zamanda çıkarıcı olmayan faaliyetleri içermektedir (Karaküçük, 2005). Bu tür faaliyetler, insanların bedensel ve ruhsal yorgunluklarını gidererek onlara fiziksel ve ruhsal olarak yaratıcı bir güç kazandırır (Sağcan, 1986).

2.2.3. Rekreyasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyon çeşitlerinin sınıflandırılmasında bir çok kriter rol oynamaktadır. Bu durumun nedeni rekreasyonun çok yönlü olmasıdır. Bu nedenle kesin bir sınıflandırma yapmak zordur (Özbey ve Çelebi, 2003).

Karaküçük (2005) yapmış olduğu sınıflandırmada rekreasyonu ilk olarak amaçlarına göre sınıflandırmış, ikinci olarak çeşitli kriterlere göre ve son olarak da özel işlevlerini dikkate alınarak belirli eylem ve durgunluk hallerine göre üç bölüme ayırarak sınıflandırmıştır.



Şekil 2.5. Rekreyasyon Temel Fonksiyonları

Kaynak: Karaküçük S, Gürbüz B. Rekreyasyon (Boş Zamanları Değerlendirme).5.Basım.Ankara: Gazi Kitapevi; 2007; s: 41.

Pehlivanoglu (1986) ise rekreasyonun planlanması boyutunda bir sınıflandırma yapmış ve bu sınıflandırmayı,

- Yapısal sınıflandırma,
- Yerel sınıflandırma,
- İçeriksel sınıflandırma,
- Zamansal sınıflandırma olarak nitelendirmiştir (Pervinoğlu, 1986).

Hazar ise rekreasyonu katılımcıların özellikleri, mekân, fonksiyon gibi kriterleri dikkate alarak altı ana grupta toplamıştır (Hazar, 2003). Bu gruplar;

- 1- Etkinlik katılma şekline göre rekreasyon;
 - Etkin (aktif) rekreasyon,
 - Edilgen (pasif) rekreasyon.
- 2- Mekansal açıdan rekreasyon;
 - Açık alan rekreasyonu,
 - Kapalı alan rekreasyonu.
- 3- Katılımcıların milliyetlerine göre rekreasyon;
 - Ulusal rekreasyon,
 - Uluslararası rekreasyon.
- 4- Katılımcıların yaşlarına göre rekreasyon,
 - Çocuk rekreasyonu,
 - Gençlik rekreasyonu,
 - Yetişkin rekreasyonu,
 - Üçüncü kuşak rekreasyonu.
- 5- Katılımcıların sayısına göre rekreasyon,
 - Bireysel rekreasyon,
 - Grup rekreasyonu.

- 6- Fonksiyonel açıdan rekreasyon,
- Ticari rekreasyon,
 - Estetik rekreasyon,
 - Sosyal rekreasyon,
 - Teraputik rekreasyon,
 - Fiziksel rekreasyon,
 - Sanatsal rekreasyon,
 - Kültürel rekreasyon (Hazar, 2003).

2.2.4. Rekreasyon İhtiyacı

Torkildsen (2005) ihtiyaç kavramını basit ve kısa bir şekilde bir şeyi özleme veya yokluk durumu olarak tanımlar ve ihtiyacın arzulardan farklı olduğunu belirtir. Çünkü ihtiyaç motivasyon kendisi değil onun oluşmasını sağlayan eksiklik durumudur. İnsanların ihtiyaçlarının tamamen veya mükemmellekle tatmin edilmesi nadiren oluşan bir durumdur.

Bu nedenle insanlar bir şeyin eksikliğini duyduğu zaman bu eksikliğini ortadan kaldıracak amaçlı eylemlerde bulunarak tatmin olmak ister (Karaküçük, 2005). Rekreasyona katılım ihtiyacı durumunu gözlemlenemeyen bir motivasyon, uyarı veya rekreasyonel aktiviteye yada katılım sonucunda oluşabilecek şeye karşı olarak tanımlamaktadır (Kyle ve Mowen, 2003).

İhtiyaçlar, her insan için aynı olmasına karşın, çeşitlilik ve şiddet bakımından farklılıklar taşımaktadır. Bazı insanlarda öncelikle iyi beslenme söz konusuysen, bazılarında eğlenme ön plana çıkabilir. Eğlenirken ise, kimileri ihtiyacını tiyatroya, maça giderek tatmin ederken, kimileri de daha farklı şeylere bulurlar veya bizzat tiyatrodan veya maçta aktif olarak görev alırlar. Görüldüğü gibi, ihtiyaçlar aynı tipte değildir. Yoğunlukları farklılaşan ve insandan insana farklılıklar gösteren bir yapıya sahiptir (Karaküçük, 2005).

Genel anlamda baktığımızda ise, birey bir ihtiyacını giderme arzusu ile motive olur ve amaçlı davranışlarda bulunur ve bu süreç kişinin tatmin olma anına kadar sürer (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).



Şekil 2.6. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Kaynak: Moorhead G. Griffin RW. Organizational Behavior: Managing People And Organizations, (9. Edition) China: China Translation And Printing Services Limited. 2010; p: 86.

Abraham Harold Maslow, ihtiyaçlar hiyerarşisi kuramını 1954 yılında ortaya koymuştur (Alkış ve Yüksel, 2009). Bu kurama göre, insanın davranışların temelinde ihtiyaçlarını giderme arzusu yatmaktadır. Hiyerarşik olarak sıralanan bu ihtiyaçlardan alttaki ihtiyaç giderilmeden üstteki ihtiyaç giderilemez. Her davranış belli bir ihtiyacı gidermeye yöneliktir. İhtiyaçlar davranışı doğurur, yönlendirir ve sürmesini sağlar. Tatmin edilmiş ihtiyaçlar bireyin davranışı üzerinde etkili değildir (Tuğcu, 2009).

Zorunlu (Fizyolojik) İhtiyaçlar: Hiyerarşinin en alt basamağında yer alır ve yaşamı devam ettirebilmek için gerekli, beslenme, barınma, giyinme gibi temel ihtiyaçlardır. Bu ihtiyaçlar karşılanmadığında insanın yaşamını devam ettirebilmesi mümkün değildir (Aktaş, 2002).

Güvenlik İhtiyacı: Hiyerarşinin ikinci basamağında yer alır ve İnsan kendisini güvenlik içinde hissetmesi için gereken gereksinimlerdir (Köktaş, 2004). Güvenlik ihtiyacı fizyolojik gereksinimlerden daha yüksek derecededir. Biyolojik gereksinimlerini tatmin eden birey, biyolojik yaşamını her türlü tehlikelerden uzak tuttuğu ve bu durumun devamlı olduğu ölçüde huzurlu olacaktır (Tuğcu, 2009).

Güvenlik ihtiyacı daha çok çocuklarda görülür. Yetişkinler için de emeklilik, sigorta gibi gereksinimler örnek olarak gösterilebilir. Bu gereksinimler bir ölçüde karşılandığında daha sonraki gereksinimler belirginleşmeye başlar (Köktaş, 2004).

Ait olma ve Sevgi İhtiyacı: Hiyerarşinin üçüncü basamağında yer alır. Ait olma ve sevgi ihtiyacına genellikle toplumsal gereksinimler denilmektedir (Köktaş, 2004). Her bir birey zorunlu ve güvenlik ihtiyaçlarını giderdikten sonra bir gruba dahil olma, o grup üyeleri tarafından kabul görme ve sevilme ihtiyacı duyacaktır. Kişi bu aşamada aile ve arkadaşlara sahip olmayı arzulayacaktır (Barlı, 2008).

Saygı İhtiyacı: Hiyerarşinin dördüncü basamağında yer alır. Saygınlık ihtiyacı, başkaları tarafından saygı duyulmayı, önemsenmeyi ifade eder. Bunun sağlanmasında iki önkoşul söz konusudur. İlk olarak birey kendisi ile ilgili bazı değer ölçülerini oturtarak, güven kazanarak, başarılı olarak ve çevresinden kabul görerek olumlu bir imaj oluşturmalıdır. Bunları yerine getirdikten sonra çevresindeki insanların kendisine bu özelliklerinden dolayı saygı göstermesi ihtiyacını hissedecektir (Barlı, 2008).

Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı: İhtiyaçlar hiyerarşisinin en üst basamağında yer alan kendini gerçekleştirme ihtiyacı, Maslow' un deyimiyle, bir bireyin olması gereken kişi olmasını ifade eder (Barlı, 2008) ve daha alt düzeydeki ihtiyaçların tatmini gerçekleşmeden ortaya çıkmaz.

Bu ihtiyaçlar, kişinin kendi potansiyellerinin farkına varması, bir işi yalnız başına yapması, yaratıcı olabilmek için kendini sürekli bir gelişime tabi tutması ile ilgili ihtiyaçlardır (Karaküçük, 2005). Kişinin kendini gerçekleştirmesinde ve olumlu bir benlik gerçekleştirmesinde en önemli değişkenler aktivitelerin türü, biçimi ve bunlar için ayırdığı zamandır (Köktaş, 2004).

2.2.5. Rekreyasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri

İnsanların serbest zaman etkinliklerine katılım amaçlarının, beklentilerinin, doyum düzeylerinin ve aktivite seçimlerinin bireysel faktörlere göre değiştiği kabul

edilse de, bireylerin rekreatif etkinliklere katılımında ön plana çıkan önemli güdüsel faktörlerin ne olduğunu belirlemek amacı ile yapılan çalışmalar genel anlamda benzer sonuçlar ortaya koyulduğu anlaşılmıştır (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Örneğin, Karaküçük'e göre rekreasyona duyulan ihtiyacın bireysel ve toplumsal nedenleri şu şekilde sıralanmıştır;

Bireysel Nedenler;

- Fiziksel sağlık gelişimi yaratır.
- Ruh sağlığı kazandırır.
- İnsanı sosyalleştirir.
- Kişisel beceri ve yeteneğini gelişmesini sağlar.
- Yaratıcı gücü geliştirir.
- Çalışma başarısı ve iş verimini artırır.
- Ekonomik hareketi geliştirir.
- İnsanı mutlu eder.

Toplumsal nedenler ise dayanışma ile bütünleşme ile birlikte demokrasinin hakim olduğu bir toplum gerçekleştirilmesini sağlamasıdır.

Rekreasyonel ihtiyaçları belirlemedeki temel unsurları tanımlayan ve ihtiyaçları ortaya koyan bir diğer araştırmacı da Tillman'dır. Tillman'a göre rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenler şu şekildedir;

- Macera, rahatlama, fantezi gibi yeni tecrübeler,
- Farkında olma ve kimlik geliştirme,
- Güvenlik,
- Çevredekilere hakimiyet kurma isteği,
- Sosyal etkileşim ve sorumluluk,
- Zihinsel aktivite
- Yaratıcılık
- Diğerlerine hizmet etmek (ihtiyaç duyulma ihtiyacı),
- Fiziksel aktivite ve zindelik (Torkildsen, 2005)

2.3. Tatmin ve Algılanan Özgürlük

Tatmin Mannell'a göre; "ihtiyaç ya da beklentilerin karşılanmasıdır" (Mannell, 1989). Campbell (1980)' a göre ise tatmin, insanın sahip oldukları ile beklentiler olduğuna inandığı şey arasındaki kıyas şeklinde tanımlanmıştır. Kovacs (2007)'a göre ise tatmin, bireylerin sahip olduklarıyla beklentileri arasındaki fark ile ilgilidir, bu fark ne kadar az ise tatmin de o kadar yüksek olacaktır.

İlk kez 13. yy' da ortaya çıkan ve Latince' de yeterli anlamına gelen "satis" kelimesinden üretilen "tatmin" kavramı (Parker ve Mathews, 2001) yorumlanmasında iki temel ilke vardır. Bu ilkelere birincisi tatmini bir süreç, ikincisi ise bir sonuç olarak görür. Bir süreç olarak tatmine bakıldığında tatmini kendisinden ziyade temelinde yatan unsurlar ve psikolojik süreçler üzerinde durulur. Bu bakış açısı, alınan ve beklenen arasındaki bir değerlendirmeyi ortaya koyar. Sonuç açısından tatmin ise, beklentinin karşılanması olarak görülebilir (Özdevecioğlu ve Yalçın, 2010). Beklentinin karşılanmadığı durumlarda ise tatminsizlik oluşur (Ağduman, 2014). Tatminsizlik ise bireyin her tatmin boyutundan elde ettiği hazzın düşüklüğü ve bunun bireyde meydana getirdiği rahatsızlık, bıkkınlık, isteksizlik, kaçma duygusunu ifade eder (Doğan, 1982).

Türk Dili Kurumu Sözlüğünde ise tatmin "İstenilen bir şeyin gerçekleşmesini sağlama, gönül doygunluğuna erme, doyum" olarak tanımlanmaktadır (www.tdk.gov.tr). Tatmin terim olarak ise; istenen bir şeyin gerçekleşmesini sağlama, gönül doygunluğuna erme anlamlarını taşımaktadır. İhtiyaçların tatmin edilmesi sonucu oluşan mutluluk durumu olarak tanımlanır (Halsey, 1988).

Tatmin kavramı, bireyin fiziksel ve sosyal şartların yanında günlük yaşamdaki aktivitelere olan duygusal bir tepki ve bireyin psikolojik sözleşmesindeki beklentilerinin karşılanma derecesi olarak tanımlanmaktadır (Schemerhorn ve ark., 1994). Tatmin, bireylerin beklentilerini karşılama durumunda hissedilen değerler olarak da tanımlanabilir. Tatmin sürekli olabileceği gibi, durumlukta olması mümkündür (Ardahan ve Lapa, 2010).

Başka bir deyişle Tatmin, bireyin beklentilerinin karşılanması durumunda hissedilen değerler toplamı olup, durumluluk ve/veya süreklilik arz eden bir duygudur.

Tatmin, kişiye ait bireysel değerlendirme sonucu ortaya çıkan duygusal durum olarak da nitelendirilebilir. Bu duygusal durum, ancak bireyin kendi hislerini dile getirmesiyle anlaşılabilir (Çelik, 2011).

2.3.1. Serbest Zaman Tatmini

Serbest zaman tatmini, bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımları sonucunda ilgi, istek ve ihtiyaçlarının karşılanması olarak tanımlanmaktadır (Mannell ve Kleiber, 1997). Bu duygu, bireyin mevcut durumunda serbest zaman deneyimleri ve durumlarıyla ilgili olarak memnuniyet ya da hoşnutluk derecesidir (Beard ve Ragheb, 1980).

Serbest zaman tatmini bir algıyı ifade etmektedir. Serbest zaman tatminini oluşturan algıların belirlenmesi katılımlar ve deneyimler üzerinden olabilmektedir (Sevil, 2015). Serbest zaman deneyimleri aktivitenin kendisinden kaynaklı olarak değil bireyin algısı ile bir anlam kazanır (Akyıldız, 2016).

Kişinin sadece kendisi tarafından hissetmesi ile meydana gelen memnuniyeti ile iç huzuru anlatmak için kullanılan bir kavram olan tatmin duygusu (Eroğlu, 1996), bireyin memnuniyeti algılayış biçimine göre de değişebilmektedir (Amestoy ve ark., 2008). Tatmin duygusu artışında kişiler üzerinde olumlu etkiler oluştururken azalışında ise huzursuzluk ve memnuniyetsizlik gibi olumsuz duygular ortaya koyabilir (Sönmezoğlu ve ark., 2014)

Ardahan ve Yerlisu Lapa (2010) göre ise, serbest zaman tatmini; dıştan gelen zorlamalara bağlı kalmadan, bireyin yeni beceriler kazanmak, sağlık, sosyal, kültürel, sportif veya sanatsal beklentilerle gönüllü, herhangi bir maddi kazanç beklemeden, sağlık, eğlenme, hoşnutluk, yenilenmek ve mutluluk duygusu elde etmek için aktif ya da pasif olarak katıldığı etkinliklerden beklentilerinin karşılama derecesidir.

Bireylerin serbest zaman etkinliğine katılma amaçları farklı olsa da, hepsinin ortak olarak toplandığı bir nokta vardır. Birey serbest zaman etkinliğinden haz almak ve aldığı haz sonucu tatmin olmak için katılır (Çelik, 2011).

Karlı ve arkadaşlarına (2008) göre ise, bireylerin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden istedikleri faydayı sağlayıp sağlamadıklarını, beklentilerini karşılayıp karşılayamadıklarını ve bu faaliyetlere katılmaktan dolayı mutlu olup olmadıklarını ölçmek, onların serbest zamanlarını değerlendirirken daha mutlu ve tatminkâr olmalarını sağlayacak tedbirlerin alınmasında ve onların memnuniyet düzeyleri doğrultusunda sağlanan serbest zaman etkinliklerini geliştirmekte ve önemli bilgiler sağlayabilir.

Mannell ve Kleiber (1997) tarafından serbest zamanda elde edilen tatmin geri dönüt modeli oluşturulmuştur. Model; serbest zaman etkinliği ya da davranışın, kişisel ihtiyaç ya da motivasyonlardan kaynaklandığını göstermektedir.

Modele göre; serbest zamandan tatmin elde edildiğinde, bu durum serbest zaman etkinliğine katılan bireyler için olumlu geri dönüt sağlar ve bir sonraki serbest zaman etkinliği için daha kuvvetli motivasyon yaratır. Bu durumun tersi de aynı şekilde geçerlidir. Sonuç olarak motivasyon ve tatmin arasında şekil 2.7’de gösterildiği gibi geri dönüt ilişkisi mevcuttur.

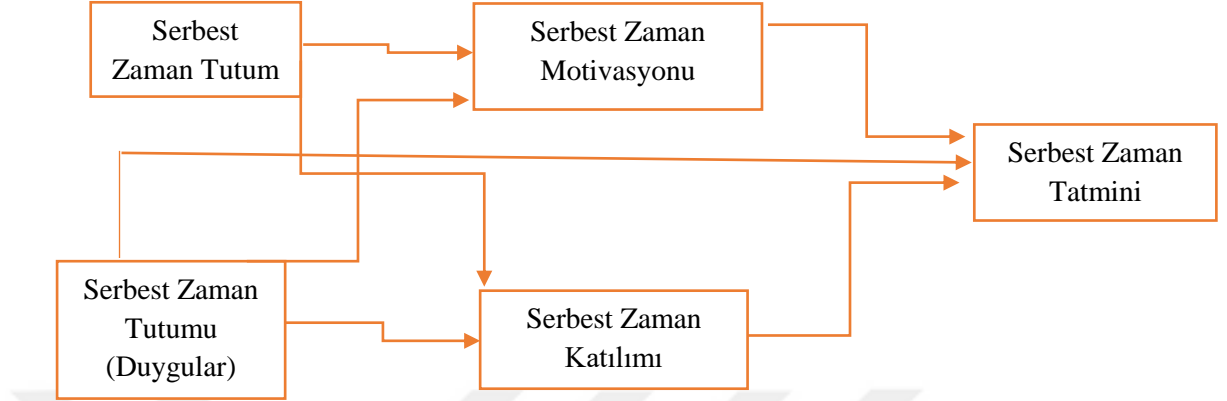


Şekil 2.7. Serbest Zamanda Elde Edilen Tatmin Geri Dönüt Modeli

Kaynak: Mannell RC. Kleiber DA. A Social Psychology Of Leisure. State College. PA: Venture Publishing. 1997.

Ragheb ve Tate (1993) tarafından serbest zamanda elde edilen tatmine yönelik model geliştirilmiştir. Model serbest zamana yönelik tutumlar, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman katılımından duyulan serbest zaman tatminini içerir.

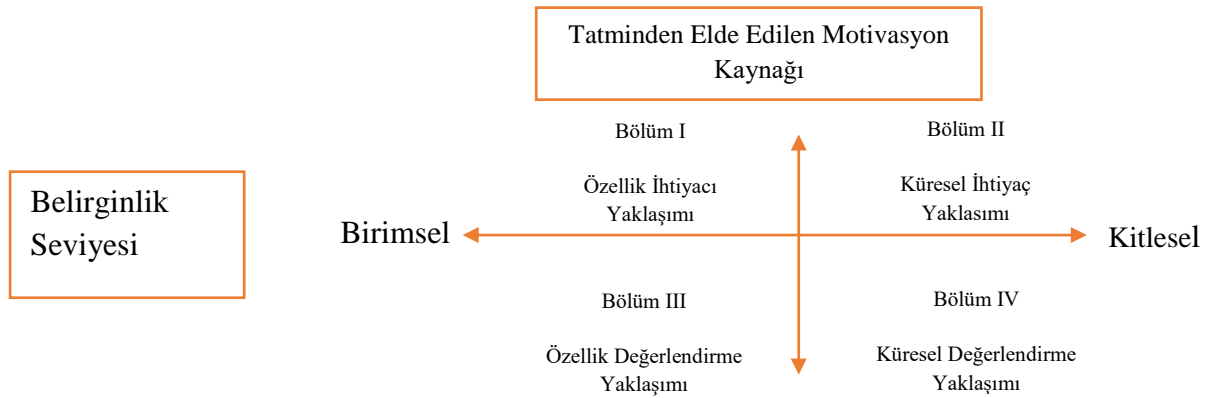
Sonuç olarak, serbest zamandan elde edilen tatmini etkileyen faktörler serbest katılımı, motivasyon ve tutumdur. Bu faktörler arasındaki ilişkiler şekil 2.8’de gösterilmiştir.



Şekil 2.8. Serbest Zamanda Elde Edilen Tatmin Modeli

Kaynak: Beard, JG. Ragheb MG. Measuring Leisure Motivation. Journal of leisure research. 15(3). 1983; pp: 219-228.

Mannell (1999) serbest zaman tatmininin kategorisel yapısını; tatmin ölçeği ve belirginlik seviyesi ölçeğini kaynak olarak oluşturduğunu ifade etmektedir. Mannell tarafından uyarlanan serbest zaman tatmin yapısını dört bölümde açıklamıştır.



Şekil 2.9. Serbest Zaman Tatmininin Kategorisel Yapısı

Kaynak: Mannell RC. Leisure Satisfaction. In E. L. Jackson & Burton. (Eds.), Understanding Leisure and Recreation: Mapping The Past, Charting The Future. State College. PA: Venture Publishing. 1989; p: 281-301.

Modele göre; Belirginlik seviyesi, bireysel olarak serbest zamanla ilişkili davranışları, yaşam deneyimini ve ihtiyaçları anlamak için geliştirilmiştir. Katılımcılar tarafından sadece belirli bir etkinlik seçilse bile, sadece seçilen etkinlikten serbest zaman tatmini ele alınır. Genelde serbest zamandan elde edilen tatmini incelemek için ise pek çok serbest zaman etkinlik türü seçilmelidir.

Tatmin kaynağı, kişisel katılım motivasyonundan ya da değerlendirilmiş bir sonuçtan geliyor olabilir. İhtiyaç yaklaşımı, serbest zaman etkinliğinin ardından bireysel ihtiyaçların ne kadar tatmin edildiğine yöneliktir. Değerlendirme yaklaşımı serbest zamandan elde edilen tatmin duygusunun kişinin yaşam kalitesiyle ilgili kişisel değerlendirmesinin sonucu olduğu anlamına gelir.

Bölüm 1’de Özellik İhtiyacı Yaklaşımı: belirli bir serbest zaman etkinliği sonrasında elde edilen tatmindir. Serbest zaman ihtiyacının bir bölümündedir. Özellik ihtiyacı yaklaşımı geçmiş deneyimlere dayanır

Bölüm 2’de Küresel İhtiyaç Yaklaşımı: Herhangi bir etkinlik sonucunda elde edilen tatmine odaklanmayan, daha çok genel yaşam tatminidir. Serbest zaman etkinliğine katılım yüksek seviyede olduğunda ihtiyacın daha yüksek seviyede tatmin edilmesini sağlar.

Bölüm 3’de Özellik değerlendirme yaklaşımı: serbest zaman etkinliği sonucunda elde edilen tatminin hangi faktörden kaynaklandığını incelemektedir.

Bölüm 4’de Küresel değerlendirme yaklaşımı: genelde serbest zaman etkinliğinin mekanı, süresi ve serbest zamandan elde edilen tatmin gibi genel yaşam deneyiminden elde edilen tatmini incelemektedir. Bu yaklaşım, bireyin kişisel ilgisi ve tutumunu ele aldığı için, tatmin seviyesini inceleyen öznel bir yaklaşımdır.

İlgili uluslararası literatür incelendiğinde, serbest zaman tatmini kavramının oldukça fazla çalışmaya konu olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalara örnek olarak; serbest zaman motivasyonunun serbest zaman tatminine etkisi (Beggs ve Elkins, 2010), serbest zaman motivasyonunun serbest zaman katılımı ve serbest zaman tatminine etkisi (Chen ve ark., 2013), serbest zaman tatmin düzeyi ile mutluluk

arasındaki ilişki (Lu ve Hu, 2005), Serbest zaman katılımının serbest zaman tatmin düzeyine etkisi (Huang ve Carleton, 2003), serbest zaman tatminin ölçülmesi (Trottier ve ark., 2002) ve serbest zaman tatmini ve yaşam kalitesi üzerine çalışmalar (Ngai, 2005) verilebilir.

Serbest zaman tatmine ilişkin ulusal literatür incelendiğinde ise, genellikle son yıllarda yapılmış ve sınırlı sayıda çalışmalara (Karlı ve ark., 2008; Akyıldız, 2013; Ardahan ve Yerlisu Lapa, 2010; Gökçe ve Orhan, 2011; Tercan, 2013; Sevil, 2015; Çelik, 2011; Gümüş ve Karakullukçu, 2015) rastlanmıştır.

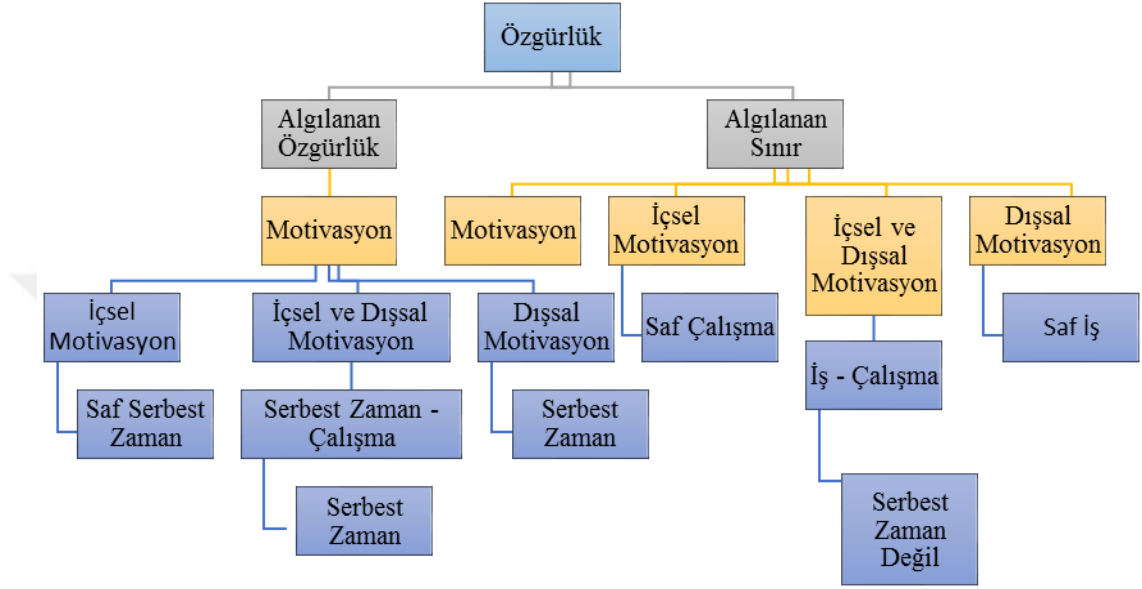
2.3.1.1. Serbest Zaman Tatminin Alt boyutları

Beard ve Ragheb (1980) yaptıkları çalışmalarda serbest zaman tatmininin alt boyutlarını psikolojik boyut, eğitim boyutu, sosyal boyut, rahatlama boyutu, fizyolojik boyut ve estetik boyutu olarak belirtmişlerdir.

Psikolojik boyut eğlence, güven ve başarıma hissine, eğitsel boyut kişilerin kendileri ve çevreyi anlamalarına, sosyal boyut başkalarıyla olan kazançlı ilişkilere, rahatlama boyutu stresten rahatlama ve duygusal iyi oluşa, fizyolojik boyut sağlıklı kalma ile fitnessin geliştirilmesine ve son olarak estetik boyut ise iyi dizayn edilmiş, ilginç, güzel ve memnun edici serbest zaman yapılarına bağlı olmaktadır (Sevil, 2015; Cheng ve ark., 2010).

2.3.2. Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük

Neulinger (1981) serbest zaman paradigmasını açıklamakta kullandığı, 6 zihinsel durum türünden oluşan bir model geliştirmiştir.



Şekil 10. Serbest Zaman Paradigması

Kaynak: Neulinger J. The Psychology Of Leisure. 2th ed. Springfield IL: Charles C Thomas; 1981.

Birinci tür, saf serbest zamandır. Birey değerleri tarafından sınırlanmayan belirli faaliyetleri yapmayı seçer. Örneğin, jogging yapmayı sevenler serbest zamanlarında gönüllü olarak jogging yapar. İkinci tür, serbest zaman çalışmasıdır. Birey belirli bir faaliyeti yapmayı seçebilir ama motivasyon hem içsel hem de dışsal olabilir. Örneğin, ev işleri hem serbest zaman hem de çalışma özelliği taşır. Üçüncü tür, serbest zaman işidir. Bu da bir seçim olmakla birlikte, bireyin serbest zaman faaliyeti ile ilgili motivasyonu dışsaldır. Örneğin birey arkadaşının partisine gitmeyi seçebilir. Yukarıda yer alan üç tür serbest zaman katılımcının zihinsel durumuna bağlıdır.

Dördüncü tür saf çalışmadır. Faaliyetler kontrollüdür ve katılımcıların motivasyonu içseldir. Örneğin, kişinin evini temizlemekten başka seçeneği yoktur. Beşinci tür ise çalışma-iş olarak adlandırılır. Burada da faaliyet kontrollüdür ve katılımcının motivasyonu hem içsel hem de dışsaldır.

Kişinin başka bir seçim hakkı yoktur. Örneğin, kişinin tatilde patronuyla golf oynamaktan başka bir şey yapma durumu yoktur. Altıncı tür saf iştir. Faaliyet kontrollüdür ve katılımcının motivasyonu dışsaldır. Örneğin, beden eğitimi öğretmeni öğrencilerine spor becerilerini göstermek zorundadır. Sayılan etkinliklerin son üç türü serbest zamanda algılanan özgürlük değildir, çünkü katılımcının özgürlüğü sınırlandırılmıştır.

Neulinger (1981) Serbest zaman paradigmasında saf serbest zamanın ancak algılanan özgürlüğün yüksek seviyede olduğunda ve saf içsel motivasyonla birlikte yapıldığında elde edileceğini belirtmiştir. Öte yandan saf işin ise sınırlandırılmış algılanan özgürlük ve daha yüksek seviyedeki dışsal motivasyonla ilişkilendirileceğini belirtmiştir.

Algılanan özgürlük, bireylerin algıları ve deneyimleri üzerinde kontrol ve serbest zaman ihtiyaçlarının tatmin edilmesi ve ilgilenimin derinliğinin serbest zaman davranışı ve yaşam tatminini etkileyen bilişsel motivasyonel bir yapıdır (Ellis ve Witt, 1994).

Serbest zamanın en önemli değişkeninin algılanan özgürlük olduğunu savunan Neulinger (1981), algılanan özgürlüğü “ bireyin yaptığını istemesi ve kendisi tarafından yaptığını tercih etmesi ve sonucunda hissettiği ruh hali” olarak tanımlamaktadır.

Iso-ahola (1980) ise etkili bir serbest zaman için önemli iki şartın özgürlük algısı ve içsel motivasyon olduğunu, burada en önemli şartın ise özgürlük algısı olduğunu belirtmiştir.

Mannell ve Kleiber (1997) ise algılanan özgürlüğün aslında derecesinin önemli olduğunu ve çoğu zaman bireylerin serbest zamanlarında kısıtlamaların olabileceğini ve bu kısıtlamalar içinde bile seçtikleri serbest zaman etkinliğinde özgürlük hissi yaşadıklarını belirtmiştir.

Serbest zaman tecrübelerinde daha fazla özgürlüğe sahip olduklarına inanan kişiler daha yüksek yeterlilik, kontrol odağı, içsel motivasyon ve oyunculuk duyguları belirtme eğilimindedir (Yerlisu Lapa ve Ağyar, 2012; Janke ve ark., 2010).

İlgili uluslararası literatür incelendiğinde, serbest zamanda algılanan özgürlük kavramının oldukça fazla çalışmaya konu olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalara örnek olarak (Kim,2010; Wu ve ark., 2010; Unger ve Kernan, 1983; Munson, 1993; poulsen ve ark., 2008) verilebilir.

Serbest zaman tatmine ilişkin ulusal literatür incelendiğinde ise, genellikle son yıllarda yapılmış ve sınırlı sayıda çalışmalara (Yerlisu Lapa ve Ağyar 2011; Kodaş ve ark., 2015) rastlanmıştır.

3. GEREÇ ve YÖNTEM

Bu bölümde, üniversite öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeyleri hakkında üniversite öğrencilerinin görüşleri araştırılmıştır. Üniversite öğrencilerinin örneklemini olarak İstanbul'daki devlet üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören öğrenciler seçilerek, öğrencilerin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerini belirlenmeye çalışılmıştır.

3.1. Araştırmanın Yöntemi

Araştırmada demografik etkenlerin üniversite öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeyleri araştırılmaktadır. Bu kapsamda demografik etkenlerin üniversite öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerini nasıl ve ne oranda etkilediği ortaya çıkmaktadır. Bu doğrultuda Mann Whitney U ve Kruskal Wallis H Testleri uygulanmış, ayrıca alt boyutlar arasındaki ilişkileri ölçmek için korelasyon analizi yapılmıştır.

3.2. Araştırmanın Hipotezleri

Hipotez, ortaya çıkmış ve çıkacak belirli davranışlar, olgular ve olaylar hakkında varsayım olarak yapılan açıklamalardır. Hipotez araştırmacının araştırma problemindeki değişkenler arasında ne tür ilişkilerin olduğuna dair beklentileri ifade eder. Sunulan bilgilerin sınanması hipotez testleri ile yapılmaktadır. Sıfır (H_0) hipotezine karşı mutlaka bir alternatif hipotez (H_1) oluşturulmalı ve hipotez testi sürecinin başında oluşturulması gerekmektedir. Hipotez kurulduktan sonra söz konusu hipotezi test etmeye olanak verecek uygun bir test tekniğinin seçilmesi gerekir (Altunışık, 2002).

Araştırmada katılımcıların demografik özellikleri ile serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeyleri ile ilgili toplam 14 hipotez kurulmuştur. Kurulan hipotezler şu şekildedir;

H₁: Cinsiyet değişkenine göre Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden algıladıkları özgürlük düzeyleri arasında bir fark vardır.

H₂: Yaş değişkenine göre Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden algıladıkları özgürlük düzeyleri arasında bir fark vardır.

H₃: Aylık gelir değişkenine göre Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden algıladıkları özgürlük düzeyleri arasında bir fark vardır.

H₄: Öğrenim gördükleri Üniversiteye göre Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden algıladıkları özgürlük düzeyleri arasında bir fark vardır.

H₅: Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin Sportif etkinliklere katılım biçimlerine göre Serbest zamanda algılanan özgürlük düzeyleri arasında fark vardır

H₆: Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin Sosyal etkinliklere katılım biçimlerine göre Serbest zamanda algılanan özgürlük düzeyleri arasında fark vardır.

H₇: Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin Sanatsal/Kültürel etkinliklere katılım biçimlerine göre Serbest zamanda algılanan özgürlük düzeyleri arasında fark vardır.

H₈: Cinsiyet değişkenine göre Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri arasında fark vardır.

H₉: Yaş değişkenine göre Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri arasında fark vardır.

H₁₀: Aylık gelir değişkenine göre Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri arasında fark vardır.

H₁₁: Öğrenim gördükleri Üniversiteye göre Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri arasında fark vardır.

H12: Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin Sportif etkinliklere katılım biçimlerine göre serbest zaman tatmin olma düzeyleri arasında fark vardır.

H13: Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin Sosyal etkinliklere katılım biçimlerine göre serbest zaman tatmin olma düzeyleri arasında fark vardır.

H14: Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin Sanatsal/Kültürel etkinliklere katılım biçimlerine göre serbest zaman tatmin olma düzeyleri arasında fark vardır.

H15: Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri ile algılan özgürlük düzeyleri arasında ilişki vardır.

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın, incelenen konuda ana kütlenin tümünü kapsamaması pratik olmadığı gibi, çoğu zaman buna olanak da olmayabilir. Bunun için bir örneklemin belirlenmesi gerekmektedir. Örneklem, bir bütünün kendi içinden seçilmiş bir parçasıyla temsil edilmesidir (Seyidoğlu, 2009). Örneklem seçimi, olasılığa dayanan ve olasılığa dayalı olmayan olmak üzere iki şekilde yapılmaktadır (Altunışık ve ark., 2005). Bu çalışmada, olasılığa dayalı olmayan örneklem seçme tekniklerinden amaçlı örneklem yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme yöntemi, örnekleme dahil edilecek birimleri, araştırmacı önceki bilgi, deneyim ve gözlemlerinden hareketle araştırmanın amacına uygun olarak kendi yargısıyla belirler. Araştırmacı kendi yargı ve değerlendirmesiyle hareket ettiği için evren hakkında fikir sahibi olmalıdır (Ural ve Kılıç, 2006).

Çalışmanın evrenini Türkiye’de bulunan Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur. Çalışmanın örneklem grubunu ise İstanbul İlinde bulunan amaçlı olarak seçilen ve çalışmada gönüllü olarak yer alan yaş ortalaması $21,80 \pm 2,62$ İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 252 öğrenci, Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 314 öğrenci toplamda 566 öğrenci oluşturmaktadır.

3.4. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmayla ilgili varsayımlardan bazıları aşağıdadır;

- Bu çalışmada uygulanan yöntemin amaca uygun olduğu varsayılmıştır.
- Seçilen örneklem grubunun evreni temsil eder nitelikte olduğu varsayılmıştır.
- Bu çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının geçerli ve güvenilir olduğu ve çalışmanın amacına uygun olduğu varsayılmıştır.
- Anketleri uygulayan araştırmacının, anket sonuçlarını objektif olarak yansıttığı kabul edilmektedir.
- Bu çalışmada yer alan öğrencilerin veri toplama araçlarına verdikleri cevapların çalışmanın ciddiyeti dâhilinde, samimi ve gerçeklere uygun olarak verildiği varsayılmıştır.

3.5. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları

- Çalışma 2015-2016 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören öğrencilerle sınırlı tutulmuştur.
- Çalışmada yer alan katılımcılar İstanbul İlinde Bulundan Devlet Üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerdir.
- Çalışma katılımcıların “ Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Ölçeği” ile “Serbest Zaman Tatmin Ölçeği” ve kişisel bilgi formu maddelerine verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.
- Araştırma, konu ile ilgili ulaşılabilen kaynaklarla ve literatür taraması sonucu elde edilen bilgiler ile sınırlıdır.

3.6. Araştırmanın Veri Toplama Yöntem ve Aracı

Çalışmada kullanılan veri toplama aracı üç bölümden oluşmaktadır.

3.6.1. Kişisel Bilgi Formu

Birinci bölümde katılımcıların yaş, cinsiyet, öğrenim gördükleri üniversite ve bölüm, haftalık sahip oldukları serbest zaman süresi, katıldıkları serbest zaman etkinliklerinin türü ve katılım biçimi gibi bilgi edinmeye yönelik araştırmacı tarafından hazırlanan toplam 10 sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

3.6.2. Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük (SZAÖ)

İkinci bölümünde ise katılımcıların serbest zamanda algılanan yetkinliklerini, algılanan kontrolü ve algılanan içsel motivasyonu ölçmek amacıyla, Witt ve Ellis (1985) tarafından geliştirilen ve Yerlisu Lapa ve Ağyar (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak, geçerlilik ve güvenilirliği yapılan "Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük" ölçeği kullanılmıştır.

Ölçeğin orijinali 25 maddeden oluşmaktadır. Fakat yapılan faktör analizi sonrasında 17 maddeye ulaşılmıştır. Ölçek; (1) Bilgi ve Beceri, (2) Heyecan ve Eğlence olmak üzere toplam 2 alt boyuttan oluşmaktadır.

Yerlisu ve Ağyar (2011) tarafından yapılan geçerlilik ve güvenilirlik sonucunda ölçeğin toplam iç tutarlılık kat sayısı .94'tür.

Alt boyutlarda ise tutarlılık kat sayıları şu şekilde hesaplanmıştır;

- Bilgi ve Beceri alt boyutu için .85,
- Heyecan ve Eğlence alt boyutu için .83,

Ölçeğe verilen cevaplar; 1 "Kesinlikle Katılmıyorum", 5 "Kesinlikle Katılıyorum" şeklinde cevaplanmakta ve 5'likert tipi ölçek üzerinden hesaplanmaktadır (Yerlisu ve Ağyar, 2011).

Ölçeğin alt boyutları şu maddeleri kapsamaktadır;

- Bilgi ve Beceri alt boyutu için 1,2,3,4,5,8,9,10,15 maddeler
- Heyecan ve Eğlence alt boyutu için 6,7,11,12,13,14,16,17 maddeler

3.6.3. Serbest Zaman Tatmin Ölçeği (SZTÖ)

Üçüncü bölümünde ise katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımlarından duydukları tatmin düzeylerini belirlemek amacıyla, Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilen ve Karlı ve arkadaşları (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak, geçerlilik ve güvenirliliği yapılan “ Serbest Zaman Tatmin” ölçeği kullanılmıştır.

Ölçeğin orijinali 51 maddeden oluşmaktadır. Fakat yapılan faktör analizi sonrasında 39 maddeye ulaşılmıştır. Ölçek; (1) Psikolojik, (2) Eğitim, (3) Sosyal, (4) Rahatlama, (5) Fizyolojik ve (6) Estetik olmak üzere toplam 6 alt boyuttan oluşmaktadır.

Karlı ve Arkadaşları (2008) tarafından yapılan geçerlilik ve güvenirlilik sonucunda ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı .92'dir.

Alt boyutlarda ise tutarlılık kat sayıları şu şekilde hesaplanmıştır;

- Psikolojik alt boyut için .86,
- Eğitim alt boyutu için .84
- Sosyal alt boyut için .82
- Rahatlama alt boyutu için .79
- Fizyolojik alt boyut için .82
- Estetik alt boyut için .79

Ölçeğe verilen cevaplar; 1 “Benim için hemen hemen hiç geçerli değil”, 5 “Benim için hemen hemen her zaman geçerli” şeklinde cevaplanmakta ve 5'likert tipi ölçek üzerinden hesaplanmaktadır (Karlı ve ark., 2008).

Ölçeğin alt boyutları şu maddeleri kapsamaktadır;

- Psikolojik alt boyutu için 1,2,3,4,5,6,7,8. maddeler

- Eğitim alt boyutu için 9,10,11,12,13,14,15,16,17. maddeler
- Sosyal alt boyut için 18,19,20,21,22,23,24,25. maddeler
- Rahatlama alt boyutu için 26,27,28,29. maddeler
- Fizyolojik alt boyut için 30,31,32,33,34,35. maddeler
- Estetik alt boyut için 36,37,38,39. Maddeler

3.7. Verilerin İstatistiksel Analizi

Verilerin değerlendirilmesi aşamasında veriler Microsoft Excel 2003 programında düzenlenmiş, SPSS 20.0 for Windows paket program kullanarak çözümlenmiştir.

Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarını belirlemek için yüzde, frekans ve çapraz tablo yöntemleri kullanılmıştır. Her iki ölçeğin alt boyutlarının normal dağılım gösterip göstermediği test etmek amacı ile Kolmogrov-Smirnof testi yapılmış ve bunun sonunda Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük ölçeği ve Serbest Zaman Tatmini ölçeğinin tüm alt boyutların normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Buna göre $\alpha = 0.05$ anlamlılık düzeyinde 2 değişkenli veriler için Mann Whitney U testi, 2'den fazla değişkenler için ise Kruskal Wallis testi uygulanmıştır. Son olarak ise alt boyutlar arasındaki ilişkileri ölçmek için Spearman Korelasyon analizinden faydalanmıştır.

4. BULGULAR

4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Tablo 4.1.1. Katılımcıların Yaşlarının Dağılımı

Yaş Grupları	F	%
18-20	169	29,9
21-23	186	32,9
24 ve üstü	211	37,3
Toplam	566	100

Tablo 4.1.1.'de çalışmada yer alan öğrencilerin yaşlarının dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %29,9'u 18-20 yaş aralığında, %32,9'u 21-23 yaş aralığında, %37,3'ü 24 yaşında veya daha büyüktür.

Tablo 4.1.2. Katılımcıların Cinsiyetlerinin Dağılımı

Cinsiyet	F	%
Erkek	325	57,4
Kadın	241	42,6
Toplam	566	100

Tablo 4.1.2.'de çalışmada yer alan öğrencilerin cinsiyetlerinin dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların % 57,4'ü "Erkek", % 42,6'i "Kadın"dır.

Tablo 4.1.3. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversitelerin Dağılımları

Üniversiteler	F	%
İstanbul Üniversitesi	252	44,5
Marmara Üniversitesi	314	55,5
Toplam	566	100

Tablo 4.1.3.'de çalışmada yer alan öğrencilerin öğrenim gördükleri üniversitelerin dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların % 44,5'i İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde, % 55,5'i Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim görmektedir.

Tablo 4.1.4. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Bölümlerin Dağılımı

Bölüm	F	%
Beden Eğitimi Öğretmenliği	103	18,2
Antrenörlük	222	39,2
Spor Yöneticiliği	241	42,6
Toplam	566	100

Tablo 4.1.4.'de çalışmada yer alan öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlerin dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların % 18,2'i öğretmenlik bölümünde, % 39,2'i antrenörlük bölümünde, % 42,6'ı spor yöneticiliği bölümünde öğrenim görmektedir.

Tablo 4.1.5. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Sınıfların Dağılımı

Sınıf	F	%
1. Sınıf	145	25,6
2. Sınıf	146	25,8
3. Sınıf	130	23,0
4. Sınıf	145	25,6
Toplam	566	100

Tablo 4.1.5'de çalışmada yer alan öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıfların dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların % 25,6'ı 1. sınıfta, % 25,8'i 2. sınıfta, % 23,0'ı (N=130) 3. sınıfta, % 25,6'ı 4.sınıfta (veya uzatmalı) öğrenim görmektedir.

Tablo 4.1.6. Katılımcıların Aylık Gelirlerinin Dağılımı

Aylık Gelir	F	%
400-750	198	35,0
751-1100	249	44,0
1101 ve üstü	119	21,0
Toplam	566	100

Tablo 4.1.6'de çalışmada yer alan öğrencilerin aylık gelirlerinin dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %35,0'ı "400-750" arasında geliri varken, %44,0'ı "751-1100" arasında ve %21,0 1101 ve üstünde aylık geliri bulunmaktadır.

Tablo 4.1.7. Katılımcıların Haftalık Serbest Zaman Süreleri

Serbest Zaman Süresi	F	%
1-5 Saat	106	18,7
6-10 Saat	151	26,7
11-15 Saat	130	23,0
16 Saat ve Üzeri	179	31,6
Toplam	566	100

Tablo 4.1.7.'de çalışmada yer alan öğrencilerin sahip oldukları haftalık serbest zaman sürelerinin dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %18,7'i haftalık "1-5 saat" serbest zaman süresine, %26,7'i "6-10 saat" serbest zaman süresine, %23,0'ı haftalık "11-15 saat" serbest zaman süresine, %31,6'ı "16 saat veya daha fazla" serbest zaman süresine sahiptir.

Tablo 4.1.8. Katılımcıların Bir Ay İçerisinde Serbest Zaman Etkinliklerine

Katılım Sıklıklarının Dağılımı

S.Z.E. Katılım Sıklığı	F	%
1 Kez	102	18,0
2 Kez	151	26,7
3 Kez	106	18,7
4 Kez	81	14,3
5 Kez	126	22,3
Toplam	566	100

Tablo 4.1.8'de çalışmada yer alan öğrencilerin son bir ay içinde serbest zaman etkinliklerine ortalama katılım sıklıklarının dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %18,0'ı bir ay içerisinde "1 kez" katılım sıklığına, %26,7'i "2 kez" katılım sıklığına, %18,7'i "3 kez" katılım sıklığına, %14,3'ü "4 kez" katılım sıklığına, %22,3'ü "5 kez veya daha" serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığı göstermektedir.

Tablo 4.1.9. Katılımcıların Serbest Zaman Etkinliği Olarak Sportif Aktivitelere Katılım Biçimlerinin Dağılımı

Aktivite	Katılım Biçimi	F	%
Sportif Aktiviteler	Aktif	504	89,0
	Pasif	62	11,0
Toplam		566	1000

Tablo 4.1.9. 'da çalışmada yer alan öğrencilerin serbest zaman etkinliği olarak sportif aktivitelere katılım biçimlerinin dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %89,0 'u sportif aktivitelere "aktif", %11,0'ise "pasif" olarak katılım göstermektedir.

Tablo 4.1.10. Katılımcıların Serbest Zaman Etkinliği Olarak Sosyal Aktivitelere Katılım Biçimlerinin Dağılımı

Aktivite	Katılım Biçimi	F	%
Sosyal Aktiviteler	Aktif	461	81,4
	Pasif	105	18,6
Toplam		566	1000

Tablo 4.1.10. 'da çalışmada yer alan öğrencilerin serbest zaman etkinliği olarak sosyal aktivitelere katılım biçimlerinin dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %81,4 'ü sosyal aktivitelere "aktif", %18,6'ise "pasif" olarak katılım göstermektedir

Tablo 4.1.11. Katılımcıların Serbest Zaman Etkinliği Olarak Kültürel ve Sanatsal Aktivitelere Katılım Biçimlerinin Dağılımı

Aktivite	Katılım Biçimi	F	%
Kültürel ve Sanatsal Aktiviteler	Aktif	172	30,4
	Pasif	394	69,6
Toplam		566	100

Tablo 4.1.11. 'de çalışmada yer alan öğrencilerin serbest zaman etkinliği olarak kültürel ve sanatsal aktivitelere katılım biçimlerinin dağılımı yer almaktadır.

Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %30,4 'ü kültürel ve sosyal aktivitelere "aktif", %69,6'ise "pasif" olarak katılım göstermektedir.

Tablo 4.1.12. Katılımcıların Serbest Zaman Etkinliklerine Kimlerle Katılım Gerçekleştirdiklerinin Dağılımı

Sınıf	F	%
Tek Başına	67	11,8
Ailemle	61	10,8
Arkadaşlarla	383	67,7
Organize Olmuş Bir Grupla	55	9,7
Toplam	566	100

Tablo 4.1.12.'de çalışmada yer alan öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine kimlerle katılım gerçekleştirdiklerinin dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %11,8'i "tek başına", %10,8'i "ailesiyle", %67,7'i "arkadaşlarıyla", %9,7'i "organize olmuş bir grupla" serbest zaman etkinlerini gerçekleştirmektedir.

Tablo 4.1.13. Katılımcılara Göre Üniversitelerin Sağladığı Rekreatif İmkan Yeterliliği

Rekreatif Alan	F	%
Kesinlikle Yeterli	13	2,3
Yeterli	77	13,6
Kısmen	185	32,7
Yetersiz	197	34,8
Kesinlikle Yetersiz	94	16,6
Toplam	566	100

Tablo 4.1.13'de çalışmada yer alan öğrencilerin öğrenim gördükleri üniversitenin sağladığı rekreatif imkânların yeterliliği hakkında ki görüşlerinin dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %2,3'ü üniversitenin sağladığı rekreatif imkânları "kesinlikle yeterli", %13,6'ı "yeterli", %32,7'i "kısmen", %34,8'i "yetersiz", %16,6'ı "kesinlikle yeterli" görmektedir.

Tablo 4.1.14. Katılımcıların Ailelerinin Sosyo-Ekonomik Düzeylerinin Dağılımları

Sosyo-Ekonomik Düzey	F	%
Alt	19	3,4
Ortanın Altı	70	12,4
Orta	375	66,3
Ortanın Üstü	89	15,7
Üst	13	2,3
Toplam	566	100

Tablo 4.1.14 'de çalışmada yer alan öğrencilerin ailelerinin sosyo-ekonomik düzeyleri hakkında ki görüşlerinin dağılımları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %3,4'ü ailelerinin sosyo-ekonomik düzeyini "alt", %12,4'ü "ortanın altı", %66,3'ü "orta", %15,7'i "ortanın üstü", %2,3'ü ise "Üst" olarak görmektedir.

4.2. Ölçek Puanlarının Dağılımı ve İstatistik Test Sonuçları

Tablo 4.2.1. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Bilgi ve Beceri	Erkek	325	288,92	-,918	,359
	Kadın	241	276,19		
Heyecan ve Eğlence	Erkek	325	278,10	-,915	,360
	Kadın	241	290,78		

Cinsiyete göre katılımcıların algılanan özgürlük düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre; erkek ve kadın katılımcıların serbest zamanda algılanan özgürlük alt boyutlarından bilgi ve beceri ($z=-,918$; $p>0.05$) ile heyecan ve eğlence arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($z=-,915$; $p>0.05$) ve serbest zamanda algılanan özgürlük puanlarının erkek ve kadınlarda benzer düzeyde olduğu söylenebilir.

Tablo 4.2.2. Katılımcıların Yaşlarına Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Alt Boyut	Yaş	N	Sıra Değer Ort.	X ²	P
Bilgi ve Beceri	18-20	169	287,29	5,169	,257
	21-23	186	262,31		
	24 ve üstü	211	299,14		
Heyecan ve Eğlence	18-20	169	281,17	2,719	,075
	21-23	186	270,25		
	24 ve üstü	211	297,05		

Yaşa bağlı olarak katılımcıların algılanan özgürlük düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal-Wallis testi uygulandı.

Test sonuçları; katılımcıların yaşlarına göre serbest zamanda algılanan özgürlük alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$). 24 ve üstü yaş grubunun Bilgi ve Beceri alt boyut puanı ($3,8336 \pm .496$) diğer yaş gruplarından yüksek bulunmasına rağmen bu manidar değildi ($X^2 = 5.169$; $p>0.05$). Bununla beraber heyecan ve eğlence alt boyutunda 24 yaş ve üstü yaş grubundaki katılımcılar diğer tüm yaş grubundaki katılımcılara göre yüksek puanlara sahip olmalarına rağmen ($3,8845 \pm .562$) bu fark anlamlı bulunmadı ($X^2 = 2,719$; $p>0.05$).

Tablo 4.2.3. Katılımcıların Aylık Gelirlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Alt Boyut	Aylık Gelir	N	Sıra Değer Ort.	X ²	P
Bilgi ve Beceri	400-750	169	267,52	2,937	,230
	751-1100	186	291,37		
	1101 ve üstü	211	293,62		
Heyecan ve Eğlence	400-750	169	278,63	1,787	,409
	751-1100	186	295,36		
	1101 ve üstü	211	270,98		

Aylık gelire bağı olarak katılımcıların algılanan özgürlük düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal-Wallis testi uygulandı.

Test sonuçları; katılımcıların aylık gelirlerine göre serbest zamanda algılanan özgürlük alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p<0.05$). 1101 ve üstü aylık gelir grubunda ki katılımcıların bilgi ve beceri alt boyut puanı ($3,8198 \pm .556$) diğer aylık gelir gruplarındaki katılımcılardan yüksek olmasına rağmen bu manidar değildi ($\chi^2=2,937$ $p>0.05$).

Bununla beraber 751-1100 aylık gelir grubundaki katılımcıların heyecan ve eğlence alt boyut puanı ($3.8494 \pm .556$) diğer aylık gelir grubundaki katılımcılardan yüksek puanlara sahip olmalarına rağmen bu fark anlamlı bulunmadı ($\chi^2 =1,787$ $p>0.05$).

Tablo 4.2.4. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversitelere Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Alt Boyut	Üniversite	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Bilgi ve Beceri	İstanbul Ü.	252	295,98	-1,631	,103
	Marmara Ü.	314	273,48		
Heyecan ve Eğlence	İstanbul Ü.	252	296,32	-1,675	,094
	Marmara Ü.	314	273,21		

Katılımcıların öğrenim gördükleri üniversitelere bağı olarak algılanan özgürlük düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçları; katılımcıların öğrenim gördükleri üniversitelere göre serbest zamanda algılanan özgürlük alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$). İstanbul Üniversitesindeki katılımcıların heyecan ve eğlence alt boyut puanı ($3,8591 \pm .587$) Marmara Üniversitesindeki katılımcılardan yüksek bulunmasına rağmen bu fark manidar değildi ($z= -1,631$; $p>0.05$).

Bununla beraber bilgi ve beceri alt boyutunda Marmara Üniversitesi'ndeki katılımcılar, İstanbul Üniversitesindeki katılımcılara göre yüksek puanlara sahip olmalarına göre ($3,8245 \pm .532$) bu fark anlamlı bulunmadı ($z=-1,675$; $p>0.05$).

Tablo 4.2.5. Katılımcıların Sportif Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Alt Boyut	Katılım Biçimi	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Bilgi ve Beceri	Aktif	504	289,71	-2,580	,005*
	Pasif	62	233,05		
Heyecan ve Eğlence	Aktif	504	286,97	-1,444	,149
	Pasif	62	255,27		

Katılımcıların sportif etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zamanda algılanan özgürlük alt boyutları arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre sportif etkinliklere aktif veya pasif olarak katılan katılımcıların serbest zamanda algılanan özgürlük bakımından “bilgi ve beceri” ($z=-2,580$; $p<0.05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görüldü. Heyecan ve eğlence alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,8095 \pm .515$) puanı pasif katılımcıların ($3,5735 \pm .698$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-1,444$; $p>0.05$).

Tablo 4.2.6. Katılımcıların Sosyal Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Alt Boyut	Katılım Biçimi	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Bilgi ve Beceri	Aktif	461	291,55	-2,459	,003*
	Pasif	105	248,16		
Heyecan ve Eğlence	Aktif	461	288,13	-1,416	,157
	Pasif	105	263,17		

Katılımcıların sosyal etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zamanda algılanan özgürlük alt boyutları arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre sosyal etkinliklere aktif veya pasif olarak katılan katılımcıların serbest zamanda algılanan özgürlük bakımından “bilgi ve beceri” ($z=-2,459$; $p<0.05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görüldü.

Heyecan ve eğlence alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,8335 \pm .582$) puanı pasif katılımcıların ($3,7631 \pm .543$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-1,416$; $p>0.05$).

Tablo 4.2.7. Katılımcıların Sanatsal/Kültürel Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Alt Boyut	Katılım Biçimi	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Bilgi ve Beceri	Aktif	172	307,94	-2,354	,005*
	Pasif	394	272,83		
Heyecan ve Eğlence	Aktif	172	299,52	-1,544	,123
	Pasif	394	276,51		

Katılımcıların Sanatsal/Kültürel etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zamanda algılanan özgürlük alt boyutları arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre sanatsal/kültürel etkinliklere aktif veya pasif olarak katılan katılımcıların serbest zamanda algılanan özgürlük bakımından “bilgi ve beceri” ($z=-2,354$; $p<0.05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görüldü. Heyecan ve eğlence alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,8859 \pm .568$) puanı pasif katılımcıların ($3,7919 \pm .577$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-1,544$; $p>0.05$).

Tablo 4.2.8. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Serbest Zaman Tatmin**Düzeyleri**

Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Psikolojik	Erkek	325	265,81	-2,995	,003*
	Kadın	241	307,35		
Eğitim	Erkek	325	261,72	-3,686	,000*
	Kadın	241	312,87		
Sosyal	Erkek	325	268,11	-2,605	,005*
	Kadın	241	304,25		
Rahatlama	Erkek	325	253,12	-5,174	,000*
	Kadın	241	324,48		
Fizyolojik	Erkek	325	279,02	-,760	,447
	Kadın	241	289,55		
Estetik	Erkek	325	271,70	-2,007	,045
	Kadın	241	299,41		

Cinsiyete göre katılımcıların serbest zaman tatmin düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre erkek ve kadın katılımcıların serbest zaman tatmin düzeyleri bakımından “psikolojik” ($z=-2,995$; $p<0.05$), “eğitim” ($z=-3,686$; $p<0.05$), “sosyal” ($z=-2,605$; $p<0.05$) ve “rahatlama” ($z=-5,174$; $p<0.05$) alt boyutlarında anlamlı farklılıklar görüldü. Kadınların psikolojik alt boyut puanı ($3,8434 \pm .628$), eğitim alt boyut puanı ($3,9073 \pm .761$), sosyal alt boyut puanı ($3,8600 \pm .702$) ve rahatlama alt boyut puanı ($4,1857 \pm .774$), erkeklerin psikolojik alt boyut puanından ($3,6750 \pm .784$), eğitim alt boyut puanından ($3,6639 \pm .696$), sosyal alt boyut puanından ($3,7038 \pm .735$) ve rahatlama alt boyut puanından ($3,8562 \pm .824$) manidar bir şekilde daha yüksek bulundu.

Fizyolojik alt boyutta; kadınların ($3,6577 \pm .733$) puanı erkeklerin puanından ($3,6164 \pm .735$) daha fazla olmasına rağmen bu farklar önemli bulunmadı ($z=-760$; $p>0.05$). Yine buna ek olarak; estetik alt boyutunda kadınların ($3,8734 \pm .737$) erkeklerin puanından ($3,7408 \pm .743$) daha fazla olmasına rağmen bu farklar da önemli bulunmadı ($z=-2,007$; $p<0.05$).

Tablo 4.2.9. Katılımcıların Yaşlarına Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Alt Boyut	Yaş	N	Sıra Değer Ort.	χ^2	P
Psikolojik	18-20	169	291,04	5,169	,003*
	21-23	186	256,25		
	24 ve üstü	211	301,48		
Eğitim	18-20	169	291,79	2,398	,302
	21-23	186	268,34		
	24 ve üstü	211	290,23		
Sosyal	18-20	169	286,22	4,257	,119
	21-23	186	264,48		
	24 ve üstü	211	298,09		
Rahatlama	18-20	169	250,47	7,619	,005*
	21-23	186	267,68		
	24 ve üstü	211	317,88		
Fizyolojik	18-20	169	286,34	,649	,723
	21-23	186	275,67		
	24 ve üstü	211	288,13		
Estetik	18-20	169	284,25	2,355	,308
	21-23	186	269,88		
	24 ve üstü	211	294,91		

Yaşa bağlı olarak katılımcıların algılanan özgürlük düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal-Wallis testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre serbest zaman tatmin düzeyleri bakımından “psikolojik” ($X^2 =8.106$; $p<0.05$) ve “rahatlama” ($X^2 =7.619$; $p<0.05$) alt boyutlarında anlamlı farklılıklar görüldü.

Buna göre psikolojik alt boyutta 24 ve üstü yaş grubundaki katılımcıların almış oldukları puanlar ($3,8513 \pm .751$), 21-23 yaş aralığında ki katılımcıların almış oldukları puanlardan ($3,6156 \pm .726$) manidar şekilde yüksek bulundu. Rahatlama alt boyuttun da yine 24 ve üstü yaş grubundaki katılımcıların almış oldukları puanlar ($4,1173 \pm .751$), 18-20 yaş aralığında ki katılımcıların almış oldukları puanlardan ($3,9099 \pm .875$) manidar şekilde yüksek bulundu.

Tablo 4.2.10. Katılımcıların Aylık Gelirlerine Göre Serbest Zaman Tatmin**Düzeyleri**

Alt Boyut	Aylık Gelir	N	Sıra Değer Ort.	χ^2	P
Psikolojik	400-750	169	293,88	2,007	,367
	751-1100	186	272,73		
	1101 ve üstü	211	288,76		
Eğitim	400-750	169	298,40	2,539	,281
	751-1100	186	275,83		
	1101 ve üstü	211	274,76		
Sosyal	400-750	169	294,07	1,300	,522
	751-1100	186	278,69		
	1101 ve üstü	211	275,96		
Rahatlama	400-750	169	299,89	3,111	,211
	751-1100	186	275,01		
	1101 ve üstü	211	273,99		
Fizyolojik	400-750	169	303,65	4,651	,098
	751-1100	186	272,87		
	1101 ve üstü	211	272,21		
Estetik	400-750	169	291,04	,688	,709
	751-1100	186	280,46		
	1101 ve üstü	211	277,30		

Aylık gelire bağlı olarak katılımcıların serbest zaman tatmin düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal-Wallis testi uygulandı.

Test sonuçları; katılımcıların aylık gelirine göre serbest zaman tatmin alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Psikolojik alt boyutunda 400-750 aylık gelir grubundaki katılımcıların puanları ($3,7822 \pm .691$) diğer aylık gelir grubundaki katılımcıların puanlarından yüksek olmasına rağmen bu fark anlamlı bulunmadı ($X^2=2,007$ $p>0.05$).

Eğitim alt boyutunda 400-750 aylık gelir grubundaki katılımcıların puanları ($3,8373 \pm .710$) diğer aylık gelir grubundaki katılımcıların puanlarından yüksek olmasına rağmen bu fark anlamlı bulunmadı ($X^2=2,539$ $p>0.05$).

Sosyal alt boyutunda 400-750 aylık gelir grubundaki katılımcıların puanları (3,7948 ± .779) diğer aylık gelir grubundaki katılımcıların puanlarından yüksek olmasına rağmen bu fark anlamlı bulunmadı ($\chi^2=1,300$ $p>0.05$).

Rahatlama alt boyutunda 400-750 aylık gelir grubundaki katılımcıların puanları (4.0530 ± .865) diğer aylık gelir grubundaki katılımcıların puanlarından yüksek olmasına rağmen bu fark anlamlı bulunmadı ($\chi^2=3,111$ $p>0.05$).

Fizyolojik alt boyutunda 400-750 aylık gelir grubundaki katılımcıların puanları (3.7231 ± .732) diğer aylık gelir grubundaki katılımcıların puanlarından yüksek olmasına rağmen bu fark anlamlı bulunmadı ($\chi^2=4,651$ $p>0.05$).

Estetik alt boyutunda 400-750 aylık gelir grubundaki katılımcıların puanları (3,8321 ± .775) diğer aylık gelir grubundaki katılımcıların puanlarından yüksek olmasına rağmen bu fark anlamlı bulunmadı ($\chi^2=,688$ $p>0.05$).

Tablo 4.2.11. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversitelere Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Alt Boyut	Üniversite	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Psikolojik	İstanbul Ü.	252	301,84	-2,395	,005*
	Marmara Ü.	314	268,78		
Eğitim	İstanbul Ü.	252	302,07	-2,425	,003*
	Marmara Ü.	314	268,59		
Sosyal	İstanbul Ü.	252	296,21	-1,660	,097
	Marmara Ü.	314	273,30		
Rahatlama	İstanbul Ü.	252	304,31	-2,734	,005*
	Marmara Ü.	314	266,80		
Fizyolojik	İstanbul Ü.	252	289,95	-,464	,643
	Marmara Ü.	314	276,35		
Estetik	İstanbul Ü.	252	299,87	-2,149	,032
	Marmara Ü.	314	270,36		

Katılımcıların öğrenim gördükleri üniversitelere bağlı olarak serbest zaman tatmin düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre serbest zaman tatmin düzeyleri bakımından “psikolojik” ($z=-2,395$; $p<0.05$), “eğitim” ($z=-2,425$; $p<0.05$) ve “rahatlama” ($z=-2,734$; $p<0.05$) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Psikolojik alt boyutunda İstanbul Üniversitesinde öğrenim gören katılımcıların puanları ($3,8328 \pm .618$) Marmara Üniversitesinde ($3,6775 \pm .796$) öğrenim gören katılımcıların puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulundu ($z=-2,395$; $p<0.05$).

Eğitim alt boyutunda İstanbul Üniversitesinde öğrenim gören katılımcıların puanları ($3,8457 \pm .673$) Marmara Üniversitesinde ($3,7049 \pm .774$) öğrenim gören katılımcıların puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulundu ($z=-2,245$; $p<0.05$).

Rahatlama alt boyutunda İstanbul Üniversitesinde öğrenim gören katılımcıların puanları ($4,1121 \pm .724$) Marmara Üniversitesinde ($3,9037 \pm .878$) öğrenim gören katılımcıların puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulundu ($z=-2,734$; $p<0.05$).

Sosyal alt boyutta; İstanbul Üniversitesinde öğrenim gören katılımcıların ($3,8333 \pm .687$) puanı Marmara Üniversitesinde öğrenim gören katılımcıların ($3,7197 \pm .751$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu farklar önemli bulunmadı ($z=-1,660$; $p>0.05$).

Fizyolojik alt boyutta; İstanbul Üniversitesinde öğrenim gören katılımcıların ($3,6224 \pm .669$) puanı Marmara Üniversitesinde öğrenim gören katılımcıların ($3,5433 \pm .783$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu farklar önemli bulunmadı ($z=-,464$; $p>0.05$).

Estetik alt boyutta; İstanbul Üniversitesinde öğrenim gören katılımcıların (3,8859 ±.669) puanı Marmara Üniversitesinde öğrenim gören katılımcıların (3,7261 ± .791) puanından daha fazla olmasına rağmen bu farklar önemli bulunmadı (z=-2,149; p>0.05).

Tablo 4.2.12. Katılımcıların Sportif Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Alt Boyut	Katılım Biçimi	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Psikolojik	Aktif	504	287,99	-1,867	,062
	Pasif	62	246,98		
Eğitim	Aktif	504	287,10	-1,495	,135
	Pasif	62	254,25		
Sosyal	Aktif	504	285,21	-712	,476
	Pasif	62	269,57		
Rahatlama	Aktif	504	284,08	-,241	,810
	Pasif	62	278,82		
Fizyolojik	Aktif	504	288,40	-2,038	,042
	Pasif	62	243,67		
Estetik	Aktif	504	283,00	-,207	,836
	Pasif	62	287,53		

Katılımcıların sportif etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zaman tatmin alt boyutları arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre sportif etkinliklere aktif veya pasif olarak katılan katılımcıların serbest zaman tatmin alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (p>0.05).

Psikolojik alt boyutunda aktif katılımcıların (3,7676 ± .721) puanı pasif katılımcıların (3,5766 ± .744) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı (z=-1,867; p>0.05).

Eğitim alt boyutunda aktif katılımcıların (3,7824 ± .724) puanı pasif katılımcıların (3,6470 ± .800) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı (z=-1,495; p>0.05).

Sosyal alt boyutunda aktif katılımcıların (3,7793 ± .714) puanı pasif katılımcıların (3,6976 ± .807) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı (z=-,712; p>0.05).

Rahatlama alt boyutunda aktif katılımcıların (4,0005 ± .814) puanı pasif katılımcıların (3,9637 ± .867) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı (z=-,241; p>0.05).

Fizyolojik alt boyutunda aktif katılımcıların (3,6581 ± .719) puanı pasif katılımcıların (3,4382 ± .821) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı (z=-2,038; p>0.05).

Estetik alt boyutunda aktif katılımcıların (3,7966 ± .735) puanı pasif katılımcıların (3,8024 ± .813) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı (z=-,207; p>0.05).

Tablo 4.2.13. Katılımcıların Sosyal Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre

Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Alt Boyut	Katılım Biçimi	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Psikolojik	Aktif	461	283,80	-,090	,928
	Pasif	105	282,20		
Eğitim	Aktif	461	289,83	-1,933	,053
	Pasif	105	255,71		
Sosyal	Aktif	461	287,05	-1,083	,279
	Pasif	105	267,92		
Rahatlama	Aktif	461	290,22	-2,064	,004*
	Pasif	105	253,00		
Fizyolojik	Aktif	461	279,09	-1,348	,178
	Pasif	105	302,87		
Estetik	Aktif	461	282,31	-,387	,714
	Pasif	105	288,74		

Katılımcıların sosyal etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zaman tatmin alt boyutları arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre sosyal etkinliklere aktif veya pasif olarak katılan katılımcıların serbest tatmin düzeyleri bakımından “rahatlama” ($z=-2,064$; $p<0.05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görüldü.

Psikolojik alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,7503 \pm .732$) puanı pasif katılımcıların ($3,6810 \pm .700$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-,090$; $p>0.05$).

Eğitim alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,7983 \pm .716$) puanı pasif katılımcıların ($3,6328 \pm .795$) daha fazla ($z=-1,933$; $p>0.05$) olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı.

Sosyal alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,7890 \pm .711$) puanı pasif katılımcıların ($3,6881 \pm .781$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-1,083$; $p>0.05$).

Fizyolojik alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,6164 \pm .724$) puanı pasif katılımcıların ($3,7111 \pm .774$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-1,348$; $p>0.05$).

Estetik alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,7988 \pm .727$) puanı pasif katılımcıların ($3,7905 \pm .813$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-,387$; $p>0.05$).

Tablo 4.2.14. Katılımcıların Sanatsal/Kültürel Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Alt Boyut	Katılım Biçimi	N	Sıra Değer Ort.	Z	P
Psikolojik	Aktif	172	292,25	-,843	,399
	Pasif	394	279,68		
Eğitim	Aktif	172	300,88	-1,674	,094
	Pasif	394	275,91		
Sosyal	Aktif	172	299,92	-1,581	,114
	Pasif	394	276,33		
Rahatlama	Aktif	172	290,10	-,640	,522
	Pasif	394	280,62		
Fizyolojik	Aktif	172	306,43	-2,210	,002*
	Pasif	394	253,49		
Estetik	Aktif	172	297,61	-1,366	,172
	Pasif	394	277,34		

Katılımcıların sanatsal/kültürel etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zaman tatmin alt boyutları arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre sosyal etkinliklere aktif veya pasif olarak katılan katılımcıların serbest tatmin düzeyleri bakımından “fizyolojik” ($z=-2,210$; $p<0.05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görüldü.

Psikolojik alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,7522 \pm .754$) puanı pasif katılımcıların ($3,7043 \pm .714$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-,843$; $p>0.05$).

Eğitim alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,8217 \pm .744$) puanı pasif katılımcıların ($3,7439 \pm .729$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-1,674$; $p>0.05$).

Sosyal alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,8241 \pm .757$) puanı pasif katılımcıların ($3,7468 \pm .710$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-1,581$; $p>0.05$).

Rahatlama alt boyutunda aktif katılımcıların ($4,0145 \pm .844$) puanı pasif katılımcıların ($3,9886 \pm .809$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-,640$; $p>0.05$).

Estetik alt boyutunda aktif katılımcıların ($3,8372 \pm .772$) puanı pasif katılımcıların ($3,7798 \pm .730$) puanından daha fazla olmasına rağmen bu fark önemli bulunmadı ($z=-1,366$; $p>0.05$).

Tablo 4.2.15. Katılımcıların Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük ile Serbest Zaman Tatmin Alt Boyutları İlişkisi

Alt Boyutlar	Bilgi ve Beceri	Heyecan ve Eğlence	Psikolojik Eğitim	Sosyal	Rahatlama	Fizyolojik	Estetik		
Bilgi ve Beceri	R	1							
	P								
	N	566							
Heyecan ve Eğlence	R	,735	1						
	P	0,00**							
	N	566	566						
Psikolojik	R	,370	,419	1					
	P	0,00**	0,00**						
	N	566	566	566					
Eğitim	R	,293	,363	,697	1				
	P	0,00**	0,00**	0,00**					
	N	566	566	566	566				
Sosyal	R	,311	,395	,675	,726	1			
	P	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**				
	N	566	566	566	566	566			
Rahatlama	R	,236	,282	,566	,624	,682	1		
	P	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**			
	N	566	566	566	566	566	566		
Fizyolojik	R	,247	,225	,521	,462	,530	,539	1	
	P	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**		
	N	566	566	566	566	56	566	566	
Estetik	R	,200	,255	,485	,502	,598	,585	,553	1
	P	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**	0,00**	
	N	566	566	566	566	566	566	566	566

****p<0,01**

Serbest zamanda algılanan özgürlük ile serbest zaman tatmin alt boyutları arasında ilişkinin olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.01$ anlamlılık düzeyinde korelasyon testi uygulandı.

Test sonuçlarına göre bilgi beceri ile heyecan ve eğlence, psikolojik, eğitim, sosyal, rahatlama, fizyolojik ve estetik alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$).

Buna göre bilgi ve beceri ile heyecan ve eğlence alt boyutu arasında pozitif yönde kuvvetli derece ilişki ($r=,735$), bilgi ve beceri ile psikolojik alt boyut arasında pozitif yönde düşük derece ilişki ($r=,370$), bilgi ve beceri ile eğitim alt boyutu arasında pozitif yönde düşük derece ilişki ($r=,293$), bilgi ve beceri ile sosyal alt boyutu arasında pozitif yönde düşük derece ilişki ($r=,311$), bilgi ve beceri ile rahatlama alt boyutu arasında pozitif yönde zayıf derece ilişki ($r=,236$), bilgi ve beceri ile fizyolojik alt boyut arasında pozitif yönde zayıf derece ilişki ($r=,247$), bilgi ve beceri ile estetik alt boyutu arasında pozitif yönde zayıf derece ilişki ($r=,200$) olduğu görülmektedir. Heyecan ve eğlence ile psikolojik, eğitim, sosyal, rahatlama, fizyolojik ve estetik alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,001$). Heyecan ve eğlence ile psikolojik alt boyutu arasında pozitif yönde düşük derece ilişki ($r=,419$), heyecan ve eğlence ile eğitim alt boyutu arasında pozitif yönde düşük derece ilişki ($r=,363$), heyecan ve eğlence ile sosyal alt boyutu arasında pozitif yönde düşük derece ilişki ($r=,395$), heyecan ve eğlence ile rahatlama alt boyutu arasında pozitif yönde zayıf derece ilişki ($r=,282$), heyecan ve eğlence ile fizyolojik alt boyutu arasında pozitif yönde zayıf derece ilişki ($r=,225$), heyecan ve eğlence ile estetik alt boyutu arasında pozitif yönde zayıf derece ilişki ($r=,255$) olduğu tespit edilmiştir.

Psikolojik alt boyut ile eğitim, sosyal, rahatlama, fizyolojik ve estetik alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,001$). Buna göre psikolojik alt boyut ile eğitim alt boyutu arasında pozitif yönde orta derece ilişki ($r=,697$), psikolojik alt boyut ile sosyal alt boyut arasında pozitif yönde orta derece ilişki ($r=,675$), psikolojik alt boyut ile rahatlama alt boyutu arasında pozitif yönde orta derece ilişki ($r=,566$), psikolojik alt boyut ile fizyolojik alt boyut arasında pozitif yönde orta derece ilişki ($r=,521$), psikolojik alt boyut ile estetik alt boyut arasında pozitif yönde düşük derece ilişki ($r=,485$) olduğu tespit edilmiştir.

Eğitim alt boyutu ile sosyal, rahatlama, fizyolojik ve estetik alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,001$).

Buna göre eğitim alt boyutu ile sosyal alt boyut arasında pozitif yönde kuvvetli ilişki ($r=,726$), eğitim alt boyutu ile rahatlama alt boyutu arasında pozitif yönde orta ilişki ($r=,624$), eğitim alt boyutu ile fizyolojik alt boyutu arasında pozitif yönde düşük ilişki ($r=,462$), eğitim alt boyutu ile estetik alt boyut arasında pozitif yönde orta ilişki ($r=,502$) olduğu tespit edilmiştir.

Sosyal alt boyutu ile rahatlama, fizyolojik ve estetik alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,001$). Buna göre Sosyal alt boyutu ile rahatlama alt boyutu arasında pozitif yönde orta derece ilişki ($r=,682$), Sosyal alt boyutu ile fizyolojik alt boyutu arasında pozitif yönde orta derece ilişki ($r=,530$), Sosyal alt boyutu ile estetik alt boyut arasında pozitif yönde orta derece ilişki ($r=,598$), olduğu tespit edilmiştir.

Rahatlama alt boyutu ile fizyolojik ve estetik alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,001$). Buna göre rahatlama alt boyutu ile fizyolojik alt boyutu arasında pozitif yönde orta derece ilişki ($r=,539$), rahatlama alt boyutu ile estetik alt boyut arasında pozitif yönde orta derece ilişki ($r=,585$) olduğu tespit edilmiştir. Yine fizyolojik alt boyutu ile estetik alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,001$). Buna göre fizyolojik alt boyutu ile estetik alt boyutu arasında pozitif yönde orta derece ($r=,553$) olduğu tespit edilmiştir.

5. TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

5.1. Tartışma

Bu araştırmada İstanbul İlinde bulunan Devlet Üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri, yaşları, aylık gelirleri, sahip oldukları haftalık serbest zaman süreleri, serbest zaman etkinliklerine son 1 ay içerisinde katılım sıklıkları, serbest zaman etkinliklerine katılım biçimleri, öğrenim gördükleri üniversitelere göre katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerini anlamlı farklılıklara bakılarak incelenmiştir.

Araştırma sonucunda örneklem grubunun cinsiyet, yaş, aylık gelir ve öğrenim gördükleri üniversiteye göre katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden algılanan özgürlük düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı ancak öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılım biçimleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna varılmıştır. Katılımcıların serbest zaman tatmin düzeylerinde cinsiyet, yaş, öğrenim gördükleri üniversite, sportif etkinliklere ve sanatsal/kültürel etkinliklere katılım biçimlerine göre anlamlı farklılığın olduğu ancak aylık gelir ve sosyal etkinliklere katılım biçimlerine göre anlamlı farklılığın olmadığı sonucuna varılmıştır.

Hipotez 1: Cinsiyetlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerinden algıladıkları özgürlük düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda cinsiyete göre serbest zaman etkinliklerinden algılanan özgürlük düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi (Tablo 4.2.1.). Elde edilen bu sonuca göre hipotez 1 reddedilmiştir. Yani katılımcıların cinsiyetleri ile serbest zaman etkinliklerinden algılanan özgürlük düzeyleri arasında fark yoktur.

Yerlisu Lapa ve Ağyar (2012) tarafından yapılan çalışma sonuçları ve Kodaş ve ark.,(2015) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermektedir.

Hipotez 2: Yaşlarına Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerinden algıladıkları özgürlük düzeyleri ile yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis analizi istatistiksel testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda yaş gruplarına göre serbest zaman etkinliklerinden algılanan özgürlük düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi (Tablo 4.2.2.). Elde edilen bu sonuca göre hipotez 2 reddedilmiştir.

Bu sonuç Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim gören öğrencilerin yaş ayrımı olmaksızın katıldıkları serbest zaman etkinliklerini önemsedikleri, yaşları ilerledikçe katıldıkları serbest zaman etkinliklerine karşı duydukları ilginin değişmediği şeklinde yorumlanabilir.

Hipotez 3: Aylık Gelirlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerinden algıladıkları özgürlük düzeyleri ile aylık gelirleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis analizi istatistiksel testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular neticesinde katılımcıların aylık gelirlerine göre serbest zaman etkinliklerinden algılanan özgürlük düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi (Tablo 4.2.3.). Elde edilen bu sonuca göre hipotez 3 reddedilmiştir.

Bu sonuç farklı aylık gelire sahip katılımcıların benzer serbest zaman etkinliklerine katıldıkları şeklinde yorumlanabilir.

Hipotez 4: Öğrenim Gördükleri Üniversitelere Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerinden algıladıkları özgürlük düzeyleri ile öğrenim gördükleri üniversiteler arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular neticesinde katılımcıların öğrenim gördükleri üniversitelere göre serbest zaman etkinliklerinden algılanan özgürlük düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi (Tablo 4.2.4.). Elde edilen bu sonuca göre hipotez 4 reddedilmiştir.

Bu sonuca göre Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler farklı üniversitelerde okumalarına rağmen katıldıkları serbest zaman etkinliklerine aynı yaklaşımlarda bulunmuşlardır. İstanbul Üniversitesi Spor bilimleri fakültesindeki katılımcılar katıldıkları serbest zaman etkinlikler için heyecan ve eğlence alt boyutunda daha fazla puana sahip iken, Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesindeki katılımcılar katıldıkları serbest zaman etkinlikleri için bilgi ve beceri alt boyutunda yüksek puanlara sahip olmuşlardır. Başka bir ifade ile İstanbul Üniversitesindeki katılımcılar katıldıkları serbest zaman etkinlikleri için Marmara Üniversitesindeki katılımcılara göre daha çok heyecan duyarken, Marmara Üniversitesindeki katılımcılar kendilerini bu etkinlik de bilgili görmekte-dirler.

Hipotez 5: Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Sportif Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Katılımcıların sportif etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zamanda algılanan özgürlük düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda üniversitede öğrenim gören öğrencilerin sportif etkinliklere katılım biçimlerine göre serbest zamanda algılanan özgürlük düzeyleri bakımından bilgi ve beceri alt boyutunda aktif katılımcılar pasif katılımcılara göre daha anlamlı puanlar elde ettiler (Tablo 4.2.5.). Bu sonuca göre hipotez 5 kabul edilmiştir.

Yerlisu Lapa ve Ağyar (2012) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermektedir.

Hipotez 6: Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Sosyal Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Katılımcıların sosyal etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zamanda algılanan özgürlük düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda üniversitede öğrenim gören öğrencilerin sosyal etkinliklere katılım biçimlerine göre serbest zamanda algılanan özgürlük düzeyleri bakımından bilgi ve beceri alt boyutunda aktif katılımcılar pasif katılımcılara göre daha anlamlı puanlar elde ettiler (Tablo 4.2.6.). Bu sonuca göre hipotez 6 kabul edilmiştir.

Yerlisu Lapa ve Ağyar (2012) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermektedir.

Hipotez 7: Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Sanatsal/Kültürel Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Katılımcıların sanatsal/Kültürel etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zamanda algılanan özgürlük düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda üniversitede öğrenim gören öğrencilerin sanatsal/kültürel etkinliklere katılım biçimlerine göre serbest zamanda algılanan özgürlük düzeyleri bakımından bilgi ve beceri alt boyutunda aktif katılımcılar pasif katılımcılara göre daha anlamlı puanlar elde ettiler (Tablo 4.2.7.). Bu sonuca göre hipotez 7 kabul edilmiştir.

Yerlisu Lapa ve Ağyar (2012) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermektedir.

Hipotez 8: Cinsiyetlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda cinsiyete göre serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri bakımından psikolojik, eğitim, sosyal ve rahatlama alt boyutlarında kadınlar erkeklere göre daha anlamlı puanlar elde ettiler (Tablo 4.2.8.). Elde edilen bu sonuca göre hipotez 8 kabul edilmiştir. Yani katılımcıların cinsiyetleri serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeylerini etkilemektedir.

Ardahan ve Yerlisu Lapa (2010) tarafından yapılan çalışma sonuçları, Lu ve Hu (2005), Vong Tze (2005) ve Ayyıldız (2015) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermezken, Sönmezoglu ve ark. (2014) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile bu çalışma sonuçları paralellik göstermektedir.

Hipotez 9: Yaşlarına Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal-Wallis testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular neticesinde örneklem grubunun serbest zaman tatmin düzeyleri ile yaş değişkeni arasında psikolojik ve rahatlama alt boyutları bakımından anlamlı farklılıklar görüldü (Tablo 4.2.9.). Elde edilen bu sonuca göre hipotez 9 kabul edilmiştir.

24 ve üstü yaş aralığındaki katılımcılar diğer yaş aralığındaki katılımcılara göre serbest zaman etkinliklerinden daha çok psikolojik ve rahatlama açısından katılım gösterdikleri düşünülebilir.

Ayyıldız (2015) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermektedir.

Hipotez 10: Aylık Gelire Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri ile aylık geliri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal-Wallis testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular neticesinde örneklem grubunun serbest zaman tatmin düzeyleri ile aylık gelir değişkenine göre anlamlı farklılık göstermedi (Tablo 4.2.10.). Elde edilen bu sonuca göre hipotez 10 reddedilmiştir. Yani katılımcıların aylık gelirleri ile serbest zaman tatmin düzeyleri arasında bir ilişki olmadığı düşünülebilir.

Ardahan ve Yerlisu Lapa (2010) tarafından yapılan çalışma sonuçları, Ağyar (2013) ve Ayyıldız (2015) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermemektedir.

Hipotez 11: Öğrenim Gördükleri Üniversitelere Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma düzeyleri ile öğrenim gördükleri üniversiteler arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Analiz sonuçlarına göre örneklem grubunun serbest zaman tatmin düzeyleri ile öğrenim gördükleri üniversiteler arasında istatistiksel olarak farklılık gösterdiği ortaya çıktı (Tablo 4.2.11.).

Bu sonuca göre hipotez 11 kabul edilmiştir. Yani katılımcıların öğrenim gördükleri üniversiteler onların serbest zaman tatmin düzeylerini etkilemektedir.

İstanbul Üniversitesindeki katılımcılar Marmara Üniversitesindeki katılımcılara oranla serbest zaman etkinliklerinden psikolojik, eğitim ve rahatlama bakımından tatmin olduklarını ortaya çıkıştır.

Hipotez 12: Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Sportif Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Katılımcıların sportif etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zaman tatmin düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda üniversitede öğrenim gören öğrencilerin sportif etkinliklere katılım biçimlerine göre serbest zaman tatmin düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi (Tablo 4.2.12.). Elde edilen bu sonuca göre hipotez 12 reddedilmiştir. Yani katılımcıların sportif etkinliklere katılım biçimleri onların serbest zaman tatmin düzeylerini etkilememektedir.

Hipotez 13: Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Sosyal Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zaman Tatmin Düzeyleri

Katılımcıların sosyal etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zaman tatmin düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda üniversitede öğrenim gören öğrencilerin sosyal etkinliklere katılım biçimlerine göre serbest zaman tatmin düzeyleri bakımından rahatlama alt boyutunda aktif katılımcılar pasif katılımcılara göre daha anlamlı puanlar elde ettiler (Tablo 4.2.13.). Bu sonuca göre hipotez 13 kabul edilmiştir.

Hipotez 14: Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Sanatsal/Kültürel Etkinliklere Katılım Biçimlerine Göre Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Düzeyleri

Katılımcıların sanatsal/Kültürel etkinliklere aktif veya pasif katılımlarına göre serbest zaman tatmin düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney-U testi kullanıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda üniversitede öğrenim gören öğrencilerin sanatsal/kültürel etkinliklere katılım biçimlerine göre serbest zaman tatmin düzeyleri bakımından fizyolojik alt boyutunda aktif katılımcılar pasif katılımcılara göre daha anlamlı puanlar elde ettiler (Tablo 4.2.14.). Bu sonuca göre hipotez 14 kabul edilmiştir.

Hipotez 15: Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük İle Serbest Zaman Tatmin Alt Boyutları İlişkisi

Serbest zamanda algılanan özgürlük ile serbest zaman tatmin alt boyutları arasında ilişkinin olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.01$ anlamlılık düzeyinde korelasyon testi uygulandı.

Elde edilen bulgular neticesinde serbest zamanda algılanan özgürlük ölçeği ile serbest zaman tatmin ölçeğinin alt boyutları arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. (Tablo 4.2.15.). Bu sonuca göre hipotez 15 kabul edilmiştir.

Kodaş ve ark.,(2015) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermektedir.

5.2. Sonuç

Sonuç olarak; Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zamanda algıladıkları özgürlük açısından yaş, cinsiyet, aylık gelir gibi değişkenler açısından anlamlı farklılıklar ortaya çıkmazken; etkinliklere (sportif/sosyal/kültürel ve sanatsal) aktif pasif katılımları açısından anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Bu sonuç bu araştırma kapsamında beklenen bir sonuçtur çünkü 3 etkinlikte de aktif katılımcılar pasif katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir. Bir etkinliğe aktif olarak katılan bireyler pasif olarak katılan bireylere göre o etkinlikte kendilerini daha özgür algılamaktadırlar. Buradan hareketle birey kendini o aktivitede özgür hissettikçe o aktiviteye karşı daha fazla katılım isteği duyacaktır. Üniversite öğrencileri her türlü serbest zaman etkinliğine belli bir düzeyde katılmalı ve hangi aktivite de daha mutlu ve daha özgür olduğunu kendisi bulmalıdır. Zaten çalışmanın sonuçları doğrultusunda da örneklem grubumuzun bunu başardığı anlaşılmaktadır.

Çalışmamızın bir başka sonucu ise serbest zaman tatmin düzeylerinin yaş, üniversite, sosyal ve kültürel/sanatsal aktiviteler arasında anlamlı farklılıkların ortaya çıkmasıdır. Sportif etkinlikler açısından serbest zaman tatminleri arasında bir farkın ortaya çıkmamasının temel sebebi örneklem grubunun zaten spor bilimleri fakültesi öğrencisi olmalarından kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca bireylerin yaşları arttıkça katıldıkları serbest zaman etkinlik yelpazesinin artmasından kaynaklanıyor olabilir. Üniversiteler arasında bir farkın ortaya çıkmasının temel nedeninin ise üniversite kampüslerinin buldukları çevreler olabilir ve öğrencilerin rekreasyon etkinliklerine ulaşım olaklarının kısıtlılığında kaynaklanıyor olabilir.

Çalışmanın önemli sonuçlarından birisi de serbest zaman tatmin düzeyinin arttıkça serbest zamanda algılanan özgürlükteki artıştır. Çalışmanın temel amacı göz önüne alındığında bireylerin serbest zamanda tatminleri arttıkça algıladıkları özgürlüğün artması onların serbest zaman etkinliklerini doğru bir şekilde seçtiklerini bize göstermektedir. Doğru seçilmiş bir serbest zaman etkinliği serbest zamanın yönetimini de kolaylaştırmakta; birey gereksiz serbest zaman etkinlikleri ile ilgilenmektense doğru serbest zaman etkinlikleri ilgisi ile yaşam doyumuna ve yaşam kalitesine daha hızlı bir şekilde ulaşmaktadır..

Bu çalışmanın sonuçları doğrultusunda birey doğru serbest zaman etkinliğini seçmesi serbest zaman tatminini arttıracak ve sonuç olarak algılanan özgürlüğü arttırmaktadır buda bireyin çok daha fazla yaşamından memnun ve yaşam kalitesinin yüksek bir birey olması anlamına gelebilmektedir.



5.3. Öneriler

1. Yapılacak benzer bir çalışma daha fazla üniversite ve katılımcıyla yapılabilir.
2. Bu çalışma spor bilimleri fakültesi öğrencilerine yönelik yapılmıştır. Yapılacak benzer bir çalışma farklı fakültelere uygulanabilir.
3. Farklı fakültelere yapılacak benzer bir çalışmada elde edilecek bulgular ile bu çalışmanın bulguları kıyaslanarak serbest zaman etkinliklerinden algılanan özgürlük ile tatmin düzeyleri belirlenebilir.
4. Bu ve benzer çalışmalar sonucunda serbest zaman etkinliklerine katılım sonucunda algılanan özgürlük ile tatmin düzeyleri belirlenerek üniversitelerin sağladığı rekreatif imkanlar bu yönde düzenlenebilir.
5. Bu ve benzer çalışmalar sonucunda serbest zaman etkinliklerine katılımının artması, serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin algıladıkları özgürlük ile tatmin düzeylerinde değişimler olabilir.
6. Ayrıca buna benzer bir araştırmanın çok daha çeşitli üniversiteleri de kapsayacak şekilde genişletilerek, daha ayrıntılı karşılaştırma olanağı yaratılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

6. KAYNAKLAR

1. Ağduman F. Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Motivasyon ve Tatminlerinin İncelenmesi. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. 2014, Erzurum (Danışman: Yrd. Doç. Dr. S Erhan).
2. Ağılönü, A. Yerel Yönetimlerde Rekreasyon Hizmetleri ve Model Belirleme. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2007, İstanbul (Danışman: Prof. Dr. S Mengütay).
3. Akatay A. Örgütlerde Zaman Yönetimi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2003; 10: 282-300.
4. Aktaş A. Turizm İşletmeciliği Ve Yönetimi. 2. Basım. Antalya: Azim Matbaa; 2002; s: 192.
5. Alexandris K, Carroll B. Demographic Differences In The Perception Of Constraints On Recreational Sport Participatin: Esults From a Study İn Greece. Leisure Studies. 1997; 16: 107-125.
6. Alkış H. Öztürk Y. Otel İşletmelerinde Motivasyon Faktörleri Üzerine Bir Araştırma, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 2009; 8: 212–236.
7. Altunışık R, Coşkun R, Bayraktaroğlu S, Yıldırım E. Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. 2. basım. Sakarya: Sakarya Kitabevi; 2002, s: 18.
8. Altunışık R, Coşkun R, Bayraktaroğlu S, Yıldırım E. Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. 3. basım. Sakarya: Sakarya Kitabevi; 2005, s: 120.
9. Amestoy VC. Rosal RS. Toscano EV. The leisure experience. The Journal of Socio-Economics. 2008; 37: 64-78.
10. Ardahan F. Lapa TY. Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin Cinsiyete ve Gelire Göre İncelenmesi. Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi. 2010; 21(4): 129-136.

11. Arslan S. Serbest zaman-Rekreasyon ve Serbest Zaman Eğitimi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım; 2013; s:2
12. Aslan N. Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi: Öğretmen Yetiştiren Kurumlarda Karşılaştırmalı Bir Araştırma. Ege Üniversitesi Yayınları. 2005.
13. Axelsen M. The Power of Leisure: I Was An Anorexic; I'm Now A Healthy Triathlete. Leisure Sciences. 2009; 31: 330–346.
14. Aydoğan İ, Gündoğdu FB. Kadın Öğretim Elemanlarının Boş Zamanlarını Değerlendirme Etkinlikleri. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2006; 12: 217-232.
15. Ayyıldız T. Rekreatif Dans Faaliyetlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. 2015, Ankara (Danışman: Prof. Dr. S Karaküçük).
16. Bahar O. Kozak M. Uluslararası Turizm ve Rekabet Edebilirlik. Ankara: Detay Yayıncılık; 2005.
17. Barlı Ö. Davranış Bilimleri Ve Örgütlerde Davranış. 3. Basım. Erzurum: Aktif Yayınevi; 2008.
18. Bayer MZ. Rekreasyon. Ankara: DSİ Yayını; 1983.
19. Beard JG. Ragheb MG. Measuring Leisure Motivation. Journal Of Leisure Research. 1983; 15 (3): 219-228.
20. Beard JG. Ragheb MG. Measuring Leisure Satisfaction. Journal Of Leisure Research. 1980; 12 (1): 20–33.
21. Beggs BA. Elkins DJ. The influence of leisure motivation on leisure satisfaction, The Cyber Journal of Applied Leisure and Recreation Research: 2010.

22. Boud BM, Lawson F. Tourism and Recreation: Handbook Of Planning and Design. Architectural Press; 2002, p: 1.
23. Bradley LG. Inglis CB. Adolescent Leisure Dimension, Psychosocial Adjustment and Gender Effect. Journal of Adolescence. 2012; 35: 1167-1176.
24. Broadhurst R. Managing Environments For Leisure and Recreation. GBR. London: Routledge: 2001, p: 3.
25. Broughten K. Beggs A. Leisure Satisfaction Of Older Adults. Activities, Adaptation & Aging. 2006; 31 (1).
26. Campbell A. The Sense Of Well-Being In America. New York: Plenum Press. 1980.
27. Chen YC. Li RH. Chen SH. Relationships among adolescents' leisure motivation, leisure involvement and leisure satisfaction: A structural equation model, Social Indicators Research. 2013; 110: 1187-1199.
28. Cheng EHP. Patterson I. Packer J. Pegg S. Identifying the Satisfactions Derived from Leisure Gardening by Older Adults, *Annals of Leisure Research*. 2010; 13(3): 395 419.
29. Chin M. C. M. (2007). Association between leisure participation and health outcomes of Elderly Health Center Clients, Unpublished Master's dissertation, University of Hong Kong
30. Csikszentmihalyi M. Flow: The Psychology Of Optimal Experience. New York, NY: Harper & Row: 1990.
31. Çelik G. Kamu kuruluşlarında çalışan engelli bireylerin serbest zaman engellerinin ve tatmin düzeylerinin incelenmesi (Antalya merkez örneği), Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, 2011, Antalya (Danışman: Yrd. Doç. Dr. E Ağyar).

32. Çerez, H., Yılmaz, Ş., Dinçer, Ö. (2006). Antalya Merkez Emniyet Teşkilatında Görev Yapan Emniyet Mensuplarının Rekreasyon Etkinliklerine Katılımlarının İncelenmesi. 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi. Bildiri Kitabı, Muğla.
33. Dardis R. Soberon-Ferrer H. Patro D. Analysis Of Leisure Expenditures İn The United States. Journal Of Leisure Research, 1994; 26 (4): 309-321.
34. Demir C. Demir N. Bireylerin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılmalarını Etkileyen Faktörler İle Cinsiyet Arasındaki İlişki: Lisans Öğrencilerine Yönelik Bir Uygulama. Ege Üniversitesi Academic Review, 2006; 6(1); 36-48.
35. Demir, ŞŞ., Demir, M., Babat, M. (2012). Turizm bölümü öğrencilerinin serbest zaman gereksinimi serbest zaman doyumu ilişkisi algılamaları. I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Bildiri Kitabı, Antalya.
36. Demirel M. Rekreasyonel Etkinliklere Katılım Ve Çevresel Duyarlılık. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Doktora Tezi, 2009, Ankara (Danışman: Prof. Dr. S Karaküçük).
37. Doğan Z. Rol Çatışması ve İş Gören Sorunları-Yönetim Psikolojisi. Ankara: TODAİE Yayınları; 1982.
38. Driver B. Experiences. In Encyclopedia Of Leisure And Outdoor Recreation, ed. Jenkins JM, Pigram JJ. New York: Routledge. 2003; 168-171.
39. Drucker F. Etkin Yöneticilik. Çeviren: Özden A. ve Tunalı N. İstanbul: Eti Kitapları; 1992, s: 12.
40. Ellis GD. Witt PA. Perceived freedom İn Leisure And Satisfaction; Exploring The Factor Structure Of Perceived Freedom Compotents Of The Leisure Diagnostic Battery. Leisure Sciences. 1994; 16; 259-270.
41. Eroğlu F. (1996). Davranış Bilimleri. İstanbul: Beta Basım Yayım.

42. Gökçe H. Serbest Zaman Doyumunun Yaşam Doyumu Ve Sosyo-Demografik Değişkenlerle İlişkinin İncelenmesi. Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2008, Denizli (Danışman: Yrd. Doç. Dr. B Ağbuğa ve Yrd. Doç. Dr. K Orhan).
43. Gökmen H. Yükseköğretim Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinlikleri Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri. Ankara: MEGSB Yayını: 1985.
44. Güçlü N. Zaman Yönetimi. Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi. 2001; 25: 87.
45. Güngörmüş, HA. Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdüleyen Faktörler. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2007, Ankara (Danışman: Yrd. Doç. Dr. F Yenel).
46. Hacıoğlu N, Gökdeniz A, Dinç Y. Boş Zaman & Rekreasyon Yönetimi Örnek Animasyon Uygulamaları. Ankara: Detay Yayıncılık; 2003, s: 19.
47. Halsey W. Macmillan Contemporary Dictionary. First Edition. İstanbul: ABC Tanıtım Basımevi, 1988; s: 844.
48. Hazar A. Rekreasyon ve Animasyon. Ankara: Detay Yayınları; 2003.
49. Henderson KA, Bialeschki MD, Shaw SM, Freysinger VJ. Both Gains and Gaps: Feminist Perspectives On Women's Leisure. State College. PA: Venture Publishing. 1996; p: 389-412
50. Henderson, K. Leisure Studies in the 21st Century: The Sky is Falling?. Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal, 2010; 32(4): 391-400.
51. Huang C. Carleton B. The relationships among leisure participation, leisure satisfaction, and life satisfaction of college students in Taiwan, Journal of Exercise Science and Fitness. 2003; 1(2): 129-132.

52. Huang CY. (2003). The Relationships among Leisure Participation, Leisure Satisfaction and Life Satisfaction of College Students in Taiwan, Unpublished Doctoral dissertation, University of the Incarnate World Graduate School.
53. Iso-Ahola SE. The Social Psychology of Leisure and Recreation. Dubuque, IA: WC. C. Brown: 1890.
54. Janke MC. Carpenter G. Payne LL. Stockard J. The role of life experiences on perceptions of leisure during adulthood: A longitudinal analysis. Leisure Sciences. 2010; 33 (1): 52-69.
55. Kane MJ. Female İnvolveıment İn Physical Recreation: Gender Role As Constraaint. Journal Of Physical Education, Recreation And Dance, 1990; 26 (3): 250-274.
56. Karaküçük S, Gürbüz B. Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme). 5.Basım. Ankara: Gazi Kitapevi; 2007.
57. Karaküçük S. Rekreasyon. 5. basım. Ankara: Gazi Kitabevi; 2005, s: 3.
58. Karlı Ü. Polat E. Yılmaz B. Koçak S. Serbest Zaman Tatmin Ölçeği' nin (SZTÖ-Uzun Versiyon) Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi. 2008; 19 (2): 80-91.
59. Kaya K. Tural Y. Öğretmenlerin Boş Zamanlarında Sosyal Ve Kültürel Etkinliklere Katılımları İle İlgili Tutumları. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi İdari Birimler Fakültesi Dergisi, 2005; 10 (2): 271-281.
60. Kaya S. Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi Ve Etkinliklerin Sosyalleşmesi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Doktora Tezi, 2003, Ankara (Danışman: Prof. Dr. S Karaküçük).
61. Kaya, AM. Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı değişkenle Açısından İncelenmesi. Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011, Sivas (Danışman: Yrd. Doç. Dr. T İnan).

62. Kelly JR. Leisure, Prentice Hall. Englewood Cliefs. New Jersey, 1990.
63. Kılbaşı Ş. Gençlik ve Boş Zaman Değerlendirme. 1.Basım. Adana: Anaca Yayınları; 2001.
64. Kılbaşı Ş. Rekreasyon. 4. Basım. Ankara: Gazi Kitabevi; 2010, s: 4.
65. Kırkpınar, M. Lise Son Sınıftaki Öğrencilerin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılım Biçimlerinin Araştırılması. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2004, Muğla (Danışman: Yrd. Doç. Dr. A Yakup).
66. Kim B. A conceptual framework for leisure and subjective well-being. International Journal of Tourism Sciences. 2010; 10(2): 85-11.
67. Kovacs A. The leisure personality: relationships between personality, leisure satisfaction, and life satisfaction, Indiana University School of Health, Indiana. ProQuest Dissertations and Theses. 2007, p: 29-42.
68. Köktaş SK. Rekreasyon, Boş Zaman Değerlendirme. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım; 2004; s: 15.
69. Kraus GR. Recreation Program Planning Today: Scott Foresman and Company, London: 1985, p;164
70. Kunz JL. Graham K. Life Course Changes İn Alcohol Consumption İn Leisure Activities Of Men And Women. Journal Of Drug Issues. 1996; 26: 805-827.
71. Kyle GT. Mowen, AJ. "An Examination of the Leisure Involvement-Agency Commitment Relationship". *Journal of Leisure Research*. 2005; 37(3): 342-363
72. Lakein A. Zaman Hayattır. Çeviren: Tezcan S. İstanbul: Rota Yayınları; 1997, s: 8.

73. Lapa TY. Ağyar E. Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Katılımlarına Göre Algılanan Özgürlük. Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi. 2012; 23(1): 24-33.
74. Lee YG. Bhargava V. Leisure Time: Do Married And Single Individuals Spend It Differently. Family And Consumer Sciences Research Journal. 2004; 32 (3): 254-274.
75. Lu L. Hu C. Personality, leisure experiences and happiness, Journal of Happiness Studies. 2005; 6: 325-342.
76. Mackenzie R. Zaman Tuzağı. Çeviren: Güneri Y. İstanbul: İlgı Yayınları; 1989, s: 14.
77. Mannell RC. Kleiber DA. A Social Psychology Of Leisure. State College. PA: Venture Publishing. 1997.
78. Mannell RC. Leisure Experince And Satisfaction. In Leisure Studies: Prospects For The Twenty-First Centruy. State ollege, PA: Venture. 1999: 235-252.
79. Mannell RC. Leisure Satisfaction. In E. L. Jackson & Burton. (Eds.), Understanding Leisure and Recreation: Mapping The Past, Charting The Future. State College. PA: Venture Publishing. 1989; p: 281-301
80. Meyer HD, Brightbill CK, Sessoms HD. Community Recreation. A Guide To Its Organization. Virginiaa; USA, 1970.
81. Minhat HS, Amin RM. Sociodemographic Determinants Of Leisure Participation Among Elderly İn Malaysia, Journal Of Community Health. 2012; 37(4), 840-847.
82. Moorhead G. Griffin RW. Organizational Behavior: Managing People And Organizations, (9. Edition) China: China Translation And Printing Services Limited. 2010.

83. Mull FR, Bayless GK. Recreational Sport Management. Human Kinetics, 1997.
84. Munson WW. Perceived freedom in leisure and career salience in adolescence. Journal of Leisure Research. 1993; 5(3): 305-314.
85. Neulinger J. The Psychology Of Leisure. 2th ed. Springfield IL: Charles C Thomas; 1981.
86. Ngai VT. Leisure satisfaction and quality of life in Macao, China, Leisure Studies. 2005; 24(2): 195-207.
87. Özbey S, Çelebi M. Rekreasyon. Spor Bilimlerine Giriş. Mirzeoğlu, N. (Ed.). Ankara: Bağırhan Yayınevi; 2003; s: 230.
88. Özdevecioğlu M. Yalçın Y. Spor Tatmininin Sporcuların Stres Ve Saldırganlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2010; 4(1): 63-76.
89. Özşaker M. Gençlerin Serbest Zaman Aktivitelerine Katılmama Nedenleri Üzerine Bir İnceleme, Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 2012; 14: 126-131.
90. Parker C. Mathews BP. Customer Satisfaction: Contrasting Academic and Consumers' Interpretations, Marketing Intelligence & Planning. 2001; 19(1), 38-44.
91. Passig D. Future-Time-Span as a cognitive skill in Future Studies. Futures Research Quarterly. 2005; 19(4), 27-47.
92. Pavlova MK, Silbereisen RK. Leisure Activities Choices Among Adolescents. International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences. 2015; 13(2): 829-836.
93. Pehlivanoğlu MT. Belgrad Ormanının Rekreasyon Potansiyeli ve Planlama Ülkelerinin Saptanması. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Doktora Tezi. 1986, İstanbul (Danışman: Prof. Dr. F Yaltrık).

94. Poulsen AA. Ziviani JM. Johnson H. Cuskelly M. Loneliness and life satisfaction of boys with developmental coordination disorder: The impact of leisure participation and perceived freedom in leisure. *Human Movement Science*. 2008; 27: 325-343.
95. Ragheb MG. Tate RL. A Behavioral Model of Leisure Participation, Based on Leisure Attitude, Motivation and Satisfaction. *Leisure Studies*. 1993; 12(1): 61-70.
96. Roberts G, Spink KS, Pemberton CL. *Learning Experiences İn Sports Psychology*. 2th ed. Champaign IL; Human Kinetics.1999.
97. Sabuncuoğlu Z, Paşa M. *Zaman Yönetimi*. 1.basım. Bursa: Ezgi Kitabevi; 2002, s: 1.
98. Sabuncuoğlu Z, Tüz M. *Örgütsel Psikoloji*. 4. basım. Bursa: Furkan Ofset; 2008, s: 270.
99. Sağcan M. *Rekreasyon ve Turizm*. İzmir: Cumhuriyet Basımevi; 1986.
- 100.Sakai M. *Tourism Futures And The Allocation Of Time To Work, Leisure Education And Recovery: An Experience Economy Approach*, İn (Ed: Weiermair K. Pechlaner H. Bieger T.) *Time Shift, Leisure And Tourism: Impacts Of Time Time Allocation On Successful Products And Services*. 2010; p: 109-118.
- 101.Schermerhorn JR. Hunt JG. Osborn RN. *Management*, New York: John Willey and Sons. 1994.
- 102.Scot, M. *Zaman Yönetimi*. İstanbul: Rota Yayın Yapım Tanıtım; 1995, s: 9.
103. Searle MS. Jackson EL. *Socio economic Variation İn Perceived Barriers To Recreation Participation Among Would Be Participants*. *Leisure Sciences*. 1985; 7: 227-249.

104. Sevil T. Terapatik Rekreasyonel Aktivitelere Katılımın Yaşlıların Algıladıkları Boş Zaman Tatmini, Yaşam Tatmini Ve Yaşam Kalitesine Etkisi. Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2015, Eskişehir (Danışman: Doç. Dr. K Şimşek).
105. Seyidoğlu H. Bilimsel Araştırma ve Yazma El Kitabı. İstanbul: Güzem Can Yayınları; 2009, s. 41
106. Smith HW. Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası. Çeviren: Çelbis A. 4. basım. İstanbul: Sistem Yayıncılık; 2002, s: 15.
107. Smith J. Zaman Yönetimi. (Çev: Ali Çimen). İstanbul: Timaş Yayınları; 1998.
108. Stebbins RA. The Idea Of Leisure, First Principles Çeviren: Demirel M. Ekinci NE. Üstün ÜD. Işık U. Gümüştül O. 1. Basım, Spor Yayınevi ve Kitabevi. Ankara; 2016.
109. Suto M. Leisure participation and well-being of immigrant women in Canada, Journal of Occupational Science. 2013; 20 (1), 48-61.
110. Tekin M. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Serbest Zamanlarını Değerlendirme Anlayış ve Alışkanlıkları. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2007; 111-119.
111. Tel M. Öğretim Üyelerinin Boş Zaman Etkinlikleri Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Doktora Tezi, 2007, Elazığ (Danışman: Yrd. Doç. Dr. B Köksalan).
112. Tezcan, N. Rekreasyon Etkinliklerin Çalışanların Performansları Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2007, Sakarya (Danışman: Yrd. Doç. Dr. T Ulusoy).
113. Tolukan E. Özel Yenetekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek

Unsurların Belirlenmesi. Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2010, Niğde (Danışman: Yrd. Doç. Dr. B Yılmaz)

- 114.Torkildsen G. Leisure And Recreation Management. London, UK: Spon Pres: 1999; p: 96.
- 115.Unger SL. Kernan JB. On the meaning of leisure: An investigation of some determinants of the subjective experience. Journal of Consumer Research. 1983; 9(4): 381-392.
- 116.Wu HC. Liu A. Wang CH. Taiwanese university students' perceived freedom and participation in leisure. Annals of Leisure Research. 2010; 13(4): 679-700.
- 117.Torkildsen G. Leisure And Recreation. 3th ed. E & FN SPON, London: 1992; p: 91.
- 118.Torkildsen G. Recreation and Leisure Management. 5th ed. London: Taylor and Francis Group; 2005, p: 49.
- 119.Trottier AN. Brown GT. Hobson SJG. Miller W. Reliability and validity of the Leisure Satisfaction Scale (LSS-short form) and the Adolescent Leisure Interest Profile (ALIP), Occupational Therapy International. 2002; 9(2): 131-144.
- 120.Tuğcu ÇT. Mesleki Ve Teknik Okullarda Teknik Öğretmenlerin Öğrenci Motivasyonu Üzerindeki Etkisi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. 2009, İstanbul (Danışman: Yrd. Doç. Dr. Ş Kaya).
121. Ural A. Kılıç İ. Bilimsel Araştırma Süreci ve Spss İle Veri Analizi. Ankara: Detay Yayıncılık; 2006, s: 45.
- 122.Uygurtaş M, Alışveriş Merkezlerinde Çalışan Gençlerin Serbest Zaman Kullanımları Üzerine Bir Çalışma. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011, Ankara (Danışman: Doç. Dr. N Bulgu).

- 123.Ünver O., vd. 12- 24 Yaş Gençlerin Sosyo- Ekonomik Sorunları,. M.E.G.S.B. Yayını, Gazi Üniversitesi B.Y. Matbaası. Ankara. 1986; s: 145.
124. Vong TN. Leisure satisfaction and quality of life in Macao, China. Leisure Studies. 2005; 24(2): 195-207.
- 125.Wang ES. Chen LS. Lin JY. Wang MC. The relationship between leisure satisfaction and life satisfaction of adolescents concerning online games. Adolescence. 2008; 43 (169): 177-184.
- 126.Warren K. Women's Outdoor Adventures. İn Miles, Adventure Educaiton. State College. 1990; p: 411-417.
- 127.Yılmaz B. Boş Zaman Ve Halk Kütüphanesi: Kavramsal Bir Yaklaşım. Türk Kütüphaneciliği, 1989; 3 (4): 200-206.

7. EKLER

7.1. Anket Formu

Değerli Katılımcılar;

Bu anket çalışması Yrd.Doç.Dr. Serap MUNGAN AY danışmanlığında Emrah SERDAR tarafından “**Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Serbest Zaman Etkinliklerinden Tatmin Olma ve Algılanan Özgürlük Düzeylerinin İncelenmesi**” konulu araştırma amacıyla gerçekleştirilmektedir.

İletişim: serdar-emrah@hotmail.com

1- Cinsiyetiniz: Erkek () Kadın ()

2- Yaşınız:

3- Hangi Bölümde ve kaçınıcı sınıfta okumaktasınız?

Üniversite.....

Bölüm:

Sınıf:

4- Aylık Geliriniz:.....

5- Sahip olduğunuz Serbest Zaman süresi haftalık (saat) olarak ne kadar?

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

6- Bir ay içinde serbest zamanlarınızda rekreasyon aktivitelerine ortalama katılım sıklığınız?

() 1 kez () 2 kez () 3 kez () 4 kez () 5 kez ve üstü

7- Katıldığımız rekreatif aktiviteler nelerdir? (Lütfen 3 aktiviteyi de işaretleyiniz)

Aktivite Türü

Katılım Biçimi

Sportif Aktiviteler

() Aktif () Pasif

Sosyal Aktiviteler

() Aktif () Pasif

Kültürel ve Sanatsal Aktiviteler

() Aktif () Pasif

8- Katıldığımız bu rekreatif aktiviteleri kimlerle yaparsınız?

Tek başıma ()

() Arkadaşlarla

Ailemle ()

() Organize olmuş bir grupla (Öğrenci Toplulukları, Üniversite Kulüpleri vs.)

9- Üniversitenizin sahip olduğu rekreasyonel alanların yeterliliği sizce nasıl?

() Kesinlikle Yeterli

() Yeterli

() Kısmen

() Yetersiz

() Kesinlikle Yetersiz

10- Toplumun genelini göz önünde bulundurursanız hane halkınızın sosyo-ekonomik düzeyi aşağıdakilerden hangisine uymaktadır?

() Alt

() Ortanın Altı

() Orta

() Ortanın Üstü

() Üst

7.1.1. SERBEST ZAMAN TEŞHİS BATARYASI- (Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük)

	Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. Çok sayıda eğlenceli rekreasyon aktivitesi biliyorum.	5	4	3	2	1
2. Rekreasyon aktivitelerini beraber yaptığım kişilerin becerilerini geliştirebilecek şeyler yapabilirim.	5	4	3	2	1
3. Yapmak istediğim tüm rekreasyon aktivitelerini yapabilecek kadar iyiyim.	5	4	3	2	1
4. Benim için yapabileceğim bir rekreasyon aktivitesini seçmek kolaydır.	5	4	3	2	1
5. Rekreasyon aktiviteleri sırasında diğer insanların beni daha çok beğeneceği şeyler yapabilirim.	5	4	3	2	1
6. Bir rekreasyon aktivitesini istediğim kadar eğlenceli hale getirebilirim.	5	4	3	2	1
7. Bir aktivite sırasında diğer insanların daha fazla eğlenmesini sağlayacak şeyler yapabilirim.	5	4	3	2	1
8. Diğer insanlarla birlikte yaptığım aktivitelerde iyiyim.	5	4	3	2	1
9. Hemen hemen yaptığım tüm rekreasyon aktivitelerinde iyiyim.	5	4	3	2	1
10. Yaptığım rekreasyon aktivitelerinde yaratıcı olabilirim.	5	4	3	2	1
11. Rekreasyon aktivitelerini herkes için eğlenceli hale getirebilirim.	5	4	3	2	1
12. Rekreasyon aktivitelerim sırasında, sıklıkla her şeyin iyi gittiği anlar olur ve çok heyecanlanırım.	5	4	3	2	1
13. Hemen hemen her aktiviteyi kendim için eğlenceli hale getirebilirim.	5	4	3	2	1
14. Yeni arkadaşlar edinmeme yardımcı olan rekreasyon aktivitelerine katılırım.	5	4	3	2	1
15. Rekreasyon aktivitelerini yaparken iyi şeylerin olmasını sağlarım.	5	4	3	2	1
16. İnsanların benimle aktivite yapmaktan hoşlanacağı şeyler yapabilirim.	5	4	3	2	1
17. Rekreasyon aktivitelerini yaparken genelde eğlenirim.	5	4	3	2	1

7.1.2. SERBEST ZAMAN TATMİN ÖLÇEĞİ

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

	Benim İçin Hemen Hemen Hiç Geçerli Değil	Benim İçin Nadiren Geçerli	Benim İçin Bazen Geçerli	Benim İçin Sıklıkla Geçerli	Benim İçin Hemen Hemen Her Zaman Geçerli
23. Serbest zaman aktivitelerimde eğlenceli insanlarla bir araya gelirim.	1	2	3	4	5
24. Serbest zamanlarımda, çokça serbest zaman aktiviteleri yapmaktan hoşlanan insanlarla bir araya gelirim	1	2	3	4	5
25. Serbest zaman aktivitelerimi birlikte yaptığım insanlara karşı güçlü bağlılık hissi duyarım.	1	2	3	4	5
26. Serbest zaman aktivitelerim rahatlamama yardımcı oluyor.	1	2	3	4	5
27. Serbest zaman aktivitelerim stresten kurtulmama yardımcı oluyor.	1	2	3	4	5
28. Serbest zaman aktivitelerim kendimi duygusal olarak iyi hissetmeme yardımcı olur	1	2	3	4	5
29.Serbest zaman aktivitelerine katılıyorum çünkü hoşlanıyorum.	1	2	3	4	5
30. Serbest zaman aktivitelerim beni fiziksel olarak zorluyor.	1	2	3	4	5
31. Fiziksel sağlığımı (uygunluğumu) arttıran serbest zaman aktiviteleri yaparım.	1	2	3	4	5
32. Beni fiziksel olarak yenileyen (tazeleyen) serbest zaman aktivitelerini yaparım.	1	2	3	4	5
33. Serbest zaman aktivitelerim sağlıklı kalmama yardımcı olur.	1	2	3	4	5
34. Serbest zaman aktiviteleri kilomu kontrol etmemde bana yardımcı olur.	1	2	3	4	5
35. Serbest zaman aktivitelerim enerji düzeyimi korumamda bana yardımcı olur.	1	2	3	4	5
36. Serbest zaman aktivitelerimi yaptığım alanlar/yerler ilgi çekicidir.	1	2	3	4	5
37. Serbest zaman aktivitelerimi yaptığım alanlar/yerler güzel yerlerdir	1	2	3	4	5
38. Serbest zaman aktivitelerimi yaptığım alanlar/yerler iyi dizayn edilmiştir.	1	2	3	4	5
39. Serbest zaman aktivitelerimi yaptığım alanlar/yerler benim hoşuma giden (beni hoşnut eden) yerlerdir.	1	2	3	4	5

7.2. Anket Kullanım İzin Formu



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlüğü

08.12.2015


İlgili makama,

Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetim Bilimleri Anabilim dalında yüksek lisans yapan Emrah SERDAR adlı öğrencinin tarafımızdan Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılmış olan "Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük" adlı ölçeğin "Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Serbest Zaman Etkinliklerinden Tatmin Olma ve Algılanan Özgürlük Düzeylerinin İncelenmesi" adlı yüksek lisans tezinde kullanılmasında bir sıkıntı yoktur.

Yrd.Doç.Dr. Fennur Yerlİsu LAPA

Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetimi bilim dalında yüksek lisans eğitimi almakta olan Emrah SERDAR'ın Türkçe'ye uyarlama çalışmasını yaptığımız Serbest Zaman Tatmin Ölçeği'ni "Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Serbest Zaman Aktivitelerinden Tatmin Olma ve Algılanan Özgürlük Düzeylerinin İncelenmesi" isimli tez çalışmasında kullanmasında hiçbir sakınca yoktur.

08.12.2015



Yrd.Doç.Dr. Ünal KARLI



7.3. Etik Kurul Onayı





T.C.
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Etik Kurulu

PROJENİN ADI: Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Serbest Zaman Etkinliklerinde Tatmin Olma ve Algılanan Özgürlük Düzeylerinin İncelenmesi
PROJE YÜRÜTÜCÜSÜ: Yrd.Doç.Dr. Serap MUNGAN AY
PROJEDEKİ ARAŞTIRICILAR: Emrah SERDAR
ONAY TARİHİ VE ONAY SAYISI: 14.12.2015-12

Sayın Yrd.Doç.Dr. Serap MUNGAN AY

153 protokol nolu “Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Serbest Zaman Etkinliklerinde Tatmin Olma ve Algılanan Özgürlük Düzeylerinin İncelenmesi” isimli projeniz Enstitümüz Etik Kurulu tarafından incelenmiş ve etik yönden uygunluğuna karar verilmiştir.

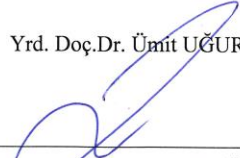

Prof. Dr. Göksel ŞENER
Komisyon Başkanı


Yrd.Doç.Dr. Pinar MEGA TİBER


Prof. Dr. Hülya AŞÇI


Prof. Dr. Dilşad SAVE

Doç. Dr. Tolga GÜVEN


Yrd. Doç.Dr. Ümit UĞURLU


Prof. Dr. Serap AKYÜZ


Prof. Dr. S. Ufuk YURDALAN


Doç. Dr. Neşise BAHÇECİK


Doç. Dr. Hakkı ARIKAN


Yrd. Doç. Dr. Betül OKUYAN



Marmara Üniversitesi Göztepe
Kampüsü Sağlık Bilimleri
Enstitüsü 34688 Kadıköy /
İSTANBUL

0 (216) 414 44 23/12 (Faks)
0 (216) 414 44 23

saglik.ogrenci@marmara.edu.tr
<http://saglik.marmara.edu.tr>

Ayrıntılı bilgi için:
M.R.ALKAN

8. ÖZGEÇMİŞ

Adı	Emrah	Soyadı	Serdar
Doğum Yeri	Trabzon	Doğum Tarihi	14 / 01 / 1991
Uyruğu	T.C.	Tel	+90 (533) 386 31 62
E-mail	serdar-emrah@hotmail.com		

Eğitim Düzeyi	Mezun Olduğu Kurumun Adı	Mezuniyet Yılı
Yüksek Lisans	Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü	2016
Lisans	Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu	2014

İş Deneyimi	Çalıştığı Kurum	Süre
Araştırma Görevlisi	İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi	2016 – halen

Yabancı Dili	Okuduğunu Anlama	Konuşma	Yazma
İngilizce (YDS 55,00)	İyi	İyi	Orta

ALES	Sayısal	Eşit Ağırlık	Sözel
Puanı	59,18773	60,62834	75,70466

Bilgisayar Bilgisi	Kullanma Becerisi
Microsoft Word	Çok İyi
Microsoft Excel	Çok İyi
Microsoft Powerpoint	Çok İyi