

**T.C.**  
**BARTIN ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULLARINDA ÖĞRENİM  
GÖREN ÖĞRENCİLERİN BOŞ ZAMAN ENGELLERİNİN BOŞ  
ZAMAN MOTİVASYONLARINA ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI  
(BARTIN ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN  
Hasan GÜLER

DANIŞMAN  
Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN

BARTIN-2017

**T.C.**  
**BARTIN ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULLARINDA ÖĞRENİM  
GÖREN ÖĞRENCİLERİN BOŞ ZAMAN ENGELLERİNİN BOŞ  
ZAMAN MOTİVASYONLARINA ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI  
(BARTIN ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**HAZIRLAYAN**

**Hasan GÜLER**

**DANIŞMAN**


**Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN**

**BARTIN-2017**

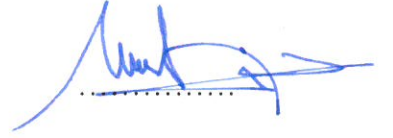
## KABUL VE ONAY

Hasan Güler tarafından hazırlanan “**Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Boş Zaman Engellerinin Boş Zaman Motivasyonlarına Etkisinin Araştırılması (Bartın Üniversitesi Örneği)**” başlıklı bu çalışma, **13/ 09/ 2017** tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda **oy birliği** ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

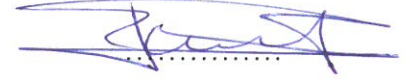
Başkan : Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN (Danışman)



Üye : Yrd. Doç. Dr. Murat KUL



Üye : Yrd. Doç. Dr. Ersan TOLUKAN



Bu tezin kabulü Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulunun .../.../... tarih ve .... sayılı kararıyla onaylanmıştır.



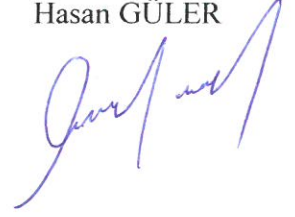
Prof. Dr. Nuriye SEMERCİ  
(Enstitü Müdürü)

## BEYANNAME

Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü tez yazım kılavuzuna göre, Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN danışmanlığında hazırlamış olduğum “**Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Boş Zaman Engellerinin Boş Zaman Motivasyonlarına Etkisinin Araştırılması Bartın Üniversitesi Örneği**” adlı Yüksek lisans tezimin bilimsel etik değerlere ve kurallara uygun, özgün bir çalışma olduğunu, aksinin tespit edilmesi halinde her türlü yasal yaptırımını kabul edeceğimi beyan ederim.

13.09.2017

Hasan GÜLER



## ÖNSÖZ

Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören üniversite öğrencilerinin boş zaman engellerinin boş zaman motivasyonlarının belirlenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada danışmanım Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN'e, her konuda ve her aşamada destek olarak yardımını esirgemediği için çok teşekkür ederim.

Tez sürecinde büyük katkısı olan Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Öğretim Üyesi Yrd. Doç. Dr. Ersan TOLUKAN'a, Bartın Üniversitesi Öğretim Görevlisi Ferhat GÜDER'e, tez çalışmam sürecinde bana verdikleri destekten dolayı çok teşekkür ederim.

Son olarak tüm eğitim ve öğrenim hayatım boyunca maddi, manevi desteklerini esirgemeyen değerli aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Hasan GÜLER

## ÖZET

### Yüksek Lisans Tezi

# Bedensel Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Boş Zaman Engellerinin Boş Zaman Motivasyonlarına Etkisinin Araştırılması Bartın Üniversitesi Örneği

Hasan GÜLER

Bartın Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Bedensel Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı

Bedensel Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN

Bartın-2017, Sayfa: XI + 78

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin boş zaman engelleri ve motivasyon düzeylerinin tespit edilmesi, demografik değişkenler açısından karşılaştırılması ve aralarındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. İlişkisel tarama modelindeki araştırmada, Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen ve Gürbüz vd. (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan Boş Zaman Engelleri Ölçeği ve Pelletier vd. (1991) tarafından geliştirilen Mutlu (2008) tarafından Türkçeye uyarlanan Boş Zaman Motivasyon Ölçeği, 317 gönüllü katılımcıya uygulanmıştır. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde istatistiksel yöntem olarak frekans dağılımları ikili gruplar için T-testi çoklu gruplar için anova analizleri ve ilişkiyi belirlemek için pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar incelendiğinde katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algıları ortalamasının üzerinde olduğu tesis eksikliği ile yeterli zaman bulma boyutlarından kaynaklandığı belirlenmiştir. Boş zaman motivasyon düzeylerinde yüksek özdeşim-içe atım ve bilmek başarmak boyutlarının daha belirgin olduğu tespit edilmiştir. Boş zaman engelleri ile boş zaman motivasyon düzeyleri arasında ilişki saptanamamıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular demografik değişkenler açısından değerlendirildiğinde her iki ölçek arasında cinsiyet ve yaş değişkenleri arasında anlamlı derecede farklılıklar belirlenmiştir.

**Anahtar Sözcükler:** Boş zaman engelleri, Boş zaman motivasyonu, Rekreasyon

## **ABSTRACT**

**Master's Thesis**

**Investigation of the Effects of Leisure Time Constraints of the University Students in  
Physical Education and Sport Scholls on their Leisure Time Motivation:  
Bartın University Sample**

**Hasan GÜLER**

**Bartın University**

**Institute of Educational Sciences Department of Physical Education and Sports  
Teaching**

**Department of Science Physical Education and Sports Teaching**

**Thesis Advisor: Assoc. Prof. Dr. Mutlu TÜRKMEN**

**Bartın-2017, Pp: XI + 78**

In this study, it was aimed to determine the levels of leisure time and motivation of university students, to compare them in terms of demographic variables and to determine the relations between them. In the research of the relational screening model, the Leisure Time Constraint Scale developed by Alexandris and Carroll (1997), which was adapted to Turkish by Gürbüz et al. (2012) and the Leisure Time Motivation Scaled developed by Pelletier et al. (1991), which was adapted to Turkish by Mutlu (2008) was applied to 317 voluntary participants. When the results obtained from the survey were examined, it was determined that the participants were based on the lack of facilities and adequate time finding that the perceptions of leisure time were over the average. At leisure motivation levels, it was found that the dimensions of achieving high self-perception and self-awareness are more pronounced. There was no relationship between leisure time and leisure motivation levels. When the findings obtained from the study were evaluated in terms of demographic variables, significant differences were found between gender and age variables between the two scales.

**Keywords:** Leisure constraints, Leisure motivation, Recreation.

## İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY .....	II
BEYANNAME.....	III
ÖNSÖZ.....	IV
ÖZET .....	V
ABSTRACT .....	VI
İÇİNDEKİLER.....	VII
TABLolar LİSTESİ .....	IX
BÖLÜM I: GİRİŞ.....	1
BÖLÜM II: KURAMSAL ÇERÇEVE .....	5
2.1. Zaman Kavramı .....	5
2.1.1 Zamanın kullanımı .....	7
2.1.2 Zamanın yönetimi .....	8
2.2. Boş Zaman Kavramı .....	9
2.2.1 Boş zamanın temel fonksiyonları.....	10
2.3. Rekreasyon Kavramı.....	11
2.3.1. Rekreasyon sınıflandırılması.....	12
2.3.2. Rekreasyonun özellikleri.....	13
2.3.3. Rekreasyon ihtiyacı.....	15
2.3.4 Rekreasyona duyulan ihtiyaçların nedenleri .....	15
2.4. Boş Zaman Değerlendirme Eğilimini Etkileyen Faktörler .....	17
2.5. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımı Etkileyen Faktörler .....	17
2.5.1. Mevsimlik engeller.....	18
2.5.2. Finansal kaynaklar ve rekreasyon alanlarını ulaşılabilir olması .....	18
2.5.3. Cinsiyet ve sosyal sınırlamalar: .....	19
2.5.4. Kaynaklar ve moda .....	19
2.6. Üniversite Öğrencileri ve Boş Zaman .....	19
2.7. Rekreasyona Katılımın Önündeki Engeller .....	21
2.8. Motivasyon Kavramı .....	23
2.8.1. Motivasyonun anlam ve önemi .....	24
2.8.2. Rekreasyonel egzersize katılım ve motivasyon .....	24
BÖLÜM III: YÖNTEM .....	27
3.1. Araştırmanın Türü.....	27



3.2. Evren ve Örneklem .....	27
3.3. Veri Toplama Araçları .....	29
3.4. İşlem ve Veri Analizi .....	31
BÖLÜM IV: BULGULAR VE YORUM .....	32
BÖLÜM V: SONUÇ VE TARTIŞMA ve ÖNERİLER .....	58
5.1. Sonuç ve Tartışma .....	58
5.2. Öneriler .....	66
KAYNAKÇA .....	68
EKLER .....	74
Ek-1: Anket Formu .....	75
ÖZGEÇMİŞ .....	78

## TABLolar LİSTESİ

<b>Tablo No</b>	<b>Sayfa No</b>
1. Örneklem grubunun demografik özelliklerine ait frekans ve yüzde dağılımları.....	27
2. Ölçeklerden elde edilen puanların güvenilirliğine ilişkin sonuçlar .....	30
3. Boş zaman engelleri ölçeği ve alt faktörlerine ait betimsel istatistikler .....	32
4. Boş zaman motivasyon ölçeği ve alt faktörlerine ait betimsel istatistikler .....	33
5. Üniversite öğrencilerinin boş zaman engelleri ile boş zaman motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkiye ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi sonuçları .....	34
6. Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının yaş düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları .....	37
7. Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının yaş düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları .....	39
8. Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi sonuçları .....	41
9. Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının cinsiyet düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi sonuçları .....	43
10. Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının sınıf düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları .....	44
11. Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının sınıf düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları .....	46
12. Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının bölümlerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları .....	48

13. Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının bölüm düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları .....	50
14. Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının aktif spor yapma durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi sonuçları .....	52
15. Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının aktif spor yapma durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi sonuçları .....	53
16. Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının haftalık boş zamanlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları .....	55
17. Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının haftalık boş zaman düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları .....	56

# BÖLÜM I

## GİRİŞ

Sanayi devriminin gerçekleşmesi ile beraber, özellikle teknoloji alanındaki gelişmeler, ev içi aletlerin makineleşmesi, ulaşımdaki rahatlık ve çalışma saatlerinin azalması gibi birçok etken, insanların daha çok boş zamana sahip olmasına olanak sağlamıştır. Bununla birlikte bu gelişmeler boş zamana olan alakanın artmasına, boş zaman aktivitelerinin çeşitlenmesine ve bu aktivitelere ayrılan zamanın da artmasına sebep olmuştur. Yaşamların farklılaştığı ve yeni boyutlar kazandığı güncel hayatta bu değişimin doğal sonucu olarak da yeni problemler ortaya çıkmaktadır. Bu problemlerin biri de boş zamanların çoğalması ve boş zamanların nasıl kullanılacağıdır (Fişek, 1998).

Bilim ve teknolojideki ilerlemeler (otomobil, uçak gibi ulaşım araçların icadı ve geliştirilmesi) insanların boş zaman kullanımını olumlu yönde etkilemiş ve bununla birlikte uzun mesafelerdeki spor tesislerine, sahillere, kamp alanlarına ve tatil yörelerine ulaşımı daha rahat hale getirmiştir. Bunun yanı sıra, tarımda makineleşmenin gelişmesi, ev içinde kullanılan aletlerin makineleşmesi ve çalışma sürelerinin azalması gibi birçok gelişme, insanların daha çok boş zamana sahip olmasına olanak sağlamıştır (Tezcan 1994).

Yukarıda da belirtildiği gibi sanayileşme ve teknoloji, insanların yaşam standartlarının daha yüksek ve daha uzun olmasında önemli derecede etkilemiştir. Sanayileşme sürecinin sonucunda var olan boş zamanın daha da artması, içinde bulunduğumuz zaman diliminde toplumundaki bireylerin elde ettikleri bu boş zamanı aktif ve verimli bir şekilde kullanmayı da zorunlu hale getirmiştir. Dünya nüfusunun büyük çoğunluğunun kentlerde yaşadığı (% 69,2) varsayıldığında, böyle bir ortamda yaşamını sürdüren bireylerin iş ve gündelik yaşamın yarattığı bir takım streslerle ya da yaşamın giderek standartlaşması ve durağan bir hale dönüşmesiyle birlikte, meydana gelen durumda kabul edilen ve yaşamı riske atan birtakım fizyolojik ve psikolojik sorunlarla üstesinden gelinmesi gerekmektedir (Wirth L. 2002).

Rekreasyon, bireysel ve ya toplumsal grupların boş zamanlarında gönüllük temeline dayanarak uyguladıkları dinlendirici ve eğlendirici aktiviteler anlamında gelmektedir

(Karaküçük, 2005). Bireylerin sosyal, psikolojik ve kültürel yönden gelişmesinde etkili olan boş zaman aktiviteleri insan ırkının, topluma sosyal ve iktisadi bakımdan daha fazla katkıda bulunmasına fayda sağlayacaktır. Boş zamanları önemli hale getiren diğer bir yönü ise bireylerde çeşitli doyumlara sebep olmasıdır. Farklı bir yönüyle boş zaman faaliyetleri, bireylerin sosyalleşmesi toplumla uyumlu hale gelmesi gibi açılardan da etkili olabilmektedir (Özkalp, 1997).

Çeşitli alanlarda yapılan birçok çalışmada rekreatif aktivitelerin kentleşme sürecinde ve bireysel, toplumsal sağlığa önemli derece olumlu etkiler sağladığı görülmüştür. Rekreatif faaliyetlere katılımın bu olumlu katkıları olmasına rağmen bireylerin farklı sebepler nedeniyle kendileri için oldukça önem arz eden bu tür faaliyetlere katılmadıkları ya da çeşitli engeller sebebiyle katılmadıkları tespit edilmiştir. “Engel” kavramı boş zaman literatüründe “bireyin boş zamanlarında rekreatif faaliyetlere katılımını engelleyen veya kısıtlayan ve birey tarafından giderilen sebepleri ifade etmektedir (Karaküçük, 2005).

İnsanlar ve boş zaman faaliyetlerini değerlendirecek mekân arasında bir bağ vardır. Bu nedenle konut küçüklüğü ve doğadan uzak kalma gibi sebepler boş zaman faaliyetlerine katılımın önündeki bazı engelleri doğuracağı gibi bunun birlikte, kent yaşamının hızlı temposu ve kalabalık, teknoloji gibi nedenler de rekreatif faaliyetlere katılımdaki engelleri ortaya çıkabilecek sebeplerden sadece birkaçıdır. Bu tür engeller insanların fazla enerjilerini kullanıp rahatlamalarına ve farklı yeteneklerini ortaya çıkarmalarına vesile olmaktadır. Böyle bir ortamda, insan kendisini devamlı bir baskı ve stres altında hissetmekte, özellikle genç nüfusta; daha fazla enerji sarf etme, yenilik ve değişim ihtiyacı, farklı sıkıntı ve problemlere yol açmaktadır (Karaküçük, 2005).

Bu sıkıntı, problem veya engelleri aşmak adına kişiden kişiye farklılık gösterse de bireylerin rekreatif etkinliklere başvurmaları sorunları çözmelerinde etkili olabilmektedir. Bireylerin ilgi alanlarına, kabiliyetlerine, yaşlarına, cinsiyetlerine, sosyo-kültürel durumlarına, yaşadıkları bölgenin olanaklarına, iklimine, coğrafi koşullarına sahip olunan materyallere ve tesislere göre gönüllü olarak seçmiş oldukları bir veya birkaç etkinlikle boş zamanlarını arzu ettikleri yönde değerlendirilmeleri hedeflenmiştir (Çetinbaş, 2010).

Her ne kadar boş zaman etkinliklerine katılım hedeflerinin, beklentilerinin, doyum noktalarının ve aktivite seçimlerinin kişisel tercihlerine göre farklı olduğu kabul edilse de, bireylerin rekreatif etkinliklere katılımında teşvik eden motivasyonel etkenlerin neler olduğunu hakkında bilgilenmesi çok önemlidir. Bireylerin iş hayatı dışında ki boş

zamanlarında daha farklı faaliyetleri etkili bir biçimde kullanmalarına olanak sağlayacaktır. Motivatörlerin katkısı ile rekreatif etkinliklere katılımın gerçekleşmesi bireylerin yaşam kalitelerinin veya yaşam doyumlarının artmasında önemli bir unsur olacaktır (Soyer vd., 2017).

Yaşam doyumunu, bir insanın hayattan beklentileriyle (ne istediği), elde ki imkanların karşılaştırılmasıyla (neye sahip olduğu) oluşan durum ya da sonuçtur (Çevik ve korkmaz, 2014). Yaşam doyumunu, insanın mutluluğu ile ilgili kavramlardan öznel iyi oluşun bilişsel yönünü temsil etmektedir. Öznel iyi oluş, kişinin yaşamını bilişsel ve duygusal olarak değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır. Bu değerlendirme, olaylara verilen duygusal tepkileri ve doyumun bilişsel değerlendirmesini içermektedir (Diener, 1984). Bireylerin mutlu olmak, tatmin olmak, doyuma ulaşmak için uyguladıkları rekreatif faaliyetler bireylerin yaşantılarının her safhasında önem arz etmektedir (Soyer vd., 2017). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ile ilişkili değişkenlerin ortaya konması, bu grubun toplumun yükseköğrenim gören, profesyonel işlerde çalışacak kişileri oluşturması açısından önem taşımaktadır (Dost, 2007). Üniversite öğrenciliği safhası da bunlardan birisidir. Üniversite öğrenciliği safhası kimlik bulma, içinde bulunulan toplumun ulusal ve evrensel değerlerini benimseme, uyum sağlama, yetişkin olma yolunda iktisadi, sosyal ve akademik alanlarda çeşitli sorumluluklar alma ve olgunluğa erişme gibi süreçlerin yaşandığı çetin safhalardan biri olarak ifade edilebilir. Bu çetin süreçte üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlıkları ve yaşamdan aldıkları doyumunu etki eden farklı değişkenlere yönelik araştırmalar günden güne önem arz etmektedir. Bu araştırmalar öğrencilerinin mental, biyolojik, sosyolojik ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik olması, yaşamdan elde ettikleri doyumunu arttırmaya yönelik olması oldukça önemlidir (Tel ve Sarı, 2016). Bu safhada üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarıyla alakalı olabilecek kavramlardan birisinin de rekreasyon kavramı olduğu düşünülmektedir (Emir, 2012; Lapa vd.). Bireylerin ve toplumların sosyal yaşamlarında önemli bir yer teşkil eden rekreatif etkinliklerin organize edilmesinde üniversitelerin daha etkili bir rol üstlendiği görülmektedir (Mete ve Ağaoğlu, 2003). Üniversite gençlerinin boş zamanlarını değerlendirmeleri ve rekreatif faaliyetlere katılımları, üniversite eğitimleri esnasında okulların kendilerine sunduğu imkanlar çerçevesinde yarı örgütlü bir şekilde gerçekleşmekte; bu çerçevede üniversiteler öğrencilerinin resmî eğitimleri dışında kalan zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirmeleri için de yönlendirici rol oynamaktadırlar. Üniversitelerin hazırladıkları rekreasyon programları ve buna ilişkin altyapı imkanları

gençler arasındaki iletişimi artırırken diğer katılım sebeplerini de hakkında öngörü sahibi olabilmektedirler. Türkiye'deki üniversitelerde öğrenim gören gençlerin boş zaman faaliyetlerine katılımlarının; son yıllarda üniversite yerleşkelerinin gelişmesi ve yönetimlerin bu konudaki özverileri ile, gün geçtikçe hızla arttığı gözlemlenmiş fakat birçok üniversitemizde bu tür faaliyetlerde yeterli olmadığı görülmektedir (Balcı, 2003).

Bu çalışmanın amacı; Beden Eğitimi ve Spor bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engellerinin boş zaman motivasyonlarına etkisinin incelenmesidir.

## BÖLÜM II

### KURAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. Zaman Kavramı

Zaman, tanımlanması en zor noşyonlardan biridir. Buna rağmen hepimizin zihninde zaman tanımı hakkında çok net olmamakla beraber farklı düşünceler vardır (Bal, 2006). İçinde bulunduğumuz zaman dilimi içerisinde özellikle çağdaş insanların fazlasıyla üzerinde durdukları zaman kavramı ile ilgili farklı tanımlar yapılmaktadır. Zaman insanlar için büyük önem arz etmektedir ve kullanılma şekillerine göre insanlara önemli faydalar sağlayabilir. Çağdaş toplumlarda zaman kullanımını, eğitimle paralel bir biçimde şuurlu ve faydalı şekilde yapılmaktadır (Çerez, Yılmaz ve Dinçer, 2006).

Zaman insanoğlunun varoluşundan bu yana büyük önem arz etmiştir. İnsanın gelişim sürecinde ve bütün alanda başarısında zaman anlayışının payı oldukça etkili olmuştur. Zaman kavramı, bireyler kadar toplumlar için de böyle etkili olmuştur. Çalışma hayatını, sosyal münasebetlerini, sefahat ve istirahat alışkanlıklarını bu anlayış içerisinde tertipleyen toplumlar, diğerlerine kıyasla daha fazla gelişmişlerdir (Kaya, 2011).

Zaman kavramı; “Çoğu yazarın müdafaa ettiği gibi zaman, insanın duyu organları ile idrak edemediği, öznel bir kavram olmayıp, tam tersine tabiatta var olan, duyu organlarımızca idrak edilebilen ve kontrol edilebilen bir kavramdır. Zaman, evrende ki bütün cisimlerin devinimleri sırasında, birbirlerine göre pozisyon değişikliğinin olması için geçen süre olarak tarif edilebilir. Umumi bir şekilde insanlar zamanı, kendilerine tesir eden güneş sistemindeki gök cisimlerinin hareketlerine göre idrak eder” (Gürbüz ve Aydın, 2012).

Zaman kavramının yegâne bir tanımının olmaması ya da birden fazla tanımlarının olmasındaki temel sebeplerden birisi de; kavramının içerik olarak birçok özelliği taşıyor olmasından kaynaklanmaktadır (Üstün, 2013). Bazı araştırmacılara göre ise zamanın tanımını yapabilmek için zaman kavramı farklı bölümlere ayrılmalıdır. Bunlar:

- Var olma zamanı,
- Zorunlu olarak yapılan işler için harcanan zaman
- Boş zaman (Karaküçük, 2005).



Zamanın yukarıda verilen şekilde sınıflandırılması toplumdaki bireylerin zamanlarını nasıl kullandıklarının farklı olmasına katkıda bulunur. Zamanın farkında olmak zamanın verimli ve etkili kullanılması zorunluluğunu ortaya koyar (Gürbüz, 2006). Zaman, hayattır ve zamanı boşa geçirmek, hayatı boşa geçirmek demektir. (Üstün, 2013). Başka bir ifadeyle “zamanı kontrol altına alamamak, hayatı kontrol edememektir” (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2001). Birçok araştırmacının evrensel olarak onayladığı serbest zaman kavramlarında, çalışma zamanının dışında ve hür bir şekilde geçirilen zaman hakkında dikkatle durulmuştur (Sabancı, 2016).

Yabancı literatürde “leisure” olarak anılan boş zamanı leisure kelimesinin etimolojisini araştırarak ifade etmeye çalışmakta fayda vardır. Leisure latince “özgür olmak (to be free)” anlamına gelen “Licere” kelimesinden gelmektedir. Fransızcaya da “serbest zaman (free time)” ve İngilizce kelimeler olan “license (toplumun yükümlülüklerinden muafiyet)” ve “liberty (hürriyet, özgürlük)” anlamına gelen “loisir” olarak girmiştir. İşte çalışmak birey için her zaman bir ödül değildir ve bireyin kendi yeteneğinin farkına varmasına olanak sağlamaz. Buna karşın boş zaman bireye hür olma ve kontrol hissi verir ve bireyin bu boşluğu doldurmasına fayda sağlar (Sabancı, 2016).

Günümüzde gelişmemiş ya da gelişime açık olan ülke insanların, kazanmayı ve başarıya ulaşmayı, az çalışma ile birlikte, talih ve sihir gibi etkenlere bağladıkları görülür. Gelişmiş ülke insanı ise, hedefe ulaşmanın ve başarının insanın kişisel çabalarının ve emeğin karşılığı olduğunu düşünür. Bundan dolayı varlığının gereği olarak hak ettiklerini düzenlemek, işlerini, sosyal yaşantılarını, eğlenmesini ve istirahat sürelerini belirli bir düzene sokmak için zamana ihtiyaç duyar. Gelişmemiş ülke insanında bu çabalar yerine iş yapmak için değil, yapmamak için, orda burada, kıraathaneler ve buna benzer yerlerde nefes alıp vermenin tadını çıkarmak için zamana ihtiyacı duyulur (Ağduman, 2014 ).

Zaman ile ilgili insanların karşılaştıkları problemler, zamanın ne şekilde kullanılacağına önem taşımaktadır (Kaba, 2009). Zaman kullanımı gelişen teknoloji ve iş hayatının getirdiği sorumluluklar günümüzde evlere kadar taşınması, insanların kendilerini yenilemek için yaptıkları rekreasyon faaliyetlerinin çeşitlenmesi ilişkili olarak önem kazanmıştır (Demirtaş ve Özer, 2007; Kaba, 2009). Bu yüzden zaman nasıl etkili ve verimli bir şekilde kullanılması gerektiği hakkında günümüzde birçok araştırmaya yapılmaktadır.

### 2.1.1. Zamanın kullanımı

Gelişmiş ülkelerin zaman kullanımı konusunda bilinçlenmiş ülkeler olduğunu ortaya koymak fazlasıyla mümkündür. Bu durum, gelişmiş ve gelişmemiş ülkeler arasındaki farkın ortaya konmasında oldukça etkili bir hale gelmektedir. Zamanın iyi kullanılabilmesi, insanın kendisine, iş yaşamına sosyal yaşamına, istirahat ve eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına ayırdığı vakit arasında ki uyumu iyi kurabilmesine bağlıdır (Köktaş, 2010).

Zamanı etkili ve verimli kullanabilme öncelikle bir eğitimin konusudur. Bundan dolayı da okulların ve ailenin üzerinde olan bir yükümlülüktür. Zamanın yanlış ve verimsiz kullanımından meydana gelen hastalıklar, bireyi ve tüm toplumu etkilemektedir. Bu ise; bedeni hastalıklardan bile daha tehlikeli hale gelebilmektedir. Zamanı iyi kullanabilmek, insanın kendisine, iş hayatına, sosyal hayatına, istirahat ve eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarının giderilmesine ayırdığı zaman dilimi arasında ki uyumu iyi kurabilmesinin bir şartıdır.

Zamanı iyi kullanmak için, öncelikle kişinin kendisini iyi tanıması gereklidir. Başka bir deyişle, ne yapacağını, hedeflerinin, amaçlarının neler olduğunu bu açmaların hayata ve işe yönelik boyutlarının neler olabileceğini iyi algılamalıdır. Neyi yapıp yapmayacağını sınırlarını iyi çizmelidir.

Kısaca, insan zamanı iyi planlamak ve kullanmak zorundadır. Çünkü;

a) Zaman tasarruf edilemeyen

b) Ödünç alınamayan, kiralanamayan,

c) Satın alınamayan, çoğaltılamayan

d) Para gibi toplanamayan, hammadde gibi stoklanamayan,

e) Sadece kullanılan ve kaybedilen: diğer taraftan zaman, mal elde etmek, ilim tahsil etmek ve sağlık elde etmek için bir hammadde özelliği taşımaktadır (Kaya, 2011).

Zaman kavramı ile ilgili ifade edilmiş bu sözler zamanın bireyler için ne kadar önemli olduğunu göz önüne sermektedir (Akyüz, 2015). Bundan dolayı, bireylerin zamanı nasıl etkili ve verimli biçimde kullanması gerektiği hakkında bilinçlenmeli ve iş hayatı dışındaki yaşamında zamanı yönetme hususunda programlı ve istikrarlı bir biçimde hayatına yön vermesi kaçınılmaz hale gelmektedir.

### 2.1.2. Zamanın yönetimi

İnsanlar için izafi algılanan zaman kavramının yönetimi için de çok farklı tanımlar yapılabilmektedir. Herkes konuyu kendisi için ifade ettiği değerlere göre yorumlamaya meyillidir. Zaman yönetiminde asıl olan, zaman kavramının açıklanmaya çalışılmasından ziyade, mevcut zamanda nelerin yapılabileceğinin planlanmasıdır (Erdem ve Kaya, 1998). Zaman yönetimi, zamanın, hedeflerini, yükümlülüklerini, hazlarını ve sosyal yaşamın içerdiği faaliyetleri tek bir çatı altında yürütebilecek şekilde planlanması anlamına gelmektedir (Özgen, 2002). Zamanı iyi kullanabilen bir insan; her an ne yapacağını ve zamanını en iyi bir şekilde nasıl kullanacağını bilir. Ulaşmak istediği amaçlara göre her gün zamanını nerelerde kullanması gerektiği ile ilgili yeterince kendini hazır tutar ve böylece daha verimli hale gelir (Tolukan, 2010).

Araştırmacılar zamanın kullanım bölümlerini farklı biçimlerde tanımlamışlardır.

Garzia zamanı;

- Çalışma zamanı,
- Çalışmaya bağlı etkinliklere ayrılan zaman,
- Yaşamı sürdürmeye yönelik etkinlikler ve
- Serbest zaman olarak bölümlere ayırırken,

Megyeri de;

- Temel ihtiyaçların giderilmesine ayrılan zaman,
- Çalışma ve buna bağlı etkinlikler ve görevler için ayrılan zaman,
- Serbest etkinliklere ayrılan zaman,
- Diğer etkinliklere ayrılan zaman, olarak gruplama yapmıştır (Karaküçük, 2005).

Zamanı etkili kullanabilmek için zaman yönetimi tekniklerini en verimli biçimde uygulamak gerekir. Zaman yönetimi tekniklerinin uygulanması ise konuya ilişkin bir farkındalık geliştirmekle mümkün olabilir.

## 2.2. Boş Zaman Kavramı

Hızla gelişen dünyanın modern toplumları boş zamanın kullanımı noktasında birbirleri ile rekabet etmeye başlamışlar ve bu rekabet içerisinde boş zaman kavramının genel hatlarıyla anlayabilen toplumlar daha avantajlı bir pozisyon almaya başlamışlardır. 20. yüzyıl başlarında özellikle II. Dünya Savaşı'ndan sonra başta sanayileşmiş batı toplumlarında olmak üzere yeni bir toplumsal değer yargıları ve anlayışın geliştiği görülmüştür. Bu anlayışa göre; sanayi toplumu içerisinde sadece verimli ve çok çalışan insan tamamen refaha ve huzura kavuşmamaktadır. Disiplinli, kalıplaşmış ve tek düze bir çalışma sistemi, yabancılaşma, işe alışmamak, manevi tatminsizlik gibi kişisel ve toplumsal birçok sorunun temelini oluşturmuştur. Bu sorunların çözümlerine yönelik tepki sadece dinlenme ve yeniden işe dönme anlayışından uzak, eğlenme ve diğer moral etkinliklerini de kapsayan, işten arta kalan boş zamanın arttırılması ve değerlendirilmesi gibi bir anlayışın ortaya çıkmasıyla kendini göstermiştir (Karaküçük, 2005).

Çalışmaların insan için bir ihtiyaç olduğu, kaçınılamaz olduğu bilinmektedir. Ancak bu çalışmanın serbest olmadığı ya da insan yaşamının sınırladığı anlamına gelmemelidir. Etkinliklerin yanı sıra insanın eylemsiz yani dinlenme ve uyuma gibi zamanlara da ihtiyaçları vardır. Dinlenme ihtiyaçlarının çalışmanın istemleriyle ilişkili olduğunu düşünmenin mantıklı ve makul nedenleri vardır. Bunun yanı sıra modern toplumdaki insanlar dinlenmeye ek olarak dışarıdaki işlerin doyuma ulaştırma ve eylemlerde bulunma ihtiyacı da hissederler (Köktaş, 2010).

Boş zaman terimi, İngilizce karşılığı olan "Leisure" kelimesi "fırsat tanıma" veya "serbest olmak" manalarına gelen "Loisir", "salahiyet vermek" manasına gelen "License" ve "izin" manasına gelen "Liberty" ile "Licere" kelimelerinden gelmiştir. Zorunluluklarının olmaması ve serbest seçim ifade eden bu kelimelerin tümü birbiriyle ilişkilidir" (Hacıoğlu vd., 2003). Yunanlılar boş zaman olarak tanımlanan bu kelimeyi 'scole' veya 'skole' olarak kullanmışlar ve buradan İngilizceye 'school' olarak geçmiştir. Bu tanımla Yunanlılarda ruhani, fiziksel ve entelektüel gelişimle boş zaman arasında var olan yakın bağları olduğu ima edilmiştir (Christopher vd., 2004).

Boş zaman, insanların çalışma ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanması haricinde, hür olarak dinlenme, başarı kazanma, kişisel gelişim ve eğlenme için kullandıkları zamandır. Boş zaman bir faaliyet, bir serbest zaman veya bir fırsat olarak görüldüğü gibi rahatlama, kendini ileriye taşıma, kültürel ve ailevi süreklilik sağlama, iletişime geçme

özelliklerinin yanı sıra aynı zamanda bir kaçış, yenilik, karmaşıklık ve heyecandır (Greenwood ve Lashua, 2004).

Boş zaman; disiplinler arası bir konudur. Öyle ki; boş zaman şahsi bir davranış biçimidir, bu durumda psikoloji ile alakalıdır. Boş zaman, toplumun desteklemesi, katılımı ve teşvik etmesi ile ortaya çıkar, buna göre sosyoloji boş zaman araştırmaların da ana katılımcı olmalıdır. Boş zaman aktiviteleri, canlı organizmada gözlemlenebilir değişiklikler meydana getirdiğinden bu yana, biyoloji konu ile ilgili önem kazanmaktadır. Felsefe, açıklık ve doğruluğu, kesinliği arayan disiplindir ve değer yargılarının anlamlandırmasını sağlamak adına denemeler yapmaktadır. Bu durumda felsefe de boş zamanla ilintili bir alan olarak karşımıza çıkmaktadır (Üstün, 2013).

Boş zaman günden güne büyüyüp gelişmektedir. Sadece sosyal refahtan ziyade, gençler için eğitim kadar oyuna duyulan ihtiyaç ve boş zamandan zevk almak amaçlanmaktadır. 21. yüzyıl da yerel parklar, eğlence merkezleri, avmler, sinemalar ve gösteri sporlarındaki gelişmeler, boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının yeniden inşa edilmesi sağlamıştır. Günümüzde teknoloji, birçok boş zaman aktivitesinde olağan üstü etki yaratmıştır (Güngörmüş, 2007). Bu etkiler çevre olgusuna olduğu gibi insan olgusuna da etki etmiştir. Bu bağlamda boş kavramının bazı fonksiyonları oluşmuştur.

### **2.2.1. Boş zamanın temel fonksiyonları**

Boş zamanın üç temel fonksiyonundan bahsetmektedir. 3 D olarak da isimlendirilen bu fonksiyonlar; dinlenme, eğlenme ve kendini geliştirmedir (Kaya, 2011).

**2.2.1.1. Dinlenme fonksiyonu:** Dinlenme fonksiyonunun, boş zamanı en fazla ayırt edilmiş ve farklı algılamalarla, iş hayatı süresince değerlendirilen temel bir fonksiyon olduğunu ifade etmektedir. Dinlenme, yeniden elde etme veya iş sonrası stres ve yorgunluk atma ile fiziksel aşınmaları ve sinir gerilimlerini yok eden bir fonksiyon üstlenmiştir. Çalışma saatlerinin 12–15 saat olduğu sanayi devriminin ilk zamanlarında, işçiler boş zamanlarında dinlenme fonksiyonunu sadece fiziksel gücü tekrar elde etmek anlamında kullanmışlardır. Çalışan için boş zaman, sadece bir sonraki iş gününe bedensel olarak hazırlanmayı ifade etmektedir (Karaküçük, 2005).

**2.2.1.2. Eğlence fonksiyonu:** İçinde bulunduğumuz zaman dili içerisinde insanlar, ne kadar boş zaman etkinliğine iştirak ederse o kadar başarılı sayılmakta ve statüsü yükselmektedir. Eğlenceye verilen önem günlük hayatta da görülmektedir (Barkın, 2016).

Eğlenmenin içten gelen bir duygu olduğunu ve boş zamanlarımızda bizleri mutlu edecek anlara ihtiyaç duyduğumuzu belirtmiştir. Bireyler artık birçok spor ve eğlence aktivitelerinde yoğun olarak katılmakta, spora ve eğlenceye olan bu ilgi ve alaka 20. yüzyılın başlarında aşamalı bir şekilde artmakta olan bir akımın etkisiyle; sağlıklarına, duygusal, fiziksel ve psikolojik ruhsal durumlarına verdikleri önemde artmıştır (Horner ve Swarbrooke, 2005).

**2.2.1.3. Gelişim fonksiyonu:** Gelişim fonksiyonu, insan düşüncesini günlük aktivitelerin tek düzeliğinden kurtaran, daha geniş yelpaze de sosyal katılıma olanak sağlayan ve insan kişiliğini geliştirip göstermesine meyilli olan ve menfaatçi olmayan etkinlikleri içerir. Gelişme fonksiyonu, boş zamanda bilgi alış verişi yapmak, bir kültürü geliştirmek ihtiyacının baskın geldiği uğraştır. Birden bire ortaya çıkan ya da örgütlenmiş gönüllü sosyal etkinliklere katılma ihtiyacının baskın geldiği etkinliklerdir (Ağduman, 2014).

### **2.3. Rekreasyon Kavramı**

Tarih boyunca çalışma zamanı insanoğlunu başkalaşırken, çalışma dışı zaman ise, insanın kendisi için bir şeyler yapması, yenilenmesine, onun güç tazelemesine ve yaşama yeniden başlamasına olanak sağlamıştır. Bundan dolayı insanlar çalışma zamanına verdikleri itina ile beraber, çalışma dışı zamanın kullanımına da ayrı yer vermişlerdir. Çalışma dışı zamanın yani boş zamanın kullanımı rekreasyon kavramını meydana koymuş ve insanlar bu kavramı günden güne daha da geliştirerek zenginleştirmişlerdir (Soyer, 2003).

Rekreasyon, yenilenme yeniden yaratılma veya yeniden yapılanma anlamına gelen Latince recreation kelimesinden gelmektedir. Türkçe karşılığı ise yaygın bir şekilde kullanılan boş zamanlarını değerlendirme olarak ifade edilmektedir. Bu ise insanların kişisel veya gurupla istekli olarak yaptıkları dinlendirici, eğlenceli ve haz verici etkinlikler olup insanların gaye ve istekleri doğrultusunda anlam kazanan aktivitelerdir (Öztürk, 2013).

Türk Dil Kurumu'na göre rekreasyon şu şekilde tanımlanmıştır: “Bireylerin boş zamanlarında, spor ve eğlence gayesi ile istekli şekilde katıldıkları faaliyetler” dir. Kültür ve Turizm Bakanlığı, rekreasyonu insanların boş zamanlarında yaptıkları, zorunlu çalışma faaliyetlerinden bağımsız olarak, kişinin boş zamanını serbest olarak ve istediği gibi kullandığı fiziksel gücünü onarmaya ve ruhsal kapasitesini zenginleştirmeye yönelik zorunlu faaliyetlere karşıt, hür seçilen fiziksel sosyal çevrenin değişmesi anlamına gelen faaliyetler olarak da tanımlamaktadır (Karaküçük, 2001).

Yetiş' e göre (2008) bir aktivite, bir kültürde rekreasyon aktivitesi olabilirken bir diğerinde iş olabilmektedir. Yani bir aktivite herhangi bir birey için rekreasyon aktivitesi olabilirken; diğer bir bire için iş gayeli olup ağır ve sıkıcı olabilmektedir. İçinde yaşanan ortam ve koşullar, aktivitenin bir rekreasyon şekli olup olmadığı hususunda aktif faktörlerdir. Zevk için araba sürmek bir rekreasyon aktivitesi sayılabilirken, işe gidip gelirken araba sürmek bir ulaşım biçimidir.

Bireyler, ortamdan kaynaklanan sağlıksız koşulların oluşturacağı olumsuzluk etkileri azaltmak, sağlıklarını muhafaza etmek, çalışma ve eğitim yaşamının azalttığı zihinsel enerjiyi yeniden kazanmak maksadıyla serbest zamanlarını olumlu aktivitelerle değerlendirmek düşüncesi içine girmişlerdir. Serbest zamanları en verimli değerlendirmenin yolu spor, sanat veya kültürle ilgili çeşitli rekreasyonel aktivitelerin içinde bulunmaktadır. Demokrasiyle yönetilen toplumda serbest zaman bireyin bir imtiyazdır. Serbest zamanın doğru kullanımı ile bireyin davranış, tutum ve isteklerinde istendik değişiklikler ortaya çıkarmak mümkündür. Serbest zaman yalnızca bireyler özelinde değil onların oluşturduğu toplumlar açısından da önemlidir. Kaliteli bir kültürün yaratılmasında, topluma faydalı vatandaşlar yetiştirilmesi, başarılı bir öğretim süreci, serbest zamanın doğru kullanımı ile yakından ilgilidir (Tekin vd., 2009). Rekreasyon kavramı, içinde farklı faktörler bulunduran bir yapıya sahip olduğu için farklı kategorilere ayrılmıştır ve karmaşık yapısı nedeniyle belli sınıflandırmalara tabi tutulmuştur.

### **2.3.1. Rekreasyon sınıflandırılması**

Rekreasyonun bu denli karmaşık tanımlamalarının ve özelliklerinin olması, araştırmacıları rekreasyonun sınıflandırılması gerekliliğine yönlendirmiştir. Kültürel farklılıklarından dolayı rekreasyonun sınıflandırılmasının farklılık gösterebileceğini düşünülmüştür (Eroğlu, 2000; Koçer, 1977). Buna göre rekreasyon farklı araştırma grupları

ele alınarak incelenmiştir. Örneğin Tribe'e (1995) göre; rekreasyon faaliyetleri evde yapılan faaliyetler, ev dışında yapılan faaliyetler ve yolculuk ve turizm olmak üzere 3 grupta araştırılmıştır (Güngörmüş, 2007). Rekreasyon; amaçlarına göre, çeşitli kriterlere göre ve belirli aksiyon ve resesyon durumlarına göre sınıflandırılmıştır (Karaküçük 2005).

a.) Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması

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

b.) Çeşitli Kriterlere Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması

- Yaş faktörüne göre sınıflandırma
- Faaliyete katılanların sayısına göre sınıflandırma
- Zamana göre sınıflandırma
- Kullanılan mekana göre sınıflandırma
- Sosyolojik muhtevaya göre sınıflandırma

c.) Özel İşlevleri Dikkate Alınarak Belirli Eylem ve Durgunluk Hallerine Göre ya da Fonksiyonel Açından Sınıflandırılması

- Orman rekreasyon
- Fiziksel rekreasyon
- Estetik rekreasyon
- Uluslar arası rekreasyon
- Sosyal rekreasyon
- Ticari rekreasyonu

### 2.3.2. Rekreasyonun özellikleri

“Farklılaşan yaşam şekilleri, yaşamın odak noktasında yer alan yeni ekonomik sistemler, varlığını göstermeye başlayan toplumsal ihtiyaçlar doğrultusunda alışveriş merkezleri toplumun önemli bir kesimi için yeni rekreasyon merkezlerine dönüşmüş durumdadır. Yaşanan bu toplumsal değişim, rekreasyon kavramı ve rekreasyon



mekanlarını da etkili bir şekilde etkilenmiştir. Temelinde bireyin kendini yenilemesine ve bireylerin kişisel gelişimine hizmet etmeyi hedefleyen bir kavram olan rekreasyon; bu insani ve toplumsal özelliklerini kapitalist sistemin tüketim dayatması altında önemini yitirmeye başlamıştır. Aydınlaşmış dünyada bireyler, tüketimi esas alan aktiviteler tümü içerisinde rekreasyon ihtiyacını karşılamaya sevk etmeye başlamışlardır” (Aktaş, 2011).

Rekreasyonun birçok araştırmacı ve bilim adamı tarafından kabul görmüş birçok temel özelliklerinden konuşmak mümkündür. Bunlar rekreasyonu, diğer etkinliklerden ve nosyonlarından farklı kılan temel özelliklerdir (Tolukan, 2010). Sağcan (1986) ve Karaküçük’e (2005) göre rekreasyonun temel özelliklerini şu şekilde açıklamak mümkündür.

- Rekreasyon, boş zamanda yapılır.
- Rekreasyon faaliyetlerinin seçimi gönüllü olmalıdır.
- Rekreasyon faaliyetleri özgürlük hissi vermelidir.
- Rekreasyon, çok çeşitli faaliyetler, alternatifler içerir.
- Rekreasyon, haz ve neşe sağlayan bir faaliyettir.
- Faaliyetlere devam ve katılım zorunluluğu bulunmamalıdır.
- Rekreasyon faaliyetleri, her yaştaki, her kültürde ki, her cinsiyetteki insanların katılımına imkân verir.
- Rekreasyon faaliyetlerinde inisiyatif, kişinin kendisine bırakılmalıdır.
- Rekreasyonun her kişiye göre bir amacı vardır.
- Rekreasyonel faaliyetler, her türlü açık veya kapalı alanlar ile her mevsim ve iklim şartlarında uygulanabilmektedir.
- Rekreasyon, bir faaliyeti gerektirir. Faaliyetler, fiziksel, zihinsel, ruhsal, toplumsal ya da bunlar içinden bazılarının kombinasyonu şeklinde olabilmektedir.
- Rekreasyon, evrensel olarak uygulanmaktadır. Rekreasyonel faaliyetler, bütün insanlar için ortak bir lisan oluşturmaktadır.
- Rekreasyon, kişinin kendisini ifade edebilme ve yaratıcı olabilmesine imkân sağlayıcı faaliyetleri içermelidir.
- Rekreasyon, toplumun geleneklerine, törelerine, ahlâki ve manevi değerlerine uygun olmalı ve sosyal değerlere ters düşmemelidir.

- Rekreasyon eylemi, planlı veya plansız, beceri sahibi kişilerle veya beceri sahibi olmayan kişilerle ya da organize veya organize olmamış mekânlarda yapılabilmektedir.
- Rekreasyonel faaliyetlerin katılımcıya kişisel ve toplumsal özellikleri kazandırması beklenir.
- Rekreasyon, bir faaliyet yapılırken, ikinci veya daha fazla faaliyetlere de ilgi duyma veya gerçekleştirme imkânı verir.

### 2.3.3. Rekreasyon ihtiyacı

19.yüzyılda gerçekleşmeye başlayan endüstrileşme süreci, insan hayatında yeni düzenlemelere ve gelişmelere zemin hazırlamıştır. Hızla artan şehirleşme, nüfus artışı, yoğun çalışma temposu ve yaşam koşulları, çevre kirliliği vb. faktörlerden kaynaklanan streslerden uzak kalma ihtiyacı ortaya çıkmıştır. Bu ihtiyaç rekreatif faktörlere bağlı olan talebi artırmıştır (Yetiş, 2008).

İnsan hayatında ki eksiklikleri farkına varmaya başladı zaman bu eksiklikleri dindirmek amaçlı eylemlerde bulunarak kendisini doyurma ihtiyacı hisseder. Amaçlı aksiyonlar, ihtiyacı dindirmeye yöneliktir ve ihtiyaçlar davranışları başlatılmasını tetikler ve devam ettirirler. İhtiyaçlar; insanlar üzerinde düşünce ve karakterlerini belirlemesi bakımından araçsız etkili olurlar. İhtiyaçlar, her bireyler için aynı olmasına rağmen, çeşitlilik bakımından farklılıklar gösterebilmektedir (Kaya, 2011). Bu farklılıklar rekreasyona ihtiyaç duyulmasına neden olmuştur.

### 2.3.4. Rekreasyona duyulan ihtiyaçların nedenleri

Aşırı kalabalık ortam, gürültü, çevre kirliliği gibi birçok olaylar kişilerde hem fizyolojik hem de psikolojik bunalım ortaya çıkarmakta, bu kararsızlığı ortadan kaldırmak için rekreatif faaliyetlere duyulan ihtiyacı arttırmıştır (Torkildsen, 2005).

**2.3.4.1.Fiziksel ihtiyaçlar:** Disareli, “hareket her zaman mutluluk vermeyebilir. Ama hareket yoksa mutluluk yoktur” tanımını fiziksel etkinliğin önemini belirtmiştir (Zelinski, 2004). Hareketli yaşamın birçok yardımlarına karşın, fiziksel aktivite noksanlığı kişilerde ciddi boyutta hastalıkları ortaya çıkarmaktadır (Kilpatrick vd., 2005). Diğer yapılan çalışmalarda özellikle stresten ve kalp-damar hastalıklarından korunmada boş

zamanların fiziksel aktivitelerle mukayese edilmesinin önemine vurguda bulunmuş ve aralıksız yapılan fiziksel etkinliklerin, kalp krizi riskini azaltarak, damarların sağlıklı bir şekilde işlemlerini göstermektedir (İkizler, 2002). Loehr (1999), verimli spor yapıldığı zaman diliminde, grip olma ve soğuk algınlığı ihtimalinin en aza ineceğini ve sebeplerinin ise süreli olarak strese maruz kalmaya bir tepki olarak bağışıklık sisteminin güçlendiğini ifade etmiştir.

**2.3.4.2. Sosyal ihtiyaçlar:** Torkildsen (2005) rekreatif faaliyetlerin bireylerin toplumsal değerlerini yükseltmek amacı ile var olduğunu ifade etmektedir. Bireyin sağlığına imkân sağlayan rekreatif etkinlikler, sosyal açıdan rahatlamaya sebep olmaktadır. Rekreatif etkinlikler bu açıdan incelendiğinde ise, toplumsal rahatlatma, sosyal uyum ve yaşam kalitesinin sağlanması ve geliştirilmesi anlamına gelmektedir. Rekreatif etkinliklere katılan birey, kendini ifade etme imkânı elde eder, ait olduğu gruba aidiyet duygusu gelişir, etkinliklerdeki kurallara uymaya çaba göstererek sosyalleşme süreci içerisinde var olur. Şunu ifade etmek gerekir ki; rekreasyon bireye fiziksel ve duygusal anlamda katkı sağlayan sosyal bir davranıştır.

**2.3.4.3. Psikolojik ihtiyaçlar:** Gündelik yaşamın ve çalışma koşullarının bireyler üzerinde oluşturduğu buhran, yorgunluk ve sıradanlığı giderme veya dengelemede rol oynadığı bilinen önemli etken boş zaman olarak bilinmektedir. Dönemin olgusu olan, ilerlemiş teknoloji ve hareketlilik bir yandan üretim artışı ve sermaye birikimine olanak sağlamakta ve insan gücünün daha az çalışarak gerekli ve yeterli üretimi gerçekleştirmesine imkân vermekte; diğer yandan ise yarattığı hareketsizlik, yabancılaşma, yüksek ses, çevre kirlenmesi gibi etkilerle eskime ve daha fazla yorulmasına sebep olmaktadır(Sabancı, 2016).

#### **2.4.4.4. Bireysel nedenler:**

Bireysel açıdan rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri:

- a) Fiziksel olarak sağlık gelişimi yaratır.
- b) Ruh sağlığı kazandırır.
- c) İnsanı sosyalleştirir.
- d) Kişisel beceri ve yeteneğin gelişmesine katkı sağlar.
- e) Yaratıcı gücü geliştirir.
- f) Çalışma başarısı ve iş verimini artırır.

- g) Ekonomik hareketi geliştirir.
- h) İnsanı mutluluk verir (Kazan, 2000).

#### **2.3.4.5 Toplumsal nedenler:**

Toplumsal yönden rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri:

- a) Toplumsal dayanışma ve bütünlüğü sağlar: Rekreasyon aktiviteleri gruplar arasındaki bu çatışmanın azaltılmasında önemli rol üstlenmektedir. Rekreatif aktivitelerde sosyal ekonomik veya eğitim farklılıkları ortadan kalkar ya da önemsizleşir. Bütün rekreasyon faaliyetlerinde bir işçi bir fabrikatör bir öğrenci veya bir tamirci ayrı görüşlere sahip kişiler bir çatı altında toplanabilmekte aynı saflarda ve şartlarda aktivitelerde bulunabilmektedirler.
- b) Demokratik toplumun yaratılmasına imkân sağlar. İnsanların birbirleriyle olan bağlarının düzenlenmesinde ve toplumsal kurallara uyum olmasında rekreatif faaliyetler önemli rol oynar. Rekreasyon aktivitelerine katılan bir insanın rutin hayatın terk edilmesi anlamına gelen kaçış ve beklentilerini ifade eden yöneliş anlayışı paralelindeki temel motifler üzerinde kümelenen ihtiyaçlara cevap aradığını ifade edebiliriz (Karaküçük, 2008).

#### **2.4. Boş Zaman Değerlendirme Eğilimini Etkileyen Faktörler**

Bireylerin serbest zamanlarını değerlendirme davranışları yaşadığı toplumun örf ve adetlerinden kişisel gereksinimlerine kadar pek çok faktörden etkilenebilir. “Serbest zaman faaliyetlerine katılım kişilerin yaşam tarzlarına, özelliklerine ve zaman kullanımlarına göre değişkenlik gösterirken, faaliyetlerin türü, katılma biçimleri ve bireylerin bu faaliyetlere ayırdıkları zaman; ırk, toplumsal ve kişisel özellikler, yaş, cinsiyet gibi pek çok etmenden etkilenmektedir” (Aydoğan ve Aral, 2007).

#### **2.5. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımı Etkileyen Faktörler**

Engel kavramı boş zaman kaynaklarında, bireyin boş zamanlarında rekreasyonel aktiviteler katılımlarını engelleyen ya da sınırlayan ve birey tarafından idrak edilen nedenleri ifade etmektedir (Emir, 2012). İçinde bulunduğumuz zaman diliminde yozlaşan toplumsal ve fiziki çevre koşulları rahatsız edici seviyeye ulaşmaya başlamıştır ve mutluluğu huzuru arayan insanın boş zaman aktivitelerine ihtiyacı da artmıştır. Buna rağmen yapılan

araştırmalar insanların birbirinden farklı sebepler nedeniyle kendileri için bu kadar önem arz eden bu tür etkinliklere katılmadıklarını ya da farklı sebeplerden dolayı kısıtlandıklarını da ortaya koymaktadır (Alexandris ve Carroll, 1999).

Rekreasyon aktivitelerine katılımı engelleyen faktörleri 4 ana başlık altında ele almıştır (Darendelioğlu, 2008 ):

- Mevsimlik engeller,
- Finansal kaynaklar ve rekreasyon alanlarının ulaşılabilir seviyede olması,
- Cinsiyet ve sosyal sınırlama
- Kaynaklar ve moda

### **2.5.1. Mevsimlik engeller**

İklim koşulları, güneşli gün sayısı, gündüz sürelerinin uzunluğu, hava sıcaklığının derecesi gibi etkiler yapılacak olan rekreasyon etkinliğine katılımı etkiler. Fakat kapalı alanlarda yapılan rekreasyon etkinlikleri sezonluk hava değişimlerden çok fazla etkilenmezler. Mevsimsel değişiklikleri inceleyecek olursak soğuk günlerde kapalı alan rekreasyon aktiviteleri daha fazla tercih edilmektedir. Sıcak günlerde ise kapalı mekanlarda rekreatif faaliyetlerde bulunmaktansa bireyler sahilleri, parkları ve ormanlık alanları daha fazla tercih ederler (Darendelioğlu, 2008).

### **2.5.2. Finansal kaynaklar ve rekreasyon alanlarını ulaşılabilir olması**

İnsanlar, evlerinde istirahat etmek, dışarıda gezintiye çıkmak veya spor yapmak vb gibi rekreasyon faaliyetleri için maddi harcama yapmak mecburiyetinde değildirler. Ancak bu aktivitelerin dışında kalan bazı rekreasyon aktiviteleri (sinema, tiyatro, buz pateni, maça gitme, tenis kulüplerine üye olma vb.) belli bir ücret ödenerek gerçekleştirilebilmektedir. Birçok bilim adamına göre toplumun gelir seviyesinin düşük olması, rekreatif aktivitelere katılımı etkileyen faktörlerde ilk sıra da yer almaktadır. Fakat sportif rekreasyon diğer rekreasyon faaliyetlerine göre ekonomik olarak daha düşük olduğu için bu etkinliklere katılanların gelir seviyesinin düşük olması bu etkinliklere katılımı etkilemede minimum seviyede etkiye sahiptir. Yapılmış olan birçok araştırmaya göre yüksek gelir seviyesine sahip kişilerin aktif rekreasyon etkinliklerine katılmayı (sportif) pasif rekreasyon faaliyetlerine (maça izlemek, tiyatro seyretmek vb.) katılmayı tercih ettiklerini

göstermektedir. Yüksek gelire sahip olan bireylerin ekonomik olarak hareket alanlarının daha geniş olması sebebiyle uzak alanlarda bulunan rekreasyon etkinliklerine katılmalarının daha yoğun olduğu belirlenmiştir (Darendelioğlu, 2008).

### **2.5.3. Cinsiyet ve sosyal sınırlamalar:**

Her ülkenin değer yargıları, kültürleri, yaşayış biçimleri, yaşadıkları coğrafi koşullar o ülkedeki rekreatif aktivitelere katılımı fazlasıyla etkilemektedir. Özellikle ülkemizde okumamış ve ekonomik özgürlüğünü elde edememiş kadınlar rekreatif etkinliklere fazla zaman ayıramadığını hatta bu konular hakkında bilgi sahibi olmadıklarını görmekteyiz. Kadınların hem iş hayatı hem de ev işleri ile uğraşmaları nedeniyle daha az boş zamanları vardır. Bu nedenlerden dolayı da kadınların rekreatif etkinliklere katılımını önemli derecede etkilemektedir. Gelişmekte olan ülkelerde özellikle dini konuların sosyal baskı unsuru olarak kullanıldığı ülkelerde, rekreasyon etkinliklerine katılım sosyal baskı yoluyla ya engellenebilir ya da kısıtlanabilir (Darendelioğlu, 2008).

### **2.5.4. Kaynaklar ve moda**

Bireyler genellikle kendilerine daha yakın olan rekreasyon alanlarını seçerler. Bundan dolayı rekreasyon kaynaklarının bölgede fazla olması ve bu alanların ulaşılabilir olması önemli faktörler arasındadır. İnsanların gözde olan rekreasyon alanlarını ziyaretlerinde mesafe faktörünün önemi bulunmamaktadır. Gözde yerler olmalarından dolayı, çok uzak mesafelerde de olsa rekreasyon alanlarının ziyaret edilmesi mümkündür. (Darendelioğlu, 2008).

## **2.6. Üniversite Öğrencileri ve Boş Zaman**

Kalkınmakta olan bir ülkede yaşayan tüm insanların, özellikle gençlerin zamanlarını boşa harcamaları toplumsal gelişme ve kalkınma bakımından önemli bir yitimidir. Amaçsız, uğraşsız, çabasız akıp giden insan gücü bakımından itici, yaratıcı dayanağı oluşturabilir. Böylece gence ve topluma sağlıklı gelişme imkânı sağlanmış olur (Köknel, 1979).

Tezcan'a göre ülkemiz gençliğinin boş zaman aktivitelerine yönelmemelerinin sebepleri şunlara bağlayabiliriz (Tezcan, 1991).

- Ekonomik Yetersizlikler: Aile bütçelerinin sınırlılığı, bütçe yetersizliği ayrıca devletin imkanlarının sınırlılığı da bu konuda önemlidir.
- Örgütlememek: Örgütlenme ile hizmet sağlama kolaylaşır. Personel sağlama, bina, araç-gereç sağlama örgütlenme ile sağlanır. Kamu kesimince özel girişimler ve gönüllü kuruluşlarla bu tür örgütler yeterince geliştirilmemiştir.
- Serbest Zaman Eğitimi Yokluğu: Gençlere şimdiye değin bu konuda yeterli ve bilinçli bir eğitim verilmemiştir. Gerek aile, gerekse okullar bu konuya gereken önemi vermemiştir. Aileler bu tür etkinlikleri çocuğu derslerinden alıkoyan yararsız şeyler olarak nitelendirmiştir. Örgün öğretimde, ders dışı etkinlikler ve ders dışı saatlerin değerlendirilmesi düşünülmemiştir.
- Sosyal ve Geleneksel Baskılar: Daha çok kızlar söz konusudur. Bazı gelenekler ve boş inançlar, gençleri bu tür etkinliklerle uğraşmayı ayıp, günah diye engellemektedir.

Gelişim çağında bulunan gençlerin boş zamanlarını yeterince değerlendirmemeleri onların temelde var olan toplumsal, ekonomik ve psikolojik sorunlarını daha yoğun biçimde ortaya koymalarına sebep olmaktadır. Gençlerin fizyolojik gelişmesi yönünden de ilgilerini tatmin edecek etkinliklere katılmasında yarar ve zorunluluk vardır (Erkal, 1986).

Toplumun daha ileri bir hayat standardına erişmesinde, gençliğin önemli bir yeri bulunmaktadır. Gençliğin ülke kalkınmasında sorumluluk ve görevlerini yerine getirebilmesi, eğitim ve öğretim sistemiyle doğrudan ilişkilidir. Gençlere sağlanacak serbest zaman etkinlikler, gençlerin yetişmesi bakımından önem kazanmaktadır (MEB, 1988).

Eğitim kurumlarında yapılan rekreatif etkinlikler öğrencilerin güvenliğine ve hayatlarını idame etmesinde katkıda bulunarak, hayattan haz ve doyum almasını sağladığı düşünülebilir. Özellikle gençler için bu derece önemli olan rekreatif etkinliklerin yayılmasını sağlamak, benimsetilmesi için ülkemizde Hükümet programlarında kanun ve yasalarda yer aldığını görüyoruz.

Bunlardan bazıları şöyledir:

- Bedenen ve ruhen sağlıklı bir toplum yetiştirilmesinin temel unsurlarından biri olan sporun geniş kitlelerce yapılması teşvik edilecek.
- Boş zamanların değerlendirilmesi yaşamın bir parçası haline getirilecek.

- Kullanılacak alan ve tesisler çocuk, genç, ev hanımları, yaşlı, yalnız yaşayanlar, özürlü ve benzeri gruplar tarafından değişik zamanlarda istifade edilebilecek şekilde geliştirilecektir.
- Toplumun her kesiminin boş zamanları değerlendirme faaliyetlerine katılabilmesi için çok amaçlı tesislerin mahalli idarelerin yardımı ile semtlere ve kırsal kesime kadar yaygınlaştırılması çabaları sürdürülecek (DPT, 1995).
- Okul içi eğitim ve spor faaliyetlerine önem verilecek bu amaçla okullarda beden eğitimi ders saatleri artırılacak, kamunun yanında özel sektör tarafından da spor tesislerinin yapılması teşvik edilecek şehir imar planının hazırlanışında spor alanlarına ve yeşil sahalara ağırlık verilecek ve amatör spora teşvik arttırılacaktır (GSGM, 1990).
- 1982 yılında kabul edilen Türkiye Cumhuriyeti Anayasasının 58. ve 59. maddelerinde de “Devlet gençleri alkol düşkünlüğünden, kötü alışkanlıklardan ve cehaletten kurtarmak için gerekli tedbirleri alır.” “Devlet her yaştaki Türk vatandaşlarının beden ve ruh sağlığını geliştirecek tedbirleri alır ve sporun kitlelere yaygınlaşmasını teşvik eder.” “Devlet başarılı sporcuyu korur.” (GSGM, 1988) şeklindedir.

Daha çok idealist, atılgan ve hareketli nitelikleriyle dikkati çeken bir sosyal grup olarak gençlik, toplumların geleceğinin önemli bir göstergesidir. Toplumların geleceği olan gençlik grubunun yetiştirilmesinde onları, kendi istekleri, ihtiyaçları ve toplumsal olaylardan soyutlamamak gerekir. Çünkü insana, maddeye ve olaylara çok boyutlu, sosyolojik bütünlük açısından bakmadan ve ayrıca toplumu işleyen bir mekanizma, dönen bir çark olarak hesaba katmadan yapılacak değerlendirmeler, kısa sürede işlerliğini kaybetmektedir. Sosyal gerçek ile teorinin uyum sağlaması geçerli teklif ve çözümleri de beraberinde getirir (Erkal, 1982). Milletlerin geleceğe ait varlıklarının devamı, genç nesillerin sağlıklı ortamlarda yetişmeleri ve onların da yetiştirdikleri sağlıklı nesil ile mümkün olacağı bir gerçektir (Dirican ve Bilgel, 1993).

## **2.7. Rekreyasyona Katılımın Önündeki Engeller**

Rekreasyon; 21. yüzyılın buhranlı kişileri için bir motivasyon aracı olma özelliği ile gün geçtikçe bir zorunluluk haline gelmektedir (Özışık, 1998). Yapılan birçok çalışmada, rekreatif etkinliklerin toplumsal, kişisel sağlığa çok fazla olumlu yönde etkiler yarattığı



görülmektedir. Rekreatif etkinliklere katılımın olumlu etkilerine rağmen kişilerin birbirinden ayrı sebepler doğrultusunda kendileri için oldukça önemli olan bu tür etkinliklere katılmadıkları ya da farklı engeller sebebiyle katılmadıklarını söyleyebiliriz (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

Kaynaklar incelendiğinde, insanların boş zamanlarında katıldıkları rekreatif etkinliklerin sağlıkları (psikolojik ve fiziksel) için oldukça faydası olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar kişilerin çeşitli sebepler nedeniyle kendileri için önemli olan bu tür etkinliklerde bulunmadıklarını ya da çeşitli sebeplerden dolayı kısıtlandıklarını de ortaya çıkarmaktadır (Alexandris, 1997; Kyle, 2003).

Kişileri ve serbest zamanı değerlendirecek olursak ikisi arasında bir ilişki vardır. Bu sebeple konut yetersizliği ve doğadan uzaklaşma gibi nedenler boş zaman faaliyetlerine katılımın önündeki bazı engelleri oluşturabileceği gibi bununla birlikte, Şehir hayatının temposuna ve teknoloji, kalabalık gibi nedenler de rekreatif etkinliklere katılımındaki engelleri ortaya koyabilecek sebeplerden yalnızca birkaçıdır (Leighfield, 2001).

Ülkemizde gençliğin rekreatif engellerinin ilk başında; maddi imkânsızlıklar, bütünleşememe ve gereken eğitim imkânlarının sağlanamaması gibi etkenlerin rol aldığını ifade etmiştir (Sabancı, 2016). Ortaöğretim ve üniversite gençliği üzerine yapılan çalışmalarda da, gençlerin boş vakitlerini nasıl değerlendireceklerini hakkında bilgiye sahip olmadıkları veya faydasız türden faaliyetlerle uğraştıkları, ama imkân bulması halinde de birçok aktif faaliyetlere katılmaya arzulu oldukları ortaya konmaktadır (Demir, 2003). Yapılan deneysel çalışmalardan elde edilen sonuçlarına göre ise, bireyin rekreatif faaliyetlere katılımını etkileyen temel faktörler önem sırasına göre; “para”, “zaman”, “arkadaş eksikliği”, “ulaşım” ve “tesis” olarak belirlenmiştir (Koçak, 2005; Shiness, 2004).

Alexandris ve Carroll (1997)’un bilimsel çalışmasında da cinsiyetin rekreatif faaliyette bulunmada artı yönde bir etkisi olduğunu belirtmiştir. Culp (1998) cinsiyetin sosyal etkinin önemli bir yapı taşı olduğu ve bireylerin boş zaman etkinliklerini sınırlayan önemli bir unsur olduğunu söylemiştir. Pulur (2003)’un yapmış olduğu araştırmada ise yurtlarda kalan kız öğrencilerin sportif etkinliklere aktif olarak katılma arzularının (%84) erkek öğrencilerden (%72) daha fazla olduğu görülmüştür.

Kaya (2011)’ya göre; çalışmasında öğrencilerin en fazla tercih ettikleri faaliyetler sırasıyla müzik dinlemek, internette zaman geçirmek ve spor yapmak olup en az kitap

okumak sinema ve tiyatroya gitmek olarak belirlenmiştir. Bu durumun sebepleri arasında üniversitedeki imkânların yetersiz olması ve grup olarak yapılan faaliyetlerdeki sınırlılıklar olabileceği gibi, teknolojideki gelişmelere doğru orantılı olarak müzik çalarların yaygınlaşması ve dijital ortamlarda müziklere daha kolay ulaşım olanağının olması söylenebilir.

Balcı (2003)'da yapmış olduğu araştırmada, gelişmiş ülkelerde serbest zamanların değerlendirilmesinde çeşitli kültürel ve mesleki faaliyetlerin ön planda olduğu, az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde ise serbest zaman değerlendirilmesinde spor etkinliklerinin ilk sırada yer aldığını belirtmiştir. Rekreatif aktivitelere bulunmanın önündeki sorunların düşünülmesi içsel ve dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk düzeyiyle ilişkilisini ortaya çıkarmak için yapılan bilimsel çalışmada eksikliklerin giderilmesinde motivasyonun çok büyük yerinin olduğu önemle vurgulanmıştır (Carroll ve Alexandris, 1997).

## **2.8. Motivasyon Kavramı**

Motivasyon, Latince "hareket etme" anlamına gelen mot kökünden gelmektedir. Davranış bilimlerinde motivasyon, içten gelen itici kuvvetlerle belli bir hedefe doğru yönelen amaçlı davranışlar için kullanılır. Motivasyon, istekleri, arzuları, ihtiyaçları, dürtüleri (açlık, susuzluk, cinsellik gibi) ve ilgileri içeren bir kavramdır (Coleman ve Barrie, 2000). Motivasyon kavramı birden fazla anlamda kullanılmaktadır. Kesin ve net bir tanımlama yapılamamakla birlikte; "motivasyon insan davranışlarının ortaya çıkmasına sebep olan ve davranışlara yön veren içsel durum" şeklinde basit bir tanımlanabilmektedir (Ertem, 2006). Kısacası motivasyon, bireylere karşı nasıl bir tutum sergilendiği ve bireylerin yaptıkları iş ile ilgili neler hissettikleriyle alakalı bir şeydir (Mutlu, 2008).

İnsan davranışlarını etki eden değişik faktörlerden söz edilebilir. Fakat davranışın yönünü, şiddetini, kararlılığını belirleyen en önemli yapı taşı motivasyondur (Acat ve Yenilmez, 2004). Motivasyon genellikle iki unsura bağlı olarak kullanılmaktadır. Birincisi davranış veya hareketin bireyin amaçlarına ulaşmasında yardımcı olması, ikincisi bu davranış veya eğilimin eylemle ilişki kurulduğunda dışsal faktörlerle desteklenmesi halidir. Motivasyon, kişilerin beklenti ve ihtiyaçları, amaçları, davranışları, kendilerinin performansları ile ilgili bilgi verilmesi konuları ile ilişkilidir. Kişilerin belirli bir hedefi gerçekleştirmek için kendi arzu ve istekleri üzere davranışları şeklinde tanımlanabilir (Sertbaş, 2006).

### **2.8.1. Motivasyonun anlam ve önemi**

Örgütsel çevrenin hızlı bir şekilde değişip geliştiği günümüzde, değişime uyum sağlayabilmek ve çetin rekabet koşulları altında başarılı olabilmek için temel dayanak, insan kaynağıdır. Motivasyon, insanların hareketlerinin nedenini anlamamıza yardımcı bir kavramdır (Schunk, 2009, 453). İnsan motivasyonunu anlamak için öz-belirleme kuramı doğrultusunda içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk olarak motivasyon türleri ayrılmıştır. İçsel motivasyon kişinin bir şeyleri içsel olarak ilgi duyduğu ve hoşlandığı için yapması, dışsal motivasyon kişinin elde edilecek sonuç için bir şeyleri yapması ve motivasyonsuzluk ise harekete geçme niyetinin olmamasıdır (Ryan ve Deci, 2000).

Nitelikli insan kaynağı, örgüt amaçları doğrultusunda güdülenmelidir. Yani sporcuların potansiyelini, ekibin hedefleri doğrultusunda kullanmaları için onların maddi ve manevi güdüleme araçlarıyla isteklendirilmeleri gerekmektedir. Başarı, büyük ölçekte motivasyon araçlarının doğru kullanımına bağlıdır. Eğer sporcular bireysel olarak etkili ve verimli kullanılamazsa, grubun başarılı olması sağlanamaz. Güdülemenin amacı, sporcuların kişisel performanslarını arttırarak grubun hedeflerinin başarıyla icra etmesini sağlamaktır. Bu sebeple, yeterince motive edilmemiş sporcuların, örgütün hedeflerine hizmet edebilmesi beklenemez. Çünkü düşük güdülenmiş sporcular, kapasitelerini en üst seviyede kullanamazlar. Bilgi, yetenek ve kabiliyetlerin çoğu, motivasyonları az olduğunda verimsiz hale gelmektedir (Artut, 2016).

### **2.8.2. Rekreatyonel egzersize katılım ve motivasyon**

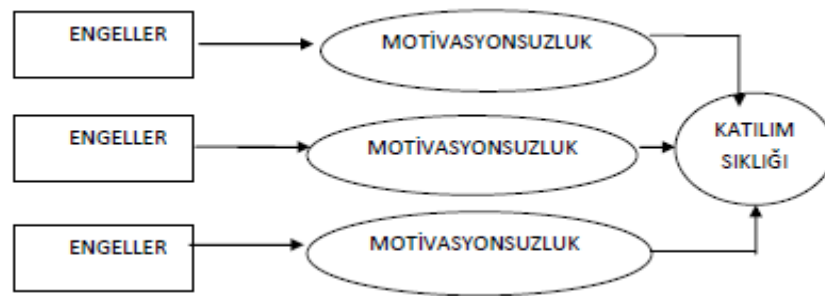
Motivasyon kavramı spor ve rekreatyon psikolojisi kaynaklarında sık sık kullanılmaktadır. İngilizce karşılığı “motivation” olan bu kavram Türkçeye “motivasyon” olarak geçmiş ve harekete geçirmek veya hedefe yönlendirmek gibi anlamlar taşımaktadır. Bir başka ifade ile kişinin belirli bir hedefi gerçekleştirmek için kendi arzusu ve istekleri ile harekete geçmesidir (Carroll, 1997). Carroll ve Alexandris (1997) ise motivasyon kelimesini kişiyi bir davranışı yapmaya yönlendiren içsel ve dışsal uyarıcılar olarak ifade etmişlerdir. Motivasyon; davranışı harekete geçiren fizyolojik ya da psikolojik bir eksiklik, ihtiyaç veya herhangi bir hedefe yönelmiş bir dürtü ile başlayan bir süreçtir (Pekel, 2001). İlgili literatür incelendiğinde motivasyon teorilerinin kapsam ve süreç teorileri şeklinde iki ana başlık altında toplandığı görülmektedir. Kapsam teorilerinin asıl amacı, kişinin içinde

bulunan ve davranışlarına yön veren, motivasyonla ilişkili faktörleri ortaya koymaktır. Bu teoriler, esas olarak bireysel ihtiyaçlar üzerinde durur. İhtiyaçlar, azaltmaya veya ortadan kaldırmaya çalıştığımız fiziksel veya ruhsal eksikliklerdir (Semerci, 2005). Bireyleri motive eden faktörler incelendiğinde sosyal uğraşlar ve etkinlikler psiko-sosyal motivatörler arasında yer almaktadır. Sportif aktiviteler daha genel anlamda düşünüldüğünde, sosyal bir uğraş yada etkinlik olarak 69 cc Herzberg' in modeline bakıldığında bireylerin ihtiyaçlarını 2 gruba ayırmıştır. Son olarak David McClelland ise birey ihtiyaçlarını 3 grupta toplamıştır. Bireylerin ihtiyaçları diğer teorilerdeki belirtilen ihtiyaçlar ile benzerlik göstermektedir. Farklı olan nokta bir grupta birey içsel olarak kendisi motive olur. Diğer grupta ise bireyin kendisi dışındaki faktörlerin de motivasyon düzeyine etkisinin olduğudur. Süreç teorileri incelendiğinde, bu teorilerin temelinde yatan ana faktörün içsel değerlendirmeler olduğu göze çarpmaktadır (Yıldız ve Bostancı, 2016). Bireylerin davranışlarının başlaması ve davranışların devam etmesi bu faktörle ilişkili olduğu görülmektedir. Bireylerin davranışlarını gerçekleştirdikleri zaman dikkate aldıkları etkenler teorilere göre farklılık göstermektedir. Eşitlik teorisinde bireylerin davranışlarını etkileyen etkenlerin eşit olup olmadığı (Chelladurai, 2006), beklenti teorisinde bireyin davranışı sergilemek için beklentiyi karşılayıp karşılamadığı (Onaran, 1981), pekiştirme teorisinde ise davranışın devamını getirecek faktörlerin kişiyi motive edecek pekiştiriciler olup olmadığı üzerinedir (Eren, 2000). Bireysel amaçlar teorisinde ise, kişilerin belirlediği amaçların zorluk derecelerinin, onların motivasyon derecelerini de belirleyecektir (Tuğcu, 2009). Bu bağlamda bireylerin içsel olarak yapılan değerlendirmeler sonucunda harekete geçirdiği ya da geçirmedikleri teorilerce açıklık getirilmektedir. Dolayısıyla süreç teorilerinin bireylerin davranışlarının altında yatan temel sebepleri bulmak, nasıl oluştuğunu anlamak ya da açıklamak adına geliştirildiğini söyleyebiliriz. Bireyleri motive etmek adına çeşitli motive edici araçlardan faydalanmak mümkündür. Bu araçlar ekonomik, psikososyal ve örgütsel motive edici faktörler olmak üzere üç ana başlık altında toplanmaktadır. Ücret artışı ve prim, kâra katılma, ekonomik ödüller, sosyal güvenlik ve emeklilik gibi uygulamalar ekonomik motivatörlere örnek olarak verilebilir. Bağımsız çalışma olanakları, özel yaşama saygı, takdir etme, spor sosyal uğraşlar ve etkinlikler, çevreye uyum, ceza gibi uygulamalar ise psiko-sosyal motivatörlere örnek olarak verilebilir (Yıldız ve Bostancı, 2016). Son olarak; Hedef belirleme, yetki ve sorumluluk denkliği, kararlara katılma, yükselme olanakları ve değer, eğitim imkânları, yönetimde esneklik, esnek çalışma şartları, evde çalışma olanakları gibi motivatörler de örgütsel, yönetsel motive ediciler olarak örnek verilebilir (Örücü ve Kanbur, 2008). Bireyleri motive eden faktörler incelendiğinde sosyal

uğraşlar ve etkinlikler psiko-sosyal motivatörler arasında yer almaktadır. Sportif aktiviteler daha genel anlamda düşünüldüğünde, sosyal bir uğraş yâda etkinlik olarak değerlendirilebilir. O halde sportif aktiviteler de bireyleri motive eden faktörler arasındadır denilebilir. Bireyler günlük hayatın ve iş yaşantılarının getirdiği stres ve monotonluğun dışına çıkmak yâda kurtulmak adına kendisini fiziksel ve psikolojik olarak iyi hissettirecek çeşitli spor aktivitelerine yönelebilirler (Hsieh, Angela ve Mark, 2004).

Bireyin uyarıcılar veya güdüler yolu ile belirli bir motivasyon düzeyine ulaşması ise bireyin boş zaman etkinliğine katılmasına veya karşılaştığı engellerin üstesinden gelmesinde önemli rol oynar. Bireyin boş zaman etkinliklerine katılmasında dışsal faktörlerden daha çok içsel faktörler ön plana çıkar. İçsel motivasyon düzeyi ise; boş zamanı algılama, boş zaman etkinliklerine yönelik bireyin geliştirdiği tutum ve boş zaman etkinliklerine katılımın önündeki kısıtlamaların algılanması gibi faktörlerden etkilenir (Carroll ve Alexandris, 1997).

Carroll ve Alexandris, rekreasyonel sportif aktivitelere katılımın önündeki engellerin idrak etmesinin içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk düzeyi ile ilişkisi ortaya koymak için bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Şekil 2’de engellerin aşılmasında motivasyonun çok büyük önemi olduğunu vurguladıkları bu çalışmada bireyin engelleri idrak etmesinden daha çok motivasyon düzeyinin artırılarak motivasyonsuzluk durumunun yok edilebileceği ve böylece katılım sıklığının da artacağını vurgulamışlardır (Carroll ve Alexandris, 1997).



Şekil 2: Engeller, motivasyon ve katılım sıklığı arasındaki ilişki modeli

Kaynak: Carroll B., ve Alexandris K., (1997). Perception of Constraints and Strength of Motivation: Their relationship to Recreational Sport Participation. Journal of Leisure Research; 29(3): 279-299

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

#### 3.1. Araştırmanın Türü

Yapılan araştırma kapsamında üniversite öğrencilerinin boş zaman engelleri ile boş zamana yönelik motivasyon düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu nedenle iki değişken arasındaki ilişkiler inceleneceğinden dolayı araştırmanın deseni korelasyonel araştırmadır. Korelasyonel araştırmalar, iki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkinin herhangi bir şekilde bu değişkenlere müdahale edilmeden incelendiği araştırmalardır (Büyüköztürk vd., 2014).

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda 2016/2017 eğitim öğretim döneminde okuyan 1461 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma kapsamındaki evren sayısı dikkate alındığında, %95 güven aralığında 0.05 hata miktarı göz önünde bulundurularak 285 öğrenci çalışmanın evrenini temsil etmektedir. Bu kapsamda araştırmanın örnekleme, ilgili evrenden basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen 317 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklem grubunun demografik özelliklerine ait frekans ve yüzde dağılımları aşağıda Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Örneklem grubunun demografik özelliklerine ait frekans ve yüzde dağılımları

Değişkenler		f	%
Cinsiyet	Kadın	130	41,0
	Erkek	187	59,0
Yaş	17-20	112	35,3
	21-24	176	55,5
	25 ve üstü	29	9,2
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	22,6
	Antrenörlük Eğitimi	114	36,0
	Spor Yöneticiliği	36	11,4
	Rekreasyon	95	30,0
Sınıf	1.sınıf	102	32,2
	2.sınıf	93	29,3
	3.sınıf	85	26,8
	4.sınıf	37	11,7
Aktif spor yapma durumu	Evet	199	62,8
	Hayır	118	37,2
Haftalık boş zaman süresi	0-15	124	39,1
	16-31	97	30,6
	32 ve üstü	96	30,3
<b>TOPLAM</b>		<b>317</b>	<b>100,0</b>

Tablo 1’de görüldüğü üzere araştırma kapsamındaki katılımcıların 130’u (%41) kadın, 187’si (%59) ise erkeklerden oluşmaktadır. Yaş değişkeni dikkate alındığında, katılımcılardan 112’si (%35,3) 17-20 yaş aralığında, 176’sı (%55,5) 21-24 yaş aralığında ve 29’u (%9,2) ise 25 ve üstü yaş aralığındadır. Katılımcıların üniversitede okudukları bölümlerine ait bulgulara göre, 72 (%22,6) katılımcı Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliğinde okuyorken, 114’ü (%36) Antrenörlük Eğitimi, 36’sı (%11,4) spor yöneticiliği ve 95 (%30) katılımcı ise Rekreasyon bölümünde okumaktadır. Katılımcıların sınıf düzeyleri dikkate alındığında, 1. sınıfta okuyanların sayısı 102 (%32,2) iken, 93’ü (%29,3) 2. sınıfta, 85’i (26,8) 3.sınıfta ve 37 (% 11,7) katılımcı ise 4. sınıfta okumaktadır.

Araştırma kapsamındaki katılımcıların 199'u (% 62,8) aktif spor yapmakta iken, 118 (%37,2) katılımcı ise aktif spor yapmamaktadır. Haftalık boş zaman süresi dikkate alındığında, katılımcıların 124'ü (%39,1) haftalık 0-15 saat arası boş zamana sahip iken, 97'si (%30,6) 16-31 saat arası ve 96 (%30,3) katılımcı ise 32 ve üstü saat boş zamana sahiptir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmaya katılan 317 bireyin boş zaman engellerine yönelik algıları ve boş zaman motivasyonlarını ve aralarındaki ilişkileri belirlemek için boş zaman engelleri ölçeği ve boş zaman motivasyon ölçeği uygulanmıştır. Boş zaman engelleri ölçeği; Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilmiş ve Gürbüz vd. (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Bu ölçek öğrencilerin, boş zaman etkinliklere katılımının önündeki engelleri öğrenci algısına göre belirlemede kullanılmaktadır. Boş zaman engelleri ölçeği, toplamda 6 faktör (birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, arkadaş eksikliği, zaman, ilgi eksikliği) ve 18 maddeden oluşmaktadır (Gürbüz vd., 2012). Boş zaman motivasyon ölçeği; Pelletier vd. (1991) tarafından geliştirilmiş olan "Boş Zaman Motivasyon Ölçeği", Mutlu (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçeğin uyarlanmış formu 22 madde ve toplam 5 faktörden (motivasyonsuzluk, bilmek ve başarmak, uyarıcı yaşam, özdeşim/ içe atım ve dışsal düzenleme) oluşmaktadır.



Yapılan araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen puanların güvenirliliğine ait sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Ölçeklerden elde edilen puanların güvenirliliğine ilişkin sonuçlar

Ölçek	N	Cronbach Alpha ( $\alpha$ )
Boş zaman engelleri ölçeği	18	0,84
Birey psikolojisi	3	0,75
Bilgi eksikliği	3	0,74
Tesis	3	0,72
Arkadaş eksikliği	3	0,65
Zaman	3	0,61
İlgi eksikliği	3	0,63
Boş zaman motivasyon ölçeği	22	0,83
Motivasyonsuzluk	3	0,60
Bilmek ve başarmak	6	0,73
Uyaran yaşama	3	0,61
Özdeşim İçe atım	6	0,71
Dışsal düzenleme	4	0,63

Tablo 2’de görüldüğü üzere, Boş zaman engelleri ölçeğinden ve alt faktörlerden elde edilen ait Cronbach Alpha ( $\alpha$ ) güvenirlilik katsayısı değerleri 0.61 ile 0.84 arasında değişmektedir. Elde edilen bu değerler ölçeklerden elde edilen puanların iyi düzeyde güvenilir olduğuna işaret etmektedir. Boş zaman motivasyon ölçeği ve alt faktörlerinde ise elde edilen Cronbach Alpha ( $\alpha$ ) güvenirlilik katsayısı değerleri 0,60 ile 0,83 arasında değişmektedir. Elde edilen bu değerler ölçeğin geneli ve alt faktörlerinden elde edilen puanların iyi düzeyde güvenirliliğe sahip olduğunu göstermektedir.

### 3.4. İşlem ve Veri Analizi

Yapılan araştırma ile üniversite öğrencilerinin boş zaman engellerine yönelik algıları ve boş zaman motivasyon düzeyleri ve bu iki değişken arasındaki ilişkiler belirlenecektir. Bu amaçla araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylere boş zaman motivasyon ve boş zaman engelleri ölçekleri uygulanmıştır. Araştırma kapsamında yer alan 317 katılımcıdan elde edilen veriler SPSS-20 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Her bir katılımcı için boş zaman engelleri ölçeği ve altı alt faktörü için 7 tane ve boş zaman motivasyon ölçeği ve alt faktörü için 6 toplam puan hesaplanmıştır. Hesaplanan bu puanların dağılımını belirlemek için çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Buna göre, elde edilen 13 puan türünün de çarpıklık ve basıklık değerleri -1 ile +1 arasında değişmektedir. Elde edilen bu sonuçlar dağılımın normal olduğuna işaret etmektedir. Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen verilere ait dağılımlar normallik varsayımını sağladığından dolayı, yapılan olan analizlerde parametrik yöntemler kullanılmıştır. Bu kapsamda, bağımsız değişkenin iki gruptan oluştuğu durumlarda “Bağımsız örneklem t-testi” kullanılmışken, bağımlı değişkenin iki gruptan fazla olduğu durumlarda “Tek yönlü varyans analizi (ANOVA)” yöntemi kullanılmıştır. Bunlara ek olarak her iki ölçek ve alt faktörlerden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiyi belirlemek amacı içinde Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Sonuçların yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde, araştırma kapsamında incelenen değişkenlerle ilgili toplanan verilere ilişkin yapılan analiz sonuçları yer almaktadır. Araştırma grubunun boş zamanlar engelleri ölçeği ve alt faktörleri ile boş zaman motivasyon ölçeği ve alt faktörleri için hesaplanan betimsel istatistikler Tablo 3 ve Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 3: Boş zaman engelleri ölçeği ve alt faktörlerine ait betimsel istatistikler

Faktörler	N	Min.	Mak.	$\bar{X}$	S
Birey psikolojisi	317	3,00	12,00	7,88 (2,62)	2,01
Bilgi eksikliği	317	3,00	12,00	8,34 (2,78)	2,05
Tesis	317	3,00	12,00	8,89 (2,96)	1,97
Arkadaş eksikliği	317	3,00	12,00	7,98 (2,66)	1,94
Zaman	317	3,00	12,00	8,40 (2,80)	1,70
İlgi Eksikliği	317	3,00	12,00	8,28 (2,76)	1,83
Boş zaman engelleri ölçeğinin geneli	317	21,00	66,00	49,78(2,76)	7,66

Tablo 3'te örneklem grubunun boş zaman engelleri ölçme aracının geneli ve alt faktörlerinden aldıkları puanlara ait tanımlayıcı istatistikler verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, ölçeğin genelinde bulunan ve 4'lü likert olarak puanlanan 18 maddeden elde edilen minimum puan 21 iken maksimum puan 66 ve ortalama puan ise  $\bar{X} = 49,78$ 'dir ( $\bar{X} = 2,76$ ).

Elde edilen bu bulgular katılımcıların genel olarak boş zaman engelleri ölçeğinden orta derecenin üzerinde puan aldıklarını göstermektedir. Buna göre katılımcılar genel olarak serbest zamanlarını engelleyen faktörlerin olduğuna yönelik algıları mevcuttur. Bu algının şekillenmesinde sırasıyla, serbest zamanlarını değerlendirecekleri tesislerin eksikliği ( $\bar{X} = 2,96$ ), yeterli zamanı bulamama ( $\bar{X} = 2,80$ ), serbest zaman ile ilgili bilgi eksikliği ( $\bar{X} = 2,78$ ), benzer şekilde serbest zamanla ilgili ilgi eksikliği ( $\bar{X} = 2,76$ ), serbest

zamanı değerlendirecek arkadaşların eksikliği ( $\bar{X}= 2.66$ ) ve bireyin kendi psikolojisi ( $\bar{X}=2.62$ ) etkili olmaktadır.

Tablo 4: Boş zaman motivasyon ölçeği ve alt faktörlerine ait betimsel istatistikler

Faktörler	N	Min.	Max.	$\bar{X}$	S
Motivasyonsuzluk	317	3,00	15,00	10,01 (3,33)	2,62
Bilmek ve başarmak	317	7,00	30,00	21,97 (3,66)	3,84
Uyaran yaşama	317	4,00	15,00	10,79 (3,59)	2,17
Özdeşim içe atım	317	9,00	30,00	22,17 (3,69)	3,67
Dışsal düzenleme	317	7,00	20,00	13,91 (3,47)	2,33
Boş zaman motivasyonu	317	46,00	107,00	78,88 (3,58)	10,60

Tablo 4’te katılımcı boş zaman motivasyon ölçeğinin geneli ve alt faktörlerinden aldıkları puanlara ait tanımlayıcı istatistikler verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, ölçeğin genelinde bulunan ve 5’li likert olarak puanlanan 22 maddeden elde edilen minimum puan 46 iken maksimum puan 107 ve ortalama puan ise  $\bar{X}= 78,88$ ’dir ( $\bar{X}= 3,58$ ). Elde edilen bu bulgular katılımcıların genel olarak boş zaman motivasyon ölçeğinden orta derecenin üzerinde puan aldıklarını göstermektedir. Buna göre katılımcıları serbest zaman motivasyonlarının orta düzeyin biraz üzerinde olduğu görülmektedir. Alt faktörler ele alındığında, en yüksek motivasyon sırasıyla; özdeşim içe atım ( $\bar{X}= 3,69$ ), bilmek ve başarmak ( $\bar{X}= 3,66$ ), uyaran yaşama ( $\bar{X}= 3,59$ ), dışsal düzenleme ( $\bar{X}= 3,47$ ) ve motivasyonsuzluktur ( $\bar{X}= 3,33$ ).

Araştırma kapsamında, boş zaman engelleri ölçeği ve alt faktörleri ile boş zaman motivasyon ölçeği ve alt faktörlerinden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiye ait bulgular Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5: Üniversite öğrencilerinin boş zaman engelleri ile boş zaman motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkiye ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi sonuçları

		Motivasyonsuzluk	Bilmek ve başarmak	Uyaran yaşama	Özdeşim içe atım	Dışsal düzenleme	Boş zaman motivasyonu
Birey psikolojisi	r	-,210	,181	,147	,228	,131	,151
	p	,000*	,001*	,009*	,000*	,019*	,007*
Bilgi eksikliği	r	-,108	,125	,202	,187	,130	,154
	p	,056	,026*	,000*	,001*	,020*	,006*
Tesis	r	,003	,197	,223	,211	,055	,203
	p	,962	,000*	,000*	,000*	,329	,000*
Arkadaş eksikliği	r	-,235	,125	,112	,154	,169	,101
	p	,000*	,026*	,047*	,006*	,003*	,074
Zaman	r	-,072	,221	,257	,284	,213	,260
	p	,201	,000*	,000*	,000*	,000*	,000*
İlgi Eksikliği	r	-,148	,189	,226	,238	,171	,198
	p	,008*	,001*	,000*	,000*	,002*	,000*
Boş zaman engelleri algısı	r	-,194	,258	,289	,323	,215	,264
	p	,001*	,000*	,000*	,000*	,000*	,000*

\*p<,05 Kriter: 0-0,30= Düşük; 0,40-0,60=orta; 0,70-1,00=yüksek

Katılımcıların boş zaman motivasyonları ve alt boyutları ile boş zaman engelleri ve alt boyutları puanları arasındaki korelasyona ait bulgular Tablo 5’te verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zaman engelleri (ölçeğin geneli) ile boş zaman motivasyonlarının (ölçeğin geneli) arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki mevcuttur ( $r=,26$ ,  $p=,000 < ,05$ ). Üniversite öğrencilerinin boş zaman engelleri, boş zaman motivasyonlarının yaklaşık %7’sini ( $r^2=0,26 \times 0,26=0,07$ ) açıklamaktadır.

Boş zaman engelleri alt faktörlerinden “birey psikolojisi”, boş zaman motivasyonu ölçeğinin geneli ile düşük düzeyde anlamlı ilişkiye sahiptir ( $r=,15$ ,  $p=,007 < ,05$ ) ve boş zaman motivasyonunun yaklaşık olarak %2’sini ( $r^2=0,15 \times 0,15=0,02$ ) açıklamaktadır.

Diğer taraftan katılımcıların serbest zaman engellerinden biri olarak değerlendirilen “birey psikolojisi”, boş zaman motivasyonu alt faktörlerinin tümü ile düşük düzeyde anlamlı ilişkilere sahiptir. Buna göre, birey psikolojisinin, boş zaman motivasyonu alt boyutlarından en düşük ilişkiyi “dışsal düzenleme” alt boyutu ile göstermişken ( $r=,13$ ,  $p=,019 < ,05$ ), en yüksek ilişki içinde olduğu faktörler “özdeşim-içe atım” ( $r=,23$ ,  $p=,000 < ,05$ ) ile “motivasyonsuzluktur” ( $r= -,21$   $p=,000 < ,05$ ). Ancak “motivasyonsuzluk” ile “birey psikolojisi” arasındaki ilişki negatiftir. Yani, bireyin boş zaman engeli olarak kendi psikolojisinin önemi arttıkça boş zamana yönelik motivasyonsuzluk düşmektedir. Diğer bir ifade ile boş zamana yönelik motivasyon artmaktadır.

Katılımcıların boş zamanlarına yönelik bilgi eksikliği ile boş zaman motivasyonları arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki mevcuttur ( $r=,15$ ,  $p=,006 < ,05$ ) ve “boş zaman engelleri” alt faktörlerinden olan bilgi eksikliği, bireylerin boş zaman motivasyonlarının %2’sini ( $r^2=0,15 \times 0,15=0,02$ ) açıklamaktadır. Katılımcıların boş zaman engelleri “bilgi eksikliği” alt boyutuna ait puanları, boş zaman motivasyonları alt faktörlerinden “bilmek ve başarmak” alt faktörüne ait puanlarla en düşük ilişki göstermişken ( $r=,13$ ,  $p=,026 < ,05$ ), en yüksek ilişki içinde olduğu faktör “uyaran yaşama” ( $r=,20$ ,  $p=,000 < ,05$ ) alt faktörüdür.

Boş zaman engelleri ölçme aracının “tesis” alt faktörü, ile boş zaman motivasyonları arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki mevcuttur ( $r=,20$ ,  $p=,000 < ,05$ ) ve bu faktöre ait puanlar, bireylerin boş zaman motivasyonlarının %4’ünü ( $r^2=0,20 \times 0,20=0,02$ ) açıklamaktadır. Katılımcıların boş zaman engelleri “tesis” alt faktörüne ait puanları, boş zaman motivasyonları alt faktörlerinden “motivasyonsuzluk” alt faktörüne ait puanlarla en düşük ilişki göstermişken, bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $r=,003$ ,  $p=,962 > ,05$ ). Katılımcıların “tesis” alt faktörü puanlarının, boş zaman motivasyonu ölçeğinin alt faktörlerinden en yüksek ilişki içinde olduğu faktör “uyaran yaşama” ( $r=,22$ ,  $p=,000 < ,05$ ) alt faktörüdür.

Araştırma kapsamındaki katılımcılara ait “arkadaş eksikliği” faktöründeki puanlar, boş zaman motivasyonu arasında düşük düzeyde bir ilişki mevcuttur. Ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $r=,10$ ,  $p=,07 > ,05$ ). Boş zaman engelleri alt faktörlerinden olan “arkadaş eksikliği” en yüksek ilişkiyi “motivasyonsuzluk” alt faktörü ile göstermiştir ( $r= -,23$ ,  $p=,000 < ,05$ ). Ancak, elde edilen bu ilişki negatiftir. Yani bireyin boş zaman engeli olarak, arkadaş eksikliğine verdiği önem arttıkça motivasyonsuzluk azalmaktadır. Diğer bir ifade ile boş zamana yönelik motivasyon artmaktadır.

Zaman alt faktörüne ait katılımcı puanları ile boş zamana yönelik motivasyon arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki mevcuttur ( $r=,26$ ,  $p=,000 < ,05$ ). Katılımcıların bu zaman alt faktöründen aldıkları puanlar boş zaman yönelik motivasyonlarının yaklaşık olarak %7'sini ( $r^2=0,26 \times 0,26=0,02$ ) açıklamaktadır. Bu alt faktöre ait puanlar ile boş zaman motivasyonu alt faktörleri arasındaki ilişki dikkate alındığında, “zaman” faktörünün en yüksek ilişki gösterdiği faktör “özdeşim içe atım” faktörü iken ( $r=,28$ ,  $p=,000 < ,05$ ), en düşük ilişkiyi motivasyonsuzluk faktörü ile göstermiştir ( $r=-,072$   $p=,201 > ,05$ ).

Boş zaman engelleri ölçeği “ilgi eksikliği” alt faktöründe katılımcıların aldıkları puanlar, boş zaman engelleri motivasyonları ile düşük düzeyde anlamlı ilişkiye sahiptir ( $r=,20$ ,  $p=,00 < ,05$ ), Katılımcıların “ilgi eksikliği” alt faktöründen aldıkları puanlar boş zaman yönelik motivasyonlarının yaklaşık olarak %4'ünü ( $r^2=0,20 \times 0,20=0,04$ ) açıklamaktadır. Bu alt faktöre ait puanlar ile boş zaman motivasyonu alt faktörleri arasındaki ilişki dikkate alındığında, “ilgi eksikliği” faktörünün en yüksek ilişki gösterdiği faktör “özdeşim içe atım” faktörü iken ( $r=,24$ ,  $p=,00 < ,05$ ), en düşük ilişkiyi motivasyonsuzluk faktörü ile göstermiştir ( $r=-,20$   $p=,008 < ,05$ ).

Araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algıları ile boş zamana yönelik motivasyonlarının yaş düzeylerine göre değişip değişmediğine ait bulgular Tablo 6 ve Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 6: Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının yaş düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları

	Yaş	N	$\bar{X}$	S	F(2-314)	p
Birey psikolojisi	17-20	112	7,95	1,90	,134	,875
	21-24	176	7,82	2,14		
	25 ve üstü	29	7,89	1,56		
Bilgi eksikliği	17-20	112	8,39	2,15	,321	,726
	21-24	176	8,27	2,06		
	25 ve üstü	29	8,58	1,54		
Tesis	17-20	112	8,82	1,96	,979	,377
	21-24	176	8,85	2,02		
	25 ve üstü	29	9,37	1,71		
Arkadaş eksikliği	17-20	112	7,89	2,03	,178	,837
	21-24	176	8,02	1,91		
	25 ve üstü	29	8,03	1,76		
Zaman	17-20	112	8,28	1,58	,889	,412
	21-24	176	8,51	1,82		
	25 ve üstü	29	8,17	1,28		
İlgi Eksikliği	17-20	112	8,30	1,57	,229	,796
	21-24	176	8,23	1,94		
	25 ve üstü	29	8,48	2,14		
Boş zaman engelleri algısı	17-20	112	49,65	7,60	,163	,849
	21-24	176	49,74	8,04		
	25 ve üstü	29	50,55	5,44		

Tablo 6’da katılımcıların boş zaman engelleri ölçeğinin geneli ve alt faktörlerinden aldıkları puanların yaş değişkenine göre değişip değişmediğine ait bulgular verilmiştir.



Buna göre, boş zamanları engelleri ölçeğinin genelinden alınan puanlar her ne kadar yaş ilerledikçe artsa da ( $\bar{X}_{17-20}= 49,65$ ;  $\bar{X}_{21-24}= 49,74$ ;  $\bar{X}_{25\text{ ve üstü}}= 50,55$  ) elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=,163$ ;  $p=,849 > ,05$ ).

Boş zaman engelleri ölçeğinin “birey psikolojisi” alt boyutunda 17-20 yaş aralığındaki katılımcıların aldıkları puanlar ( $\bar{X}_{17-20}= 7,95$ ) diğer yaş gruplarına göre ( $\bar{X}_{21-24}= 7,82$ ;  $\bar{X}_{25\text{ ve üstü}}= 7,89$ ) daha yüksektir. Ancak bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=,134$ ;  $p=,875 > ,05$ ).

“Bilgi eksikliği” alt faktöründe ise 25 ve üstü yaş grubundaki katılımcıların ortalama puanları ( $\bar{X}_{25\text{ ve üstü}}= 8,58$ ) diğer yaş gruplarına göre ( $\bar{X}_{17-20}= 8,39$ ;  $\bar{X}_{21-24}= 8,27$ ) daha yüksektir. Ancak, benzer şekilde bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=,321$ ;  $p=,726 > ,05$ ).

Boş zamanı engellerinin “tesis” alt faktöründe katılımcıların ortalama puanları yaş ilerledikçe artmıştır ( $\bar{X}_{17-20}= 8,82$ ;  $\bar{X}_{21-24}= 8,85$ ;  $\bar{X}_{25\text{ ve üstü}}= 9,37$ ). Katılımcıların yaşları ilerledikçe serbest zamanları engellerinin tesis yetersizliğinden kaynaklandığı yönündeki algı düzeyleri artmaktadır. Ancak bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=,979$ ;  $p=,377 > ,05$ ).

Serbest zaman engelleri ölçeğinin “arkadaş eksikliği” alt faktöründe elde edilen bulgulara göre, yaş ilerledikçe serbest zamanlarının arkadaş eksikliğinden dolayı engellendiği daha önemli görülmektedir ( $\bar{X}_{17-20}= 7,89$ ;  $\bar{X}_{21-24}= 8,02$ ;  $\bar{X}_{25\text{ ve üstü}}= 8,03$ ). Ancak yaş gruplarından elde edilen puanlar bazında olan bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=,178$ ;  $p=,837 > ,05$ ).

Boş zaman ölçeğinin “zaman” alt faktöründeki ortalama puanlar ( $\bar{X}_{17-20}= 8,28$ ;  $\bar{X}_{21-24}= 8,51$ ;  $\bar{X}_{25\text{ ve üstü}}= 8,17$ ) katılımcıların yaşlarına göre herhangi bir anlamlı farklılık göstermemektedir ( $F_{(2-314)}=,889$ ;  $p=,412 > ,05$ ).

İlgi eksikliği alt faktöründe elde edilen bulgulara göre, 25 ve üstü yaş grubuna sahip katılımcıların boş zaman engeli olarak ilgi eksikliğini ( $\bar{X}_{25\text{ ve üstü}}= 8,48$ ) diğer yaş gruplarına göre ( $\bar{X}_{17-20}= 8,30$ ;  $\bar{X}_{21-24}= 8,23$ ) daha önemli görmektedirler. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=,229$ ;  $p=,796 > ,05$ ).

Tablo 7: Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının yaş düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları

	Yaş	N	$\bar{X}$	S	F(2-314)	p	Post Hoc (LSD)
Motivasyonsuzluk	17-20	112	10,30	2,57	3,111	,046	3>2
	21-24	176	9,70	2,61			
	25 ve üstü	29	10,75	2,69			
Bilmek ve başarmak	17-20	112	22,21	3,63	,411	,663	
	21-24	176	21,88	3,94			
	25 ve üstü	29	21,58	4,08			
Uyaran yaşama	17-20	112	10,77	1,81	,127	,881	
	21-24	176	10,83	2,31			
	25 ve üstü	29	10,62	2,59			
Özdeşim içe atım	17-20	112	22,03	3,27	,296	,744	
	21-24	176	22,31	3,85			
	25 ve üstü	29	21,89	4,07			
Dışsal düzenleme	17-20	112	13,71	2,36	,796	,452	
	21-24	176	13,99	2,27			
	25 ve üstü	29	14,24	2,60			
Boş zaman motivasyonu	17-20	112	79,04	9,76	,035	,965	
	21-24	176	78,73	10,97			
	25 ve üstü	29	79,10	11,75			

\*p<,05 Kriterler: "17-20 =1"; "21-24=2"; "25 ve Üstü =3"

Araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zaman motivasyon ölçeğinin geneli ve alt faktörlerden elde edilen ortalama puanlarının yaşa göre değişip değişmediğine ait bulgular Tablo 6’da verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, katılımcılar boş zamanlarına yönelik motivasyon düzeyleri yaşa göre herhangi bir farklılık göstermemektedir ( $F_{(2-314)}=,035$ ;  $p=,965 > ,05$ ).

Alt faktörler dikkate alındığında, “motivasyonsuzluk” haricinde diğer alt faktörler bazında yaş değişkenine göre herhangi anlamlı bir farklılık yoktur. Buna göre “motivasyonsuzluk” alt faktöründe en yüksek ortalama puana sahip yaş aralığı sırasıyla, 25 ve üstü ( $\bar{X}_{25\ ve\ üstü}= 10,75$ ), 17-20 ( $\bar{X}_{17-20}= 20,30$ ) ve 21-24 ( $\bar{X}_{21-24}= 9,70$ ) yaş aralığı şeklindedir. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ( $F_{(2-314)}=3,111$ ;  $p=,04 < ,05$ ). Farkın kaynağını belirlemek için yapılan post-hoc (LSD) testi sonucuna göre farkın kaynağı 25 yaş ve üstü gruptur. Buradan hareketle yaş arttıkça serbest zamana yönelik motivasyonsuzluk düzeyinin arttığı söylenebilir. Bilmek ve başarmak alt faktörü dikkate alındığında, yaş düştükçe bu alt faktöre yönelik puanların düştüğü görülmektedir ( $\bar{X}_{17-20}= 22,21$ ;  $\bar{X}_{21-24}= 21,88$ ;  $\bar{X}_{25\ ve\ üstü}= 21,58$ ). Ancak bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=,411$ ;  $p=,663 > ,05$ ). Benzer şekilde ölçeğin diğer alt boyutları olan “uyaran yaşama” ( $F_{(2-314)}=,127$ ;  $p=,881 > ,05$ ), “özdeşim içe atım” ( $F_{(2-314)}=,296$ ;  $p=,744 > ,05$ ), “dışsal düzenleme” ( $F_{(2-314)}=,796$ ;  $p=,452 > ,05$ ) faktörlerinde de yaş değişkenine göre herhangi bir anlamlı farklılık yoktur.

Araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algıları ile boş zamana yönelik motivasyonlarının cinsiyete göre değişip değişmediğine ait bulgular Tablo 8 ve Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 8: Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi sonuçları

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	t	sd	p
Birey psikolojisi	Kadın	130	8,16	1,89	2,08	315	,038
	Erkek	187	7,68	2,07			
Bilgi eksikliği	Kadın	130	8,63	1,97	2,11	315	,035
	Erkek	187	8,14	2,09			
Tesis	Kadın	130	9,02	1,82	,97	315	,328
	Erkek	187	8,80	2,07			
Arkadaş eksikliği	Kadın	130	8,06	2,07	,67	315	,501
	Erkek	187	7,91	1,84			
Zaman	Kadın	130	8,50	1,73	,86	315	,387
	Erkek	187	8,33	1,67			
İlgi Eksikliği	Kadın	130	8,35	1,78	,56	315	,573
	Erkek	187	8,23	1,87			
Boş zaman engelleri algısı	Kadın	130	50,74	7,97	1,86	315	,063
	Erkek	187	49,11	7,39			

\*p<,05 Kriterler: “Kadın=1”; “Erkek=2”

Tablo 8’de görüldüğü üzere, araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zamanlar engelleri ölçeğinin genelinden aldıkları ortalama puanlar arasında her ne kadar kadınlar lehine ( $\bar{X}_{kadın}= 50,74$ ;  $\bar{X}_{erkek}= 49,11$ ) bir farklılık varsa da elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $t_{315}=1,86$ ;  $p=,063 > ,05$ ). Buradan hareketle kadınların ve erkeklerin serbest zaman engelleri olarak önemsedikleri etkenlerin genel olarak benzer olduğu söylenebilir.

Birey psikolojisi alt faktörü dikkate alındığında, araştırma kapsamındaki kadın katılımcıların bu alt faktöre yönelik puan ortalamalarının ( $\bar{X}_{kadın}= 8,16$ ), erkek

katılımcılardan ( $\bar{X}_{erkek} = 7,68$ ) daha yüksektir. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ( $t_{315} = 2,08$ ;  $p = ,038 < ,05$ ). Elde edilen bu bulgulardan hareketle kadınların boş zaman engellerinden olan birey psikolojisini daha önemli bir etken olarak gördüğü söylenebilir. Benzer şekilde “bilgi eksikliği” alt faktöründe de kadınlar erkeklere ( $\bar{X}_{kadın} = 8,63$ ;  $\bar{X}_{erkek} = 8,14$ ) göre daha yüksek puan ortalamasına sahiptirler. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ( $t_{315} = 2,11$ ;  $p = ,035 < ,05$ ). Buna göre, “bilgi eksikliği” alt faktöründe kadınların boş zaman engellerine yönelik algılarının erkeklere göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

Ölçeğin diğer alt boyutları olan; tesis ( $t_{315} = ,97$ ;  $p = ,328 > ,05$ ), arkadaş eksikli ( $t_{315} = ,67$ ;  $p = ,501 > ,05$ ), zaman ( $t_{315} = ,86$ ;  $p = ,387 > ,05$ ) ve ilgi eksikliği ( $t_{315} = ,56$ ;  $p = ,573 > ,05$ ) alt boyutlarında da kadınlar daha yüksek puanlara sahiptirler. Ancak elde edilen bu farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı değildir. Buna göre ilgili faktörleri, kadın ve erkek katılımcıların boş zaman engeli olarak benzer önem düzeyinde gördükleri söylenebilir.

Tablo 9: Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının cinsiyet düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi sonuçları

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	t	sd	p
Motivasyonsuzluk	Kadın	130	10,40	2,60	2,20	315	,028
	Erkek	187	9,74	2,61			
Bilmek ve başarmak	Kadın	130	22,23	3,94	1,01	315	,309
	Erkek	187	21,79	3,76			
Uyaran yaşama	Kadın	130	10,89	2,14	,66	315	,507
	Erkek	187	10,72	2,19			
Özdeşim içe atım	Kadın	130	22,22	3,88	,17	315	,862
	Erkek	187	22,14	3,53			
Dışsal düzenleme	Kadın	130	13,66	2,59	-1,63	315	,103
	Erkek	187	14,09	2,13			
Boş zaman motivasyonu	Kadın	130	79,41	11,09	,749	315	,455
	Erkek	187	78,50	10,26			

\*p<,05 Kriterler: “Kadın=1”; “Erkek=2”

Araştırma kapsamında katılımcıların boş zaman motivasyon düzeyleri ve alt faktörlerine ait puan ortalamalarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına ait bulgular Tablo 9’da verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, ölçeğin genelinden elde edilen puanlarda kadın katılımcıların puanları ( $\bar{X}_{kadın} = 79,41$ ) erkeklere göre ( $\bar{X}_{erkek} = 78,50$ ) daha yüksektir. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $t_{315} = ,749$ ;  $p = ,455 > ,05$ ). Motivasyonsuzluk faktörüne ait elde edilen bulgular dikkate alındığında, kadınlar ( $\bar{X}_{kadın} = 10,40$ ) ile erkeklerin motivasyon düzeyleri ( $\bar{X}_{erkek} = 9,74$ ) arasında anlamlı farklılık mevcuttur ( $t_{315} = 2,20$ ;  $p = ,028 < ,05$ ). Buna göre, ölçeğin motivasyonsuzluk alt boyutunda, kadın katılımcıların motivasyon düzeyleri, erkek katılımcılardan daha yüksektir. Ölçeğin diğer alt boyutlarında, şekilde ölçeğin alt boyutlarında da boş zamana yönelik motivasyon düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Buna göre, bilmek ve başarmak ( $t_{315} = 1,01$ ;  $p = ,309 > ,05$ ) uyaran yaşama ( $t_{315} = ,66$ ;  $p = ,507 > ,05$ ), özdeşim içe atım ( $t_{315} = ,17$ ;  $p = ,862 > ,05$ ) ve dışsal düzenleme ( $t_{315} = -1,63$ ;  $p = ,103 > ,05$ ) faktörlerinde de cinsiyete göre herhangi bir anlamlı farklılık yoktur.

Araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algıları ile boş zamana yönelik motivasyonlarının sınıf düzeylerine göre değişip değişmediğine ait bulgular Tablo 10 ve Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 10: Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının sınıf düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları

	Sınıf	N	$\bar{X}$	S	F(3-313)	p
Birey psikolojisi	1.sınıf	102	7,82	1,95	1,190	,314
	2.sınıf	93	8,12	1,72		
	3.sınıf	85	7,88	2,23		
	4.sınıf	37	7,40	2,27		
Bilgi eksikliği	1.sınıf	102	8,14	2,31	,815	,486
	2.sınıf	93	8,60	1,88		
	3.sınıf	85	8,34	2,05		
	4.sınıf	37	8,27	1,67		
Tesis	1.sınıf	102	8,63	2,02	1,029	,380
	2.sınıf	93	9,12	1,91		
	3.sınıf	85	8,94	1,98		
	4.sınıf	37	8,89	1,96		
Arkadaş eksikliği	1.sınıf	102	7,86	2,01	,250	,861
	2.sınıf	93	8,08	1,97		
	3.sınıf	85	7,96	1,84		
	4.sınıf	37	8,08	1,90		
Zaman	1.sınıf	102	8,33	1,64	,217	,884
	2.sınıf	93	8,45	1,70		
	3.sınıf	85	8,48	1,83		
	4.sınıf	37	8,27	1,55		
İlgi Eksikliği	1.sınıf	102	8,41	1,60	1,290	,278
	2.sınıf	93	8,43	1,72		
	3.sınıf	85	7,95	2,18		
	4.sınıf	37	8,32	1,81		
Boş zaman engelleri algısı	1.sınıf	102	49,21	7,58	,844	,471
	2.sınıf	93	50,82	7,55		
	3.sınıf	85	49,56	8,06		
	4.sınıf	37	49,24	7,29		

Yapılan araştırma ile boş zamanlar engelleri ölçeğinin geneli ve alt faktörlerinden elde edilen puanların katılımcıların sınıf düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı ait bulgular Tablo 10’da verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, üniversite ikinci sınıf öğrencilerinin ölçekten aldıkları ortalama puan ( $\bar{X}_{2.sınıf} = 50,82$ ) diğer sınıflara göre ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 49,21$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 49,56$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 49,24$ ) daha yüksek olarak elde edilmiştir.

Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)}=2,529$ ;  $p=,06 > ,05$ ). Buna göre, katılımcıların boş zaman engelleri hakkındaki algılarının genel olarak benzer olduğu söylenebilir.

Boş zaman engelleri ölçeğinin “birey psikolojisi” alt boyutunda 2. sınıfta okuyan katılımcıların aldıkları puanlar ( $\bar{X}_{2.sınıf} = 8,12$ ) diğer yaş gruplarına göre ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 7,82$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 7,88$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 7,40$ ) daha yüksektir. Ancak bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)}=1,190$ ;  $p=,314 > ,05$ ).

“Bilgi eksikliği” alt faktöründe de benzer şekilde 2.sınıf ta okuyan katılımcıların ortalama puanları ( $\bar{X}_{2.sınıf} = 8,60$ ) diğer sınıf düzeylerine göre ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 8,14$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 8,34$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 8,27$ ) daha yüksektir. Ancak, benzer şekilde bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)}=,815$ ;  $p=,486 > ,05$ ).

Boş zaman engellerinin “tesis” alt faktöründe sınıf düzeyine göre katılımcıların ortalama puanları arasında anlamlı farklılık yoktur ( $F_{(3-313)}=1,029$ ;  $p=,380 > ,05$ ). Serbest zaman engelleri ölçeğinin “arkadaş eksikliği” alt faktöründe elde edilen bulgulara göre, katılımcıların sınıf düzeylerine göre ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ( $F_{(3-313)}=0,250$ ;  $p=,861 > ,05$ ).

Boş zaman ölçeğinin “zaman” alt faktöründeki ortalama puanlar ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 8,33$ ;  $\bar{X}_{2.sınıf} = 8,45$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 8,48$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 8,27$ ) katılımcıların sınıf düzeylerine göre herhangi bir anlamlı farklılık göstermemektedir ( $F_{(2-314)}=,889$ ;  $p=,412 > ,05$ ).

İlgi eksikliği alt faktöründe elde edilen bulgulara göre, 2. sınıfta okuyan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X}_{2.sınıf} = 8,43$ ) diğer sınıflardan ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 8,41$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 7,95$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 8,32$ ) yüksektir. Ancak bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)}=1,290$ ;  $p=,278 > ,05$ ).



Tablo 11: Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının sınıf düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları

	Sınıf	N	$\bar{X}$	S	F(3-313)	p
Motivasyonsuzluk	1.sınıf	102	9,89	2,68	1,812	,145
	2.sınıf	93	10,21	2,51		
	3.sınıf	85	9,62	2,73		
	4.sınıf	37	10,72	2,36		
Bilmek ve başarmak	1.sınıf	102	22,38	3,46	1,462	,225
	2.sınıf	93	21,77	3,99		
	3.sınıf	85	21,41	4,33		
	4.sınıf	37	22,64	3,03		
Uyaran yaşama	1.sınıf	102	10,75	1,93	1,598	,190
	2.sınıf	93	10,62	2,27		
	3.sınıf	85	10,71	2,33		
	4.sınıf	37	11,51	2,10		
Özdeşim içe atım	1.sınıf	102	22,42	3,26	1,650	,178
	2.sınıf	93	21,97	3,92		
	3.sınıf	85	21,68	4,12		
	4.sınıf	37	23,16	2,76		
Dışsal düzenleme	1.sınıf	102	14,05	2,40	1,487	,218
	2.sınıf	93	13,72	2,21		
	3.sınıf	85	13,69	2,36		
	4.sınıf	37	14,54	2,31		
Boş zaman motivasyonu	1.sınıf	102	79,50	9,65	2,529	,06
	2.sınıf	93	78,31	11,04		
	3.sınıf	85	77,12	11,47		
	4.sınıf	37	82,59	9,14		

Araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zamana yönelik genel motivasyon düzeyleri ve ölçeğin alt faktörlerinden elde edilen ortalama puanlarının sınıf düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ait bulgular Tablo 11’de verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, katılımcıların boş zamanlarına yönelik motivasyon düzeyleri genel olarak 4.sınıf öğrencilerinde ( $\bar{X}_{4.sınıf} = 82,59$ ) diğer sınıf düzeylerine göre ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 79,50$ ;

$\bar{X}_{2.sınıf} = 78,31$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 77,12$ ) daha yüksek olsa da elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = 2,529$ ;  $p = ,06 > ,05$ ).

Alt faktörler dikkate alındığında, ölçeğin geneli ile paralel olarak tüm alt faktörler bazında 4. sınıf lehine bir farklılık elde edilmiş olsa da bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir. Buna göre, motivasyonsuzluk alt faktöründe 4. sınıf öğrencilerinin motivasyon düzeyleri ( $\bar{X}_{4.sınıf} = 10,72$ ) diğer sınıflardan ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 9,89$ ;  $\bar{X}_{2.sınıf} = 10,21$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 9,63$ ) daha yüksektir. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = 1,812$ ;  $p = ,145 > ,05$ ).

Benzer şekilde ölçeğin alt boyutlarında da boş zamana yönelik motivasyon düzeyleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Buna göre, bilmek ve başarmak ( $F_{(3-313)} = 1,462$ ;  $p = ,225 > ,05$ ) “uyaran yaşama” ( $F_{(3-313)} = 1,598$ ;  $p = ,190 > ,05$ ), “özdeşim içe atım” ( $F_{(3-313)} = 1,650$ ;  $p = ,178 > ,05$ ), “dışsal düzenleme” ( $F_{(3-313)} = 1,487$ ;  $p = ,218 > ,05$ ) faktörlerinde de sınıf düzeylerine göre herhangi bir anlamlı farklılık yoktur.

Araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algıları ile boş zamana yönelik motivasyonlarının okudukları bölümlerine göre değişip değişmediğine ait bulgular Tablo 12 ve Tablo 13'te verilmiştir.

Tablo 12: Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının bölümlerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları

	Sınıf	N	$\bar{X}$	S	F(3-313)	p
Birey psikolojisi	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	7,84	2,01	1,202	,309
	Antrenörlük Eğitimi	114	7,97	1,99		
	Spor Yöneticiliği	36	7,30	2,27		
	Rekreasyon	95	8,01	1,91		
Bilgi eksikliği	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	8,47	1,86	,264	,851
	Antrenörlük Eğitimi	114	8,40	2,22		
	Spor Yöneticiliği	36	8,19	1,78		
	Rekreasyon	95	8,24	2,10		
Tesis	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	8,73	2,07	,509	,677
	Antrenörlük Eğitimi	114	8,83	1,98		
	Spor Yöneticiliği	36	9,19	2,02		
	Rekreasyon	95	8,96	1,88		
Arkadaş eksikliği	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	7,88	1,98	1,165	,323
	Antrenörlük Eğitimi	114	8,07	1,94		
	Spor Yöneticiliği	36	7,47	1,96		
	Rekreasyon	95	8,13	1,88		
Zaman	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	8,61	1,73	,631	,596
	Antrenörlük Eğitimi	114	8,27	1,76		
	Spor Yöneticiliği	36	8,30	1,28		
	Rekreasyon	95	8,43	1,74		
İlgi Eksikliği	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	8,48	1,81	,885	,449
	Antrenörlük Eğitimi	114	8,34	1,64		
	Spor Yöneticiliği	36	8,33	1,75		
	Rekreasyon	95	8,04	2,08		
Boş zaman engelleri algısı	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	50,04	7,25	,230	,876
	Antrenörlük Eğitimi	114	49,89	7,18		
	Spor Yöneticiliği	36	48,80	6,99		
	Rekreasyon	95	49,83	8,78		

Araştırma kapsamında, boş zamanlar engelleri ölçeğinin geneli ve alt faktörlerinden elde edilen puanların katılımcıların okudukları bölümlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı ait bulgular Tablo 12'de verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, Beden Eğitimi ve Spor

öğretmenliği bölümü öğrencilerinin ölçekten aldıkları ortalama puan ( $\bar{X}_{beden} = 50,04$ ) diğer bölümlere göre ( $\bar{X}_{Antr} = 49,89$ ;  $\bar{X}_{spor} = 48,80$ ;  $\bar{X}_{Rek} = 49,83$ ) daha yüksek olarak elde edilmiştir. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = ,230$ ;  $p = ,876 > ,05$ ). Buna göre, farklı bölümlerde okuyan katılımcıların boş zaman engelleri hakkındaki önemli gördükleri etkenlerin genel olarak benzer olduğu söylenebilir.

Elde edilen bu bulgulara paralel olarak ölçeğin alt faktörlerinden olan “bilgi eksikliği”, “zaman” ve “ilgi eksikliği” faktörlerindeki bulgular benzerdir. Buna göre, “Bilgi eksikliği” alt faktöründe de benzer şekilde Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin ölçekten aldıkları ortalama puan ( $\bar{X}_{beden} = 8,47$ ) diğer bölümlere göre ( $\bar{X}_{Antr} = 8,40$ ;  $\bar{X}_{spor} = 8,19$   $\bar{X}_{Rek} = 8,24$ ) daha yüksek olarak elde edilmiştir. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = ,264$ ;  $p = ,851 > ,05$ ).

Boş zaman ölçeğinin “zaman” alt faktöründeki ortalama puanlar dikkate alındığında, benzer şekilde Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin ölçekten aldıkları ortalama puan ( $\bar{X}_{beden} = 8,61$ ) diğer bölümlere göre ( $\bar{X}_{Antr} = 8,27$ ;  $\bar{X}_{spor} = 8,30$   $\bar{X}_{Rek} = 8,43$ ) daha yüksek olarak elde edilmiştir. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = ,631$ ;  $p = ,596 > ,05$ ). İlgi eksikliği alt faktöründe de elde edilen bulgular benzerdir. Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği bölümündeki katılımcıların boş zaman engellerini önemli görme düzeyleri ( $\bar{X}_{beden} = 8,48$ ) diğer bölümlerden ( $\bar{X}_{Antr} = 8,34$ ;  $\bar{X}_{spor} = 8,33$   $\bar{X}_{Rek} = 8,04$ ) daha yüksektir. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = ,885$ ;  $p = ,449 > ,05$ ).

Boş zaman engeli ölçeğinin birey psikolojisi ( $F_{(3-313)} = 1,202$ ;  $p = ,309 > ,05$ ) ve tesis ( $F_{(3-313)} = ,509$ ;  $p = ,677 > ,05$ ) alt faktörlerinde de öğrenim görülen bölümlere göre anlamlı bir farklılık yoktur.

Tablo 13: Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının bölüm düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları

Sınıf		N	$\bar{X}$	S	F(3-313)	P
Motivasyonsuzluk	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	9,90	2,88	1,975	,118
	Antrenörlük Eğitimi	114	10,21	2,48		
	Spor Yöneticiliği	36	10,72	2,58		
	Rekreasyon	95	9,58	2,55		
Bilmek ve başarmak	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	21,43	4,42	,988	,399
	Antrenörlük Eğitimi	114	21,85	3,58		
	Spor Yöneticiliği	36	22,36	3,57		
	Rekreasyon	95	22,37	3,76		
Uyaran yaşama	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	10,69	2,58	,511	,675
	Antrenörlük Eğitimi	114	10,85	1,98		
	Spor Yöneticiliği	36	10,44	1,88		
	Rekreasyon	95	10,92	2,16		
Özdeşim içe atım	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	21,80	4,37	,497	,685
	Antrenörlük Eğitimi	114	22,12	3,25		
	Spor Yöneticiliği	36	22,27	3,36		
	Rekreasyon	95	22,49	3,71		
Dışsal düzenleme	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	14,15	2,32	,683	,563
	Antrenörlük Eğitimi	114	13,70	2,24		
	Spor Yöneticiliği	36	13,80	2,55		
	Rekreasyon	95	14,04	2,38		
Boş zaman motivasyonu	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	77,98	12,30	,316	,814
	Antrenörlük Eğitimi	114	78,75	9,61		
	Spor Yöneticiliği	36	79,61	11,08		
	Rekreasyon	95	79,43	10,28		

Tablo 13'te katılımcıların boş zaman motivasyon ölçeği ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamalarının okudukları bölüme göre farklılaşıp farklılaşmadığına ait bulgular verilmektedir. Elde edilen bulgulara göre, ölçeğin genelinden elde edilen ortalama puanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $F_{(3-313)}=,316$ ;  $p=,814 > ,05$ ). Buradan hareketle farklı bölümlerde okuyan katılımcıların boş zamana yönelik motivasyon düzeylerinin benzer olduğu söylenebilir.

Ölçeğin motivasyonsuzluk alt boyutunda Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin ölçekten aldıkları ortalama puan ( $\bar{X}_{spor} = 10,72$ ) diğer bölümlere göre ( $\bar{X}_{beden} = 9,90$ ;  $\bar{X}_{antr} = 10,21$   $\bar{X}_{rek} = 9,58$ ) daha yüksek olarak elde edilmiştir. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = 1,975$ ;  $p = 118 > ,05$ ). Katılımcıların bilmek ve başarmak alt faktöründeki ortalama puanları yukarıda ki bulgulara benzer olarak bölüm düzeyinde herhangi bir farklılık göstermemiştir ( $F_{(3-313)} = 988$ ;  $p = 399 > ,05$ ).

Boş zaman motivasyon ölçeğinin uyarın yaşama ( $F_{(3-313)} = 511$ ;  $p = 675 > ,05$ ), özdeşim içe atım ( $F_{(3-313)} = 497$ ;  $p = 685 > ,05$ ) ve dışsal düzenleme ( $F_{(3-313)} = 683$ ;  $p = 563 > ,05$ ) alt faktörlerinde de katılımcıların okudukları bölümlere göre herhangi anlamlı bir farklılık yoktur. Elde edilen bu bulgular katılımcıların boş zaman motivasyon düzeylerinin sınıf düzeylerine göre değişmediği ve ölçeğin geneli ve alt faktörler için benzer olduğuna işaret etmektedir.

Araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algıları ile boş zamana yönelik motivasyonlarının aktif spor yapma durumlarına göre değişip değişmediğine ait bulgular Tablo 14 ve Tablo 15'te verilmiştir.

Tablo 14: Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının aktif spor yapma durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi sonuçları

	Aktif Spor	N	$\bar{X}$	S	t	sd	p
Birey psikolojisi	Evet	199	7,89	2,09	,222	315	,824
	Hayır	118	7,84	1,87			
Bilgi eksikliği	Evet	199	8,47	2,03	1,412	315	,159
	Hayır	118	8,13	2,07			
Tesis	Evet	199	8,95	2,07	,784	315	,434
	Hayır	118	8,77	1,80			
Arkadaş eksikliği	Evet	199	8,15	1,84	2,032	315	,043
	Hayır	118	7,69	2,06			
Zaman	Evet	199	8,47	1,65	1,044	315	,297
	Hayır	118	8,27	1,77			
İlgi Eksikliği	Evet	199	8,41	1,78	1,617	315	,107
	Hayır	118	8,06	1,91			
Boş zaman engelleri algısı	Evet	199	50,37	7,75	1,774	315	,077
	Hayır	118	48,79	7,45			

\*p<,05 Kriterler: “Evet=1”; “Hayır=2”

Tablo 14’te katılımcıların boş zaman engelleri ölçeği ve alt faktörlerinden aldıkları ortalama puanların aktif spor yapma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığına ait bulgular verilmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre, ölçeğin genelinden elde edilen ortalama puanlar her ne kadar aktif spor yapma lehine ( $\bar{X}_{evet} = 50,37$ ;  $\bar{X}_{hayır} = 48,79$ ) ise de, elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $t_{315} = 1,774$ ;  $p = ,077 > ,05$ ). Elde edilen bu bulgular aktif spor yapan ve aktif spor yapmayan katılımcıların genel olarak serbest zaman ölçeğinden aldıkları puanların benzer olduğuna işaret etmektedir.

Araştırma kapsamındaki katılımcıların arkadaş eksikliği haricinde ölçeğin diğer boyutlarında, ölçeğin geneline paralel olarak aktif spor yapan ve aktif spor yapmayan bireylerin ortalama puanları arasında anlamlı farklılık yoktur. Buna göre, arkadaş eksikliği alt boyutunda elde edilen ortalama puanlar aktif spor yapanlar lehine ( $\bar{X}_{evet} = 8,15$ ;

$\bar{X}_{hayır} = 7,69$ ) farklılaşmaktadır. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ( $t_{315}=2,032$ ;  $p=,043 < ,05$ ). Buradan hareketle aktif spor yapan katılımcıların, yapmayanlara göre arkadaş eksikliğini daha önemli bir boş zaman engeli olarak algıladıkları söylenebilir. Boş zaman engelleri ölçeğinin diğer alt faktörleri de ölçeğin geneline paralel olarak, birey psikolojisi ( $t_{315}=,222$ ;  $p=,824 > ,05$ ), bilgi eksikliği ( $t_{315}=1,412$ ;  $p=,159 > ,05$ ), tesis ( $t_{315}=,784$ ;  $p=,434 > ,05$ ), zaman ( $t_{315}=1,044$ ;  $p=,297 > ,05$ ) ve ilgi eksikliği ( $t_{315}=1,617$ ;  $p=,107 > ,05$ ) boyutlarında aktif spor yapma durumlarına göre herhangi anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.

Tablo 15: Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının aktif spor yapma durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi sonuçları

	Aktif Spor	N	$\bar{X}$	S	t	sd	p
Motivasyonsuzluk	Evet	199	9,82	2,74	-1,620	315	,106
	Hayır	118	10,32	2,38			
Bilmek ve başarmak	Evet	199	22,23	3,67	1,577	315	,116
	Hayır	118	21,53	4,08			
Uyaran yaşama	Evet	199	11,05	2,01	2,745	315	,006
	Hayır	118	10,36	2,36			
Özdeşim içe atım	Evet	199	22,38	3,46	1,273	315	,204
	Hayır	118	21,83	3,99			
Dışsal düzenleme	Evet	199	13,90	2,13	-,133	315	,894
	Hayır	118	13,94	2,65			
Boş zaman motivasyonu	Evet	199	79,40	9,96	1,138	315	,256
	Hayır	118	78,00	11,60			

\* $p < ,05$  Kriterler: “Evet=1”; “Hayır=2”

Araştırma kapsamında katılımcıların boş zaman motivasyon düzeyleri ve alt faktörlerine ait puan ortalamalarının aktif spor yapma durumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığına ait bulgular Tablo 15’te verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, ölçeğin genelinden elde edilen puanlarda aktif spor yapan katılımcıların puanları ( $\bar{X}_{evet} = 79,40$ ) yapmayanlara göre ( $\bar{X}_{hayır} = 78,00$ ) daha yüksektir. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $t_{315}=1,138$ ;  $p=,256 > ,05$ ). Buradan hareketle aktif spor



yapan ve aktif spor yapmayan katılımcıların boş zaman motivasyon düzeylerinin benzer olduğu söylenebilir.

Uyaran yaşama alt faktörüne ait elde edilen bulgular dikkate alındığında, aktif spor yapan katılımcılar ile ( $\bar{X}_{evet}= 11,05$ ) ile aktif spor yapmayan katılımcıların motivasyon düzeyleri ( $\bar{X}_{hayır}= 10,36$ ) arasında aktif spor yapanların lehine anlamlı farklılık mevcuttur ( $t_{315}=2,745$ ;  $p=,028 < ,006$ ). Ölçeğin diğer alt faktörlerinde katılımcıların aldıkları ortalama puanlar, spor yapma durumuna göre herhangi anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Buna göre, motivasyonsuzluk ( $t_{315}=-1,620$ ;  $p=,106 > ,05$ ), bilmek ve başarmak ( $t_{315}=1,577$ ;  $p=,116 > ,05$ ), özdeşim-içe atım ( $t_{315}=1,273$ ;  $p=,204 > ,05$ ) ve dışsal düzenleme ( $t_{315}=-,133$ ;  $p=,894 > ,05$ ) alt faktörlerinde de katılımcı motivasyon düzeyleri üzerinde spor yapma durumu etkili bir değişken olmamıştır.

Tablo 16: Katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algılarının haftalık boş zamanlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları

	Boş zaman	N	$\bar{X}$	S	F(2-314)	p
Birey psikolojisi	0-15	124	7,54	2,19	2,956	,053
	16-31	97	8,12	1,83		
	32 ve üstü	96	8,07	1,89		
Bilgi eksikliği	0-15	124	8,21	2,11	,863	,423
	16-31	97	8,28	2,06		
	32 ve üstü	96	8,57	1,97		
Tesis	0-15	124	8,83	2,07	,106	,900
	16-31	97	8,91	1,97		
	32 ve üstü	96	8,94	1,86		
Arkadaş eksikliği	0-15	124	7,84	2,09	,568	,567
	16-31	97	8,12	1,65		
	32 ve üstü	96	8,01	1,99		
Zaman	0-15	124	8,36	1,70	,169	,844
	16-31	97	8,48	1,56		
	32 ve üstü	96	8,36	1,83		
İlgi Eksikliği	0-15	124	8,13	1,86	1,928	,147
	16-31	97	8,58	1,72		
	32 ve üstü	96	8,16	1,88		
Boş zaman engelleri algısı	0-15	124	48,93	8,28	1,316	,270
	16-31	97	50,52	6,59		
	32 ve üstü	96	50,13	7,82		

Tablo 16’da araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin boş zaman engelleri ölçeğinden aldıkları puanların haftalık boş zaman miktarlarına göre değişip değişmediğine ilişkin bulgular verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, katılımcıların haftalık boş zamanlarına göre ölçekten aldıkları puanlar değişse de ( $\bar{X}_{0-15}= 48,93$ ;  $\bar{X}_{16-31}= 50,52$ ;  $\bar{X}_{32 ve üstü}= 50,13$  ), boş zamanlar ölçeğinin genelinden aldıkları puanlar haftalık boş saat miktarına göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $F_{(2-314)}=1,316$ ;  $p=,270 > ,05$ ).

Birey psikolojisi alt faktörü dikkate alındığında, ölçeğin bu alt faktöründe elde edilen puanlar katılımcıların haftalık boş saat zamanına göre değişmektedir ( $\bar{X}_{0-15}=7,54$ ;  $\bar{X}_{16-31}= 8,12$ ;  $\bar{X}_{32 ve üstü}= 8,07$ ). Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=2,956$ ;  $p=,053 > ,05$ ). Ölçeğin geneli için elde edilen bulgular diğer alt

faktörlerle de benzerlik göstermektedir. Buna göre, bilgi eksikliği ( $F_{(2-314)}=,863$ ;  $p=,423 > ,05$ ), tesis ( $F_{(2-314)}=,106$ ;  $p=,900 > ,05$ ), arkadaş eksikliği ( $F_{(2-314)}=568$ ;  $p=,567 > ,05$ ), zaman ( $F_{(2-314)}=169$ ;  $p=,844 > ,05$ ) ve ilgi eksikliği ( $F_{(2-314)}=1,928$ ;  $p=,270 > ,05$ ) boyutlarında aktif spor yapma durumlarına göre herhangi anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.

Tablo 17: Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyonlarının haftalık boş zaman düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) sonuçları

	Boş zaman	N	$\bar{X}$	S	F(2-314)	p	Post Hoc (LSD)
<b>Motivasyonsuzluk</b>	0-15	124	10,38	2,71	3,585	,029	1>3
	16-31	97	10,09	2,51			
	32 ve üstü	96	9,44	2,54			
<b>Bilmek ve başarmak</b>	0-15	124	22,24	3,79	,517	,597	
	16-31	97	21,86	3,83			
	32 ve üstü	96	21,73	3,92			
<b>Uyaran yaşama</b>	0-15	124	10,86	1,83	,136	,873	
	16-31	97	10,79	2,19			
	32 ve üstü	96	10,70	2,54			
<b>Özdeşim içe atım</b>	0-15	124	22,25	3,78	,146	,864	
	16-31	97	22,24	3,53			
	32 ve üstü	96	22,01	3,70			
<b>Dışsal düzenleme</b>	0-15	124	14,08	2,29	1,796	,168	
	16-31	97	14,07	2,21			
	32 ve üstü	96	13,54	2,48			
<b>Boş zaman motivasyonu</b>	0-15	124	79,83	10,64	1,401	,248	
	16-31	97	79,07	10,81			
	32 ve üstü	96	77,44	10,29			

\* $p < ,05$  Kriterler: “0-15 =1”; “16-31=2”; “32 ve Üstü =3”

Araştırma kapsamında katılımcıların boş zaman motivasyon düzeyleri ve alt faktörlerine ait puan ortalamalarının haftalık boş zaman miktarlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığına ait bulgular Tablo 17’de verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, ölçeğin genelinden elde edilen puanlarda haftalık boş zaman saati azaldıkça, katılımcıların boş zamanlarına yönelik motivasyon düzeyleri artmaktadır ( $\bar{X}_{0-15} = 79,83$ ;  $\bar{X}_{16-31} = 79,07$ ;  $\bar{X}_{32 \text{ ve üstü}} = 77,44$ ; ). Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)} = 1,401$ ;  $p = ,248 > ,05$ ). Buradan hareketle farklı süre de boş zamanı olan katılımcıların boş zaman motivasyon düzeylerinin benzer olduğu söylenebilir.

Ölçeğin motivasyonsuzluk alt faktörü dikkate alındığında, Bu faktörden elde edilen puanlar haftalık boş zaman süresine göre değişmektedir ( $\bar{X}_{0-15} = 10,38$ ;  $\bar{X}_{16-31} = 10,09$ ;  $\bar{X}_{32 \text{ ve üstü}} = 9,44$ ). Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ( $F_{(2-314)} = 3,585$ ;  $p = ,029 < ,05$ ). Elde edilen bu farklılığın kaynağını tespit etmek için yapılan Post-Hoc(LSD) testi sonucuna göre, elde edilen farkın kaynağı haftalık 0-15 saat civarı boş zamana sahip katılımcılardır. Buradan hareketle haftalık boş zaman saati azaldıkça, boş zamana yönelik motivasyon düzeyleri de artmaktadır.

Ölçeğin bilmek ve başarmak ( $F_{(2-314)} = ,517$ ;  $p = ,597 > ,05$ ), uyarıcı yaşama ( $F_{(2-314)} = ,136$ ;  $p = ,873 > ,05$ ), özdeşim içe atım ( $F_{(2-314)} = ,146$ ;  $p = ,864 > ,05$ ), dışsal düzenleme ( $F_{(2-314)} = 1,796$ ;  $p = ,168 > ,05$ ) alt faktörlerinde de genel olarak, katılımcıların haftalık boş zaman saatleri azaldıkça, boş zamana yönelik motivasyonları da artmaktadır. Ancak bu farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı değildir.

## BÖLÜM V

### SONUÇ VE TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın bulgularından hareketle ulaşılan sonuçlar açıklanmış ve alan yazındaki çalışmalarla ilişkilendirilerek tartışılmıştır.

#### 5.1. Sonuç ve Tartışma

Bu bölümde, araştırma kapsamına alınan öğrencilerin bazı değişkenlere göre (cinsiyet, yaş, okul türü, sınıf türü, ailenin gelir düzeyi, anne ve babanın eğitim durumu) boş zaman değerlendirme eğilimleri ve sosyal uyum ile iletişim beceri düzeyleri arasında elde edilen istatistiksel ilişkilere ait bulgular tartışılmıştır.

Katılımcıların boş zaman engelleri ölçme aracının geneli ve alt faktörlerinden aldıkları puanlara ait tanımlayıcı istatistikler incelendiğinde olarak serbest zamanlarını engelleyen faktörlerin olduğuna yönelik algıları mevcuttur. Bu algının şekillenmesinde sırasıyla, serbest zamanlarını değerlendirecekleri tesislerin eksikliği ( $\bar{X}=2,96$ ), yeterli zamanı bulamama ( $\bar{X}= 2,80$ ), serbest zaman ile ilgili bilgi eksikliği ( $\bar{X}= 2,78$ ), benzer şekilde serbest zamanla ilgili ilgi eksikliği ( $\bar{X}= 2,76$ ), serbest zamanı değerlendirecek arkadaşların eksikliği ( $\bar{X}= 2.66$ ) ve bireyin kendi psikolojisi ( $\bar{X}=2.62$ ) etkili olmaktadır.

Tablo 4’te yer alan katılımcıların boş zaman motivasyonları ölçeğine verdikleri yanıtlara ilişkin veriler incelendiğinde “özdeşim içe atım” ( $\bar{X}= 3,69$ ), , “bilmek ve başarmak” ( $\bar{X}= 3,66$ ), “uyaran yaşama” ( $\bar{X}= 3,59$ ), “boş zaman motivasyonu” ( $\bar{X}= 3,58$ ), şeklinde ortaya çıkmıştır.

Tablo 3’te yer alan katılımcıların boş zaman engelleri ölçeği ve alt faktörlerine ilişkin betimsel istatistiklere göre en yüksek puanı tesis eksikliği almıştır. Bu alanda yapılan birçok çalışmada tesis eksikliği sonuçları benzer şekilde ortaya konulmuştur. Bununla birlikte bilgi eksikliği ve zaman faktörü de yüksek puan alan faktörlerden birisidir. Öğrencilerin boş zaman değerlendirmelerinde rekreasyonel aktivitelerden haberdar olmadığı ya da zamanlarının yeterli olmadığı sonucuna varılmıştır. Öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmelerinde engel olarak görülen zaman faktörünün etkisini azaltmak için bu alanda seçmeli dersler eklenebilir.

Kaya (2011) tarafından yapılan çalışmada benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır. Yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin üniversitedeki tesis ve olanakları % 91,9 gibi yüksek bir oranda yeterli bulmadığı, yalnızca % 8,1'inin yeterli bulduğu saptanmıştır. Eroğlu, (2001) araştırmasında benzer bir soruyu beş farklı üniversitede sorgulamıştır. Farklı üniversitelerdeki öğrenciler (Muğla Üniversitesi % 46.5, Ege Üniversitesi % 34.4, Dokuz Eylül Üniversitesi % 40.6, Celal Bayar Üniversitesi % 35.3, Balıkesir Üniversitesi % 48.3) en çok oranlarda üniversitelerinde yardımcı imkân ve ortam olmadığını belirtmişlerdir (Eroğlu, 2001). Zengin, Serbaş ve Kolayış, (2001) tarafından yapılan bir çalışmada da öğrencilerin % 67,1'inin rekreatif faaliyetlere katılmadığı belirlenmiştir (Zengin, vd., 2001). Rekreasyon faaliyetlerine istediği ölçüde katılmadığını belirten öğrencilerin rekreasyon faaliyetlerine istedikleri ölçüde katılmama nedenleri incelendiğinde elde edilen veriler ışığında en çok oranı bulunan çevrede tesis – araç gereç olmaması yer almaktadır. Bu çalışmalarda elde edilen oranlar araştırmamızdaki değerlerden daha düşük olmakla birlikte bu durum, ülkemizdeki üniversite öğrencileri için çözümlenmesi gereken önemli bir sorunun olduğunu düşündürmektedir.

Süzer 1996'da Pamukkale Üniversitesinde dört farklı fakültede okuyan üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirme alışkanlıkları ile ilgili yapmış olduğu çalışmada, boş zaman faaliyetlerine istediği ölçüde katılmadığını belirten öğrencilerin toplam içinde %54.8'i, bunun nedenini “çevremde bu tür etkinlikler için tesis, araç-gereç, malzeme yok” yanıtı ile belirtirken, %31.7'si bunun nedenini “boş zaman faaliyetlerine nasıl katılmam konusunda beni yönlendiren kimse yok” seçeneği ile açıklamışlardır.

Tablo 6'da yer alan katılımcıların boş zaman engelleri ölçeği puanları ve ölçekte yer alan alt faktörlerden aldıkları puanların yaş değişkenine göre değişip değişmediğinin incelendiği tek yönlü varyans analizi sonuçlarına baktığımızda ( $\bar{X}_{17-20}= 49,65$ ;  $\bar{X}_{21-24}= 49,74$ ;  $\bar{X}_{25 \text{ ve üstü}}= 50,55$ ) yaş değişkenine göre elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=,163$ ;  $p=,849 > ,05$ ).

Yine Tablo 6'da yer alan katılımcıların boş zaman motivasyon ölçeğinin puanları ve genel ortalama puanların yaş değişkenine göre değişip değişmediğinin incelendiği tek yönlü varyans analizi sonuçlarına baktığımızda anlamlı bir farklılık olmadığı ( $F_{(2-314)}=,035$ ;  $p=,965 > ,05$  sonucuna varılmıştır. Alt faktörler dikkate alındığında, “motivasyonsuzluk” haricinde diğer alt faktörler bazında yaş değişkenine göre herhangi anlamlı bir farklılık yoktur. Tablo 7'de yer alan verilere göre “motivasyonsuzluk” alt faktöründe en yüksek ortalama puana sahip yaş aralığı sırasıyla, 25 ve üstü ( $\bar{X}_{25 \text{ ve üstü}}= 10,75$ ), 17-20 ( $\bar{X}_{17-20}=$

20,30) ve 21-24 ( $X_{21-24}= 9,70$ ) yaş aralığı şeklindedir. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ( $F_{(2-314)}=3,111$ ;  $p=,04 < ,05$ ). Farkın kaynağını belirlemek için yapılan post-hoc (LSD) testi sonucuna göre farkın kaynağı 25 yaş ve üstü gruptur. Buradan hareketle yaş arttıkça serbest zamana yönelik motivasyonsuzluk düzeyinin arttığı söylenebilir.

Süzer (1996)'in boş zamanların değerlendirilmesi olgusu, değişik yaş dönemleri için ele alınan ve her dönemde ayrı özellikler gösteren bir süreçtir. Bu sürecin özellikle bireylerde biyolojik, psikolojik ve toplumsal açıdan yoğun değişimlerin yaşandığı bir dönem olan gençlik dönemindeki etkisi birey ve toplum açısından daha önemlidir.

Kızıltan (1984)'in üniversite öğrencilerinin uyum düzeylerini incelediği araştırmanın sonuçları da bizim bulgularımızı destekler nitelikte olup, yaş bakımından ergenler arasında fark olmadığı saptanmıştır. Araştırma kapsamına alınan bireylerin boş zaman etkinlikleri ölçeği sonuçlarına göre ve sosyal uyum düzeyi ölçeği sonuçlarına göre okudukları bölümler arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Katılımcıların sosyal uyum düzeylerine bakıldığında ise BESYO, sınıf öğretmenliği ve diğer bölümlerin karşılaştırılmasında diğerlerinin lehine, anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir.

Tablo 9'da yer alan veriler incelendiğinde katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algıları ile boş zamana yönelik motivasyonlarının cinsiyete göre değişip değişmediğine ilişkin bulgular incelendiğinde, katılımcıların boş zaman engelleri ölçeği genelinden aldıkları puanlar ile alt faktör puanları incelendiğinde, ölçeğin genel puanları dikkate alındığında bir değişiklik söz konusu olmakla birlikte istatistiksel olarak anlamlı değildir. ( $\bar{X}_{kadın}= 50,74$ ;  $\bar{X}_{erkek}= 49,11$ ), ( $t_{315}=1,86$ ;  $p=,063 > ,05$ ). Birey psikolojisi alt faktörü dikkate alındığında, araştırma kapsamındaki kadın katılımcıların bu alt faktöre yönelik puan ortalamalarının ( $\bar{X}_{kadın}= 8,16$ ), erkek katılımcılardan ( $\bar{X}_{erkek}= 7,68$ ) daha yüksektir. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ( $t_{315}=2,08$ ;  $p=,038 < ,05$ ). Elde edilen bu bulgulardan hareketle kadınların boş zaman engellerinden olan birey psikolojisini daha önemli bir etken olarak gördüğü söylenebilir. Benzer şekilde “bilgi eksikliği” alt faktöründe de kadınlar erkeklere ( $\bar{X}_{kadın}= 8,63$ ;  $\bar{X}_{erkek}= 8,14$ ) göre daha yüksek puan ortalamasına sahiptirler. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ( $t_{315}=2,11$ ;  $p=,035 < ,05$ ). Buna göre, “bilgi eksikliği” alt faktöründe kadınların boş zaman engellerine yönelik algılarının erkeklere göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Ölçeğin diğer alt boyutları olan; tesis ( $t_{315}=,97$ ;  $p=,328 > ,05$ ), arkadaş eksikli ( $t_{315}=,67$ ;  $p=,501 > ,05$ ), zaman ( $t_{315}=,86$ ;  $p=,387 > ,05$ ) ve ilgi eksikliği ( $t_{315}=,56$ ;  $p=,573 > ,05$ ) alt boyutlarında da kadınlar daha yüksek puanlara sahiptirler. Ancak elde edilen bu farklılıklar

istatistiksel olarak anlamlı değildir. Buna göre ilgili faktörleri, kadın ve erkek katılımcıların boş zaman engeli olarak benzer önem düzeyinde gördükleri söylenebilir.

Araştırma kapsamında katılımcıların boş zaman motivasyon düzeyleri ve alt faktörlerine ait puan ortalamalarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına ait bulgular incelendiğinde ölçeğin genelinden elde edilen puanlarda kadın katılımcıların puanları ( $\bar{X}_{kadın} = 79,41$ ) erkeklere göre ( $\bar{X}_{erkek} = 78,50$ ) daha yüksektir. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $t_{315} = 0,749$ ;  $p = 0,455 > ,05$ ). Motivasyonsuzluk faktörüne ait elde edilen bulgular dikkate alındığında, kadınlar ( $\bar{X}_{kadın} = 10,40$ ) ile erkeklerin motivasyon düzeyleri ( $\bar{X}_{erkek} = 9,74$ ) arasında anlamlı farklılık mevcuttur ( $t_{315} = 2,20$ ;  $p = 0,028 < ,05$ ). Buna göre, ölçeğin motivasyonsuzluk alt boyutunda, kadın katılımcıların motivasyon düzeyleri, erkek katılımcılardan daha yüksektir. Ölçeğin diğer alt boyutlarında, şekilde ölçeğin alt boyutlarında da boş zamana yönelik motivasyon düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Buna göre, bilmek ve başarmak ( $t_{315} = 1,01$ ;  $p = 0,309 > ,05$ ) uyarıcı yaşama ( $t_{315} = 0,66$ ;  $p = 0,507 > ,05$ ), özdeşim içe atım ( $t_{315} = 1,17$ ;  $p = 0,286 > ,05$ ) ve dışsal düzenleme ( $t_{315} = -1,63$ ;  $p = 0,103 > ,05$ ) faktörlerinde de cinsiyete göre herhangi bir anlamlı farklılık yoktur.

Alexandris ve Carroll (1997)'un bilimsel çalışmasının da cinsiyetin rekreasyonel faaliyette bulunmada artı yönde bir etkisi olduğunu belirtmiştir. Culp (1998) cinsiyetin sosyal etkinin önemli bir yapı taşı olduğu ve bireylerin boş zaman etkinliklerini sınırlayan önemli bir unsur olduğunu söylemiştir. Pulur (2003)'un yapmış olduğu çalışmada ise yurtlarda kalan kız öğrencilerin sportif etkinliklere aktif olarak katılma arzularının (%84) erkek öğrencilerden (%72) daha fazla olduğu görülmüştür.

Gerçekleştirilen birçok bilimsel çalışma da bu olguyu desteklemektedir. Henderson ve diğerleri (1996) yapmış oldukları çalışmada, kadın ve erkeğin toplumda karşı karşıya kaldıkları meselelerin farklı olduğunu, dolayısıyla boş zamanlarında gerçekleştirdikleri faaliyetlerin de farklı olduğunu belirtmişlerdir. Moccia'ya göre (2000), cinsiyet, boş zaman faaliyetlerini tercih etmede önemli bir rol oynamaktadır. Altergoot ve McCreedy (1993) yapmış oldukları çalışmada Moccia'yı destekleyici sonuçlara ulaşarak, bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen faktörler arasında aile yapısının ve cinsiyetin önemli rol oynadığını belirlemiştir. Hudson (2000) yapmış olduğu çalışmada, boş zaman faaliyetlerine katılmada erkek ve kadınlar arasında önemli farklılıklar olduğunu tespit etmiştir. Boş zaman faaliyetlerine katılmada kadınlar erkeklere oranla daha fazla engelle karşılaşmaktadırlar (Henderson ve Bialeschki 93; Shaw 94) ve birçok kadın, boş zaman



faaliyetlerine katılabilmek için kendilerine yeteri kadar fırsat verilmediğine inanmaktadırlar. (Henderson ve Bialeschki, 1991).

Henderson yaptığı çalışmada (1995), kadınların boş zaman faaliyetlerine katılmak için ailelerinden yeteri kadar destek alamadıkları ve yeterli serbest zamanlarının olmadığı yönünde tespitte bulunmuştur. Kadınların fiziksel yapısı da boş zaman faaliyetlerine katılmayı etkileyebilmektedir. James (1995), çeşitli nedenlerden dolayı kadınların dış görünüşlerinin, halka açık tesislerde katıldıkları faaliyetleri sınırlandırabildiğini tespit etmiştir. Archer ve McDonald (1990), ergenlik çağındaki bazı kızların cinsiyete bağlı olarak bazı spor türlerine katılmadıklarını belirlemiştir. Birçok fiziksel aktivitenin erkekler tarafından tercih edilmesinin temel nedeni de erkeklerin beden yapısının kadınlara oranla daha güçlü olmasından kaynaklanmaktadır (Kane, 1990; Nelson, 1994).

Tablo 10'da yer alan katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algıları ile boş zamana yönelik motivasyonlarının sınıf düzeylerine göre değişip değişmediğine ait bulgular incelendiğinde üniversite ikinci sınıf öğrencilerinin ölçekten aldıkları ortalama puan ( $\bar{X}_{2.sınıf} = 50,82$ ) diğer sınıflara göre ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 49,21$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 49,56$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 49,24$ ) daha yüksek olarak elde edilmiştir. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = 2,529$ ;  $p = ,06 > ,05$ ). Buna göre, katılımcıların boş zaman engelleri hakkındaki algılarının genel olarak benzer olduğu söylenebilir.

Boş zaman engelleri ölçeğinin “birey psikolojisi” alt boyutunda 2. sınıfta okuyan katılımcıların aldıkları puanlar ( $\bar{X}_{2.sınıf} = 8,12$ ) diğer sınıflara göre ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 7,82$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 7,88$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 7,40$ ) daha yüksektir. Bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = 1,190$ ;  $p = ,314 > ,05$ ). “Bilgi eksikliği” alt faktöründe de benzer şekilde 2.sınıf ta okuyan katılımcıların ortalama puanları ( $\bar{X}_{2.sınıf} = 8,60$ ) diğer sınıf düzeylerine göre ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 8,14$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 8,34$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 8,27$ ) daha yüksektir. Benzer şekilde bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = ,815$ ;  $p = ,486 > ,05$ ).

Boş zaman engellerinin “tesis” alt faktöründe sınıf düzeyine göre katılımcıların ortalama puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. ( $F_{(3-313)} = 1,029$ ;  $p = ,380 > ,05$ ). Serbest zaman engelleri ölçeğinin “arkadaş eksikliği” alt faktöründe elde edilen bulgulara göre, katılımcıların sınıf düzeylerine göre ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ( $F_{(3-313)} = 0,250$ ;  $p = ,861 > ,05$ ). Yine “zaman” alt faktöründeki ortalama puanlar ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 8,33$ ;  $\bar{X}_{2.sınıf} = 8,45$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 8,48$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 8,27$ ) katılımcıların sınıf düzeylerine göre herhangi bir anlamlı farklılık göstermemektedir ( $F_{(2-$

314)=,889; p=,412 > ,05). “İlgi eksikliği” alt faktöründe elde edilen bulgulara göre, 2. sınıfta okuyan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X}_{2.sınıf} = 8,43$ ) diğer sınıflardan ( $\bar{X}_{1.sınıf} = 8,41$ ;  $\bar{X}_{3.sınıf} = 7,95$ ;  $\bar{X}_{4.sınıf} = 8,32$ ) yüksektir. Bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)}=1,290$ ; p=,278 > ,05).

Katılımcıların boş zamana yönelik genel motivasyon düzeyleri ve ölçeğin alt faktörlerinden elde edilen ortalama puanlarının sınıf düzeylerine göre farklılaşp farklılaşmadığına ait bulgulara göre, katılımcıların boş zamanlarına yönelik motivasyon düzeyleri genel olarak 4.sınıf öğrencilerinde ( $X_{4.sınıf} = 82,59$ ) diğer sınıf düzeylerine göre ( $X_{1.sınıf} = 79,50$ ;  $X_{2.sınıf} = 78,31$ ;  $X_{3.sınıf} = 77,12$ ) daha yüksek olsa da elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)}=2,529$ ; p=,06 > ,05) (Tablo 11).

Katılımcıların boş zamana yönelik motivasyon düzeylerinin bölümlerine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgulara göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin ölçekten aldıkları ortalama puan ( $\bar{X}_{beden} = 50,04$ ) diğer bölümlere göre ( $\bar{X}_{Antr} = 49,89$ ;  $\bar{X}_{spor} = 48,80$ ;  $\bar{X}_{Rek} = 49,83$ ) daha yüksek olarak elde edilmiştir. Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)}=,230$ ; p=,876 > ,05). Buna göre, farklı bölümlerde okuyan katılımcıların boş zaman engelleri hakkındaki önemli gördükleri etkenlerin genel olarak benzer olduğu söylenebilir. Ölçeğin alt faktörlerinden olan “bilgi eksikliği”, “zaman” ve “ilgi eksikliği” faktörlerindeki bulgular da benzerdir. Buna göre, “Bilgi eksikliği” alt faktöründe de benzer şekilde Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin ölçekten aldıkları ortalama puan ( $\bar{X}_{beden} = 8,47$ ) diğer bölümlere göre ( $\bar{X}_{Antr} = 8,40$ ;  $\bar{X}_{spor} = 8,19$ ;  $\bar{X}_{Rek} = 8,24$ ) daha yüksek olarak elde edilmiştir (Tablo 12). Elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)}=,264$ ; p=,851 > ,05). Demirel ve Harmandar’ın, (2009) yapmış olduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin rekreasyonel fiziksel aktiviteye katılmalarına engel olabilecek faktörlerde üniversite durumlarına göre bilgi eksikliği alt boyutlarında farklılık gösterdiği ortaya konulmuştur.

Tablo 13’te yer alan katılımcıların boş zaman motivasyon ölçeği ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamalarının okudukları bölüme göre farklılaşp farklılaşmadığına ait bulgulara göre, ölçeğin genelinden elde edilen ortalama puanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $F_{(3-313)}=,316$ ; p=,814 > ,05). Buradan hareketle farklı bölümlerde okuyan katılımcıların boş zamana yönelik motivasyon düzeylerinin benzer olduğu söylenebilir.

Ölçeğin motivasyonsuzluk alt boyutunda Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin ölçekten aldıkları ortalama puan ( $\bar{X}_{spor} = 10,72$ ) diğer bölümlere göre ( $\bar{X}_{beden} = 9,90$ ;  $\bar{X}_{antr} = 10,21$   $\bar{X}_{rek} = 9,58$ ) daha yüksek olarak elde edilmiştir. Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(3-313)} = 1,975$ ;  $p = ,118 > ,05$ ). “Bilmek ve başarmak” alt faktöründeki ortalama puanları da herhangi bir farklılık göstermemiştir ( $F_{(3-313)} = ,988$ ;  $p = ,399 > ,05$ ). Uyaran yaşama ( $F_{(3-313)} = ,511$ ;  $p = ,675 > ,05$ ), özdeşim içe atım ( $F_{(3-313)} = ,497$ ;  $p = ,685 > ,05$ ) ve dışsal düzenleme ( $F_{(3-313)} = ,683$ ;  $p = ,563 > ,05$ ) alt faktörlerinde de katılımcıların okudukları bölümlere göre herhangi anlamlı bir farklılık yoktur.

Aydın (2012) tarafından yapılan çalışmada ise beden öğretmenliği bölümü öğrencileri ile diğer bölüm öğrencileri arasındaki boş zaman değerlendirme ve sosyal uyum düzeyleri arasındaki ilişkide diğer bölüm öğrencileri lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Türkoğlu tarafından (2009)’da yapılan çalışmada da benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır. Beden eğitimi öğretmenlerinin ve beden eğitimi dersi alan lise öğrencilerinin çevreye yönelik olumlu tutumlara sahip olduklarını göstermiştir. Hem beden eğitimi öğretmenlerinin hem de öğrencilerin çevresel boş zaman etkinliklerine katılmak için çok fazla vakit bulamadıklarını belirtmelerine rağmen, gelişmeleri medyadan takip edebildikleri ve elde ettikleri bilgileri arkadaşlarıyla paylaşma çabası içinde oldukları sonucuna varmıştır.

Tablo 15’de yer alan katılımcıların boş zaman engellerine yönelik algıları ile boş zamana yönelik motivasyonlarının aktif spor yapma durumlarına göre değişip değişmediğine ait bulgular incelendiğinde ölçeklerin genelinde anlamlı farklılık tespit edilmezken; alt boyutlara yönelik inceleme yapıldığında arkadaş eksikliği ve uyaran yaşama alt faktörlerinde aktif spor yapan öğrenciler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Bulunan bu farklılıkların bireylerin tek başlarına spor yapma güdülerinin düşük olmasından kaynaklanabilir. Ölçeklerin betimsel ortalamaları ve alt boyutlarına bakıldığında genel olarak katılımcıların benzer özellikler sergiledikleri söylenebilir.

Tablo 16’da yer alan katılımcıların boş zaman engelleri ölçeğinden aldıkları puanların haftalık boş zaman miktarlarına göre değişip değişmediğine ilişkin bulgular incelendiğinde katılımcıların haftalık boş zamanlarına göre ölçekten aldıkları puanlar değişse de ( $\bar{X}_{0-15} = 48,93$ ;  $\bar{X}_{16-31} = 50,52$ ;  $\bar{X}_{32\ ve\ üstü} = 50,13$  ), boş zamanlar ölçeğinin genelinden aldıkları puanlar haftalık boş saat miktarına göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $F_{(2-314)} = 1,316$ ;  $p = ,270 > ,05$ ).

Tablo 17’de yer alan katılımcıların boş zaman motivasyon düzeyleri ve alt faktörlerine ait puan ortalamalarının haftalık boş zaman miktarlarına göre farklılaşp farklılaşmadığına ait bulgulara göre, ölçeğin genelinden elde edilen puanlarda haftalık boş zaman saati azaldıkça, katılımcıların boş zamanlarına yönelik motivasyon düzeyleri artmaktadır ( $X_{0-15}= 79,83$ ;  $X_{16-31}=79,07$ ;  $X_{32}$  ve üstü= 77,44; ). Ancak elde edilen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $F_{(2-314)}=1,401$ ;  $p=,248 > ,05$ ). Buradan hareketle farklı süre de boş zamanı olan katılımcıların boş zaman motivasyon düzeylerinin benzer olduğu söylenebilir. Motivasyonsuzluk alt faktöründe anlamlı bir farklılık bulunmakta diğer boyutlarda anlamlı farklılık gözlenmemektedir.

Tablo 5’de yer alan üniversite öğrencilerinin boş zaman engelleri ile boş zaman motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkiye ait pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçlarına göre araştırma kapsamındaki katılımcıların boş zaman engelleri (ölçeğin geneli) ile boş zaman motivasyonlarının (ölçeğin geneli) arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki mevcuttur ( $r=,26$ ,  $p=,000 < ,05$ ). Üniversite öğrencilerinin boş zaman engelleri, boş zaman motivasyonlarının yaklaşık %7’sini ( $r^2=0,26 \times 0,26=0,07$ ) açıklamaktadır. Kısaca beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin boş zamana yönelik motivasyonu ile boş zaman engelleri algısı arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Çalışma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde; cinsiyetlere göre boş zaman etkinlik puanlarının birbirine yakın olduğu söylenebilir. Cinsiyet, bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen önemli faktörlerden birisi olarak kabul edilebilir.

Araştırmaya katılan bireylerin yaş değişkenine göre boş zaman etkinlikleri açısından anlamlı farkın olduğu belirlenmiştir. Bu farkın; 21-24 yaş grubu bireylerin boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının 17-20 ile 25 ve üstü yaş grupları olan bireylerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Yaş değişkenine göre, sosyal uyum düzeyi puanları ve iletişim beceri düzeyi puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir.

Bizim araştırmamızda da farkın diğer bölümlerin lehine çıkması Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunun tesislerinin olması ve diğer öğrencilerin bundan tam anlamıyla yararlanamaması dolayısıyla öğrencilerin bu tür etkinliklere katılmak için tesis araç-gereç, malzemenin olmaması olarak gösterilebilir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, aktif spor yapan Beden eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri ile diğer fakültelerde okuyan üniversite öğrencilerinin boş

zamanlarını değerlendirmeleri arasında ki farkın okulun bulunduğu fiziki Őartlardan kaynaklandığını sylenememiz mümkündür.

Aktif spor yapan BESYO ğrencilerinin boş zamanları değerlendirme puanlarının düşük olması okulun bünyesinde bulunan rekreatif faaliyet alanlarının sınırlı olmasından kaynaklandığı söylenebilir. Sosyal uyum açısından bölümler arasındaki farkta yine sonuçlar benzer sebeplerden dolayı aktif spor yapan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ğrencilerinin aleyhine çıkmıştır.

Lakot tarafından yapılan bir çalışmada Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, çalışma grubunda yer alan katılımcıların serbest zaman algılarının iyi seviyede olduğu, serbest zaman engelleri yüksek seviyede olduğu görülmektedir. Araştırma sonucunda, katılımcıların serbest zaman algıları ve serbest zaman engellerinin cinsiyet ve sınıf değişkenine göre anlamlı farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Öğretmen adaylarının serbest zaman algıları ve serbest zaman engelleri yaş, gelir durumu ve rekreatif etkinliklere katılma sıklığı değişkenine göre anlamlı bir Şekilde farklılaşmaktadır. Diğer taraftan beden eğitimi ğretmeni adaylarının serbest zaman algısı ve serbest zamana katımın önünde algılanan engeller arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Lakot, 2015).

Barkın tarafından 2016 yılında yapılan çalışmada sonuç olarak, rekreasyonel fiziksel aktiviteye katılımda cinsiyet, fizyolojik özellikler, alanların durumu, yan nedenler değişkenleri arasında; fakülte ve yüksekokul ğrencilerinin karşılaştırılmasında alanların durumu, negatif içsel denge ve ekonomik durum değişkenleri arasında ve sınıf dağılımına göre fizyolojik özellikler, alanların durumu, ekonomik durum ve organizasyonel unsurlar arasında istatikselsel olarak anlamlı farklılıklar görülmüştür.

## 5.2. neriler

Çalışma sonrasında araştırmaya yönelik aŐağıdaki önerilerde bulunulmuŐtur;

- Bartın Üniversitesi Sağlık Kültür Spor Dairesi BaŐkanlığı tarafından yürütülen ğrenci kulüplerinin teşvik edilmesi
- Rekreasyon alanlarının arttırılması
- Gençlik Spor İl Müdürlüğü ve diğer sosyal birimlerle niversite ğrencilerinin iliŐkilerinin geliştirilmesi

- Zaman yönetimi konusunda becerilerin geliştirilmesi için Üniversite bünyesinde öğrencilere yönelik eğitim seminerlerinin verilmesi
- Yapılacak faaliyet planlarının öğrencilerin boş zamanlarına uygun olarak düzenlenmesi
- Boş zaman motivasyon ölçek puanlarının yüksek olmasından hareketle öğrencileri yönlendirecek etkinliklerin artırılması

Araştırmacıya yönelik olarak;

- Öğrencilerin isteklerinin belirlenmesi için daha geniş ölçekte nitel araştırmalar yapılmalıdır.
- Daha geniş kitleleri kapsaması için diğer bölüm öğrencilerine ve diğer üniversitelere uygulanmalıdır.

## KAYNAKÇA

- Acat, M. B., & Yenilmez, K. (2004). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine ilişkin motivasyon düzeyleri. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12, 126-140.
- Adair, J. (2006). *Etkili motivasyon*, (Uyan, Çev.).İstanbul: Babıali Kültür
- Ağduman, F. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Motivasyon Ve Tatminlerinin İncelenmesi* (Yayınlanmamış doktora tezi).. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Aktaş, G. G. (2011). Çağdaş alışveriş merkezlerinde, rekreasyonel iç mekan organizasyonu önerileri. *Anadolu Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi*, 1(1).
- www.std.anadolu.edu.tr/files/files/sayilar/files/sayilar/SAYII\_0.pdf. (Son Erişim Tarihi: 02/08/2017)
- Akyüz, H. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi: Bartın Üniversitesi Örneği*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Alexandris, K., & Carroll, B. (1999). Constraints on recreational sport participation in adults in Greece: Implications for providing and managing sport services. *Journal of Sport Management*, 13(4), 317-332.
- Alexandris, K., & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: Results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 16(2), 107-125.
- Aydoğan, Y., & Aral, N. (2007). Ankara üniversitesi ev ekonomisi yüksekokulu öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirme durumlarının incelenmesi. *Millî Eğitim*, 35(173), 125-136.
- Artut V. (2016). *Avrupa'daki Sualtı Hokeyi Sporcularının Spora Katılım Motivasyonlarının Belirlenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Balcı, V., Demirtaş, M., Gürbüz, P., İlhan, A., & Ersöz, V. (2003). Ankara'daki üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılımlarının araştırılması. *Millî Eğitim Dergisi*, 158, 161-173.
- Baltaş, A; Baltaş, Z; 1990, Stres ve Başaçıkma Yolları. İstanbul, Remzi Kitabevi. 10. Basım

- Barkın, E. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Fiziksel Aktivitelere Katılım Engellerinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Carroll, B., & Alexandris, K. (1997). Perception of constraints in strength of motivation: Their relationship to recreational sport participation in Greece. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 279.
- Edginton, C.R., Hudson, S.D., Dieser, R.B., & Edginton, S.R. (2004). *Leisure programming: a service-centered and benefits approach* (4th ed.). Boston, MA: WCB/McGraw-Hill.
- Coleman, R., Barrie, G., & Harmancı, M. (2000). *Yöneticinin kılavuzu: İyi bir yönetici olmak için 525 kural*. İstanbul: Remzi
- Culp, R. H. (1998). Adolescent girls and outdoor recreation: A case study examining constraints and effective programming. *Journal of Leisure Research*, 30(3), 356.
- Çerez, H., Yılmaz, Ş., & Dinçer, Ö. (2006). Antalya merkez emniyet teşkilatında görev yapan emniyet mensuplarının rekreasyon etkinliklerine katılımlarının incelenmesi. *Uluslararası spor bilimleri kongresi Muğla*.
- Çetinbaş, N. (2010). *Sivas İl Milli Eğitim Bakanlığı'na Bağlı Okullarda Görev Yapan Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenlerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Tespiti Ve İncelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Sivas.
- Çevik, N. K., & Korkmaz, O. (2014). Türkiye’de yaşam doyumu ve iş doyumu arasındaki ilişkinin iki değişkenli sıralı probit model analizi. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(1), 126.
- Darendelioğlu, R. (2008). *Bir Rekreatif Faaliyeti Olarak Basketbol Maçlarına Katılımı Etkileyen Faktörler (Beko Basketbol Ligi Antalya Örneği)*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi; Antalya.
- Demir C, 2003. Demografik özellikler ile sağlanan imkânların sportif faaliyet tercihleri üzerine etkileri, *Üniversite Gençliğine Yönelik Bir Uygulama*”, 1. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Ankara: Türk Hava Kurumu Basım Evi İşletmeciliği.
- Demirtaş, H., & Özer, N. (2007). Öğretmen adaylarının zaman yönetimi becerileri ile akademik başarısı arasındaki ilişkisi. *Eğitimde Politika Analizleri ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 34-47.



- Dirican, R., & Bilgel, N. (1993). *Halk sağlığı (toplum hekimliği)*, Bursa: Uludağ Üniversitesi Basımevi, 2. Baskı
- DPT (1995). Yedinci Beş Yıllık Kalkınma Planı. Başbakanlık Mevzuatı Geliştirme ve Yayın Genel Müdürlüğü.
- Emir, E. (2012). *Rekreatif Etkinliklere Katılımın Önündeki Engellerin Belirlenmesi: Üniversite Öğrencileri Örneği*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Trabzon.
- Erdem, R. ve Kaya, S.(1998). *Zaman yönetimi. Çağdaş yerel yönetimler*
- Erkal M. (1986). *Sosyolojik Açıdan Spor*, MEGSB Yayınları, Ankara.
- Erkal M. (1982). *Sosyolojik açıdan spor*. İstanbul:Filiz.
- Ertem, H. (2006). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Kimya Derslerine Yönelik Güdülenme Tür (İçsel Ve Dışsal) Ve Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü. Balıkesir.
- Eroğlu, F. (2000). *Davranış bilimleri*, 5. Baskı, İstanbul: Beta
- Fişek, K. (1998). *Devlet politikası ve toplumsal yapıyla ilişkileri açısından dünyada ve Türkiye de spor yönetimi*, 2. Bası, Ankara: Bağırhan
- Greenwood M. Lashua Brett D., (2004), "What is Leisure? The Perceptions of Recreation Practitioners and Others", *Leisure Science*, s.17.
- G.S.G.M. (1990). *Kalkınma Planlarında Spor*, T.C. Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü, Ankara.
- G.S.G.M. (1989). *Türk Gençliği ve Sporunun Hizmetinde 60 Yıl*, T.C .Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü, Ankara.
- Güngörmüş, H. A. (2007). *Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatif Egzersize Güdüleyen Faktörler*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gürbüz, M., & AYDIN, A. H. (2012). Zaman kavramı ve yönetimi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(2).
- Gürbüz, B. (2006). *Kentsel Yaşam Sürecinde Rekreatif Katılım Sorunları*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hacıoğlu, N, G, A. Dinç, Y. (2003), *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi örnek animasyon uygulamaları*. Ankara:Detay
- Swarbrooke, J. (2005). *Leisure marketing: a global perspective*. Taylor & Francis.

- İkizler, H. C. (2002). *Spor sağlık ve motivasyon*. 1. baskı. İstanbul:Alfa.
- Kaba, İ. C. (2009). *Türkiye'deki Üniversitelerde Kampüs Rekreasyonun Mevcut Durumu Ve Kampüs Rekreasyon Modellemesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Karaküçük, S., & Gürbüz, B. (2007). *Rekreasyon ve kent(li)leşme*. Ankara: Gazi
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon – boş zaman değerlendirme*. 5.Basım. Ankara: Gazi.
- Kaya, A. M. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları Ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas
- Kazan, N. (2000). *Genel turizm*. 4. Baskı. Ankara: Turhan
- Koçer, L.A. (1977). *Eğitim tarihi*. Ankara. Ankara Üniversitesi Yayını,
- Koçak, S. (2005). Perceived barriers to exercise among university members. *ICHPER–SD J*, 41(1), 34-36.
- Köknel, Ö. (1979). *Cumhuriyet gençliği ve sorunları*. İstanbul:Cem
- Köktaş, K. Ş. (2010). *Rekreasyon boş zaman değerlendirme*. Geliştirilmiş 3. Baskı Ankara: Nobel
- Kyle, G. T., & Mowen, A. J. (2003, April). An examination of the relationship between leisure constraints, involvement, and commitment. In *Proceedings of the 2003 Northeastern recreation research symposium* (pp. 328-338).
- Leighfield M, 2001. Boş zaman toplumu için bilgi. (Demiray,Çev.), *Aylık Turizm ve Kültür- Sanat Dergisi*. S. 7-10.
- Loehr, J. E. (1999). *Stres altında başarılı olmak stresi pozitif enerjiye dönüştürme yöntemi*. (Büyükonat, Çev.) İstanbul: Beyaz
- MEB. (1988). *I. Gençlik şurası*. İstanbul: MEB
- Mete, B., & Ağaoğlu, S. A. (2003). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kurupelit Kampusü akademik ve idari personelin rekreatif aktivitelere katılım ve bakış açılarının incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, Ankara*, 421-426.
- Mutlu, İ. (2008). *Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma (Kayseri İli Örneği)*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Niğde.
- Özgen, C. (2002). *Etkili zaman yönetimi*. Ankara: Bilkent Üniversitesi

- Özışık, Y. (1998). *Kara Harp Okulu Öğretim Elemanlarının Rekreasyon Sorunları Üzerine Bir Araştırma*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi. Sağlık Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Özkalp, E., (1997). *Davranış bilimlerine giriş*, Yayın No: 1027, Eskişehir:Anadolu Üniversitesi
- Öztürk, H. (2013). *Sanayi Çalışanlarının Rekreatif Aktivitelere Katılımlarının Örgütsel Bağlılık Ve Tükenmişlik Düzeylerine Etkisi (Gaziantep Uygulaması)*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Pulur A, 2001. *Üniversitede Görev Yapan Öğretim Elemanları Ve İdari Personellerin Boş Zamanlarının Sporla Değerlendirme Eğilimlerinin Araştırılması (Kırıkkale Örneği)*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Sabancı G. (2016). *Öğretim Elemanlarının Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımlarını Engelleyen Faktörlerin Belirlenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü.Konya
- Sabuncuoğlu, Z. ve Tüz, M. (2001). *Örgütsel psikoloji*. Bursa: Ezgi
- Saçcan, M. (1986). *Recreation and tourism (rekreasyon ve turizm)*. İzmir: Cumhuriyet
- Sertbaş, K. (2006). *Universiade 2005 İzmir Oyunlarında Görevli Gönüllü İnsan Kaynaklarının, Organizasyona Katılım Nedenleri ve Motivasyonel Faktörlerin Analizi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Kocaeli Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.
- Shinew, K. J., Floyd, M. F., & Parry, D. (2004). Understanding the relationship between race and leisure activities and constraints: Exploring an alternative framework. *Leisure Sciences*, 26(2), 181-199.
- Soyer, F., Yıldız, N. O., Demirel, D. H., Serdar, E., Demirel, M., Ayhan, C., & Demirhan, O. (2017). Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımlarına engel teşkil eden faktörler ile katılımcıların yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 2035-2046.
- Soyer, F., & Can, Y. (1997). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Alışkanlıkları Ve Sportif Eğilimlerinin Mesleki Yönelişlerine Göre Karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Kayseri.

- Tekin, G., Amman, M. T., & Tekin, A. (2009). Serbest zamanlarda yapılan fiziksel egzersizin üniversite öğrencilerinin depresyon ve atılganlık düzeylerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 148-159.
- Tel, F. D., & Sarı, T. (2016). Üniversite öğrencilerinde öz duyarlılık ve yaşam doyumu. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 292-304.
- Tezcan, M. (1994). *Boş zamanların değerlendirilmesi sosyolojisi*. 4. Baskı. Ankara: Atilla
- Tezcan, M. (1991). Gençlik sosyolojisi yazıları. Ankara: Gündoğan
- Tolukan, E. (2010). *Özel Yetenekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi*. Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Niğde.
- Torkıldsen, G. (1999). *Leisure and Recreation Management*, London: E and FN Spon
- Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlük (1982). Ankara :TDK
- Üstün, Ü. D. (2013). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerini Rekreatif Faaliyetlere Katılmaya Motive Eden Faktörlerin Araştırılması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dumlupınar Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Kütahya.
- Wirth, L. (2002). *Bir yaşam biçimi olarak kentleşme*, (Duru ve Alkan, Çev.). Ankara: İmge
- Yetiş, Ü. (2008). *Orta Öğrenim Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimleri*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yıldız N.O., Bostancı T.G. (2016). Bireylerin iş yaşamlarına ilişkin motivasyon düzeylerine dağcılık sporunun etkisi, *Beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi*, 18(3), 65,77
- Zelinski EJ. (2004). *Çalışma(ma)'nın keyfi, işkolikler, işsizler ve emekliler için bir rehber*. Birinci Baskı. (Çolakoğlu, Çev.), İstanbul: Boyner

## **EKLER**

## Ek-1: Anket Formu

### Değerli Katılımcı;

Aşağıda sportif rekreasyonel aktivitelere katılımızı engelleyebileceği düşünülen bazı ifadelere yer verilmiştir. Bu ifadelerin **sizin** rekreasyonel etkinliklere katılımınızı engellemedeki önem derecesini liste üzerinde ayrılan alana işaretleyiniz. Her birey, diğer bireylerden farklı olduğundan bu ankette doğru veya yanlış cevap yoktur. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece bu araştırma kapsamında kullanılacaktır. Göstereceğiniz ilgi ve özene şimdiden teşekkür ederiz.

Hasan Güler  
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
Yüksek Lisans Öğrencisi

### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Yaşınız: 2. Cinsiyetiniz: 3.Sınıfınız: 4. Bölümünüz:  
1)  17–20 1)  Kadın 1)  1.snf 1)  Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği  
2)  21–24 2)  Erkek 2)  2.snf 2)  Antrenörlük Eğitimi  
3)  25–28 3)  3.snf 3)  Spor Yöneticiliği  
4)  29 ve üzeri 4)  4.snf 4)  Rekreasyon
5. Eğitim programı?  Normal Öğretim  İkinci Öğretim
6. Toplumdaki bireylerin refah düzeyini düşündüğünüzde, siz kendinizi bu refah düzeyinin neresinde görüyorsunuz?  Çok Kötü  Kötü  Normal  İyi  Çok İyi
7. En uzun süre yaşamış olduğunuz yerleşim yeri ?  Büyükşehir  Şehir  İlçe  Köy
8. Şuanda barınma durumu?  Aile ile beraber  Öğrenci yurdu  Öğrenci evi
9. Şuanda Aktif Spor Yapıyor musunuz?  Evet  Hayır
10. Spora katılım durumu ?  
 Lisanslı sporcu  Spor yapmıyorum  Geçmişte spor yapmışım  Hiç spor yapmadım
11. Haftalık boş zamanınız ne kadardır? (Belirtiniz) ..... saat
12. Boş zamanlarınızı değerlendirmekte ne sıklıkla güçlük çekiyorsunuz?  
 Her Zaman  Bazen  Hiçbir Zaman

Arka Sayfayı Çeviriniz



<i>-Boş Zaman Engelleri Ölçeği</i>	<b>Kesinlikle Önemsiz 1</b>	<b>Önemsiz 2</b>	<b>Önemli 3</b>	<b>Çok Önemli 4</b>
1. Aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi	1	2	3	4
2. Kendini yorgun hissetmek	1	2	3	4
3. Sakatlanmaktan korkmak	1	2	3	4
4. Nerden öğreneceğini bilmemek	1	2	3	4
5. Nerede katılacağını bilmemek	1	2	3	4
6. Öğretecek kimsenin olmaması	1	2	3	4
7. Tesis donanımının yetersiz olması	1	2	3	4
8. Tesislerin yetersiz olması	1	2	3	4
9. Tesislerin kalabalık olması	1	2	3	4
10. Arkadaşlarının zamanının olmaması	1	2	3	4
11. Beraber katılacak kimsenin olmaması	1	2	3	4
12. Arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması	1	2	3	4
13. Aile için zaman ayırmak zorunda olmak	1	2	3	4
14. Sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak	1	2	3	4
15. Program zamanlarının uygun olmaması	1	2	3	4
16. Geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek	1	2	3	4
17. İlgili olmamak	1	2	3	4
18. Rutin programı bozmak istememek	1	2	3	4

<i>-Boş Zaman Motivasyon Ölçeği</i>					
	Tamamen Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1- Diğer işleri yapmaktan kurtulmak için	1	2	3	4	5
2- Yeni şeyleri öğrenmekten çok keyif aldığım ve doyum hissettiğim için	1	2	3	4	5
3- Daha sonraki yaşamımda kullanabileceğim sosyal, fiziksel veya zihinsel yetenekleri geliştirmenin iyi bir yolu olduğunu düşündüğüm için	1	2	3	4	5
4- Heyecan verici deneyimler yaşadığımı düşünüyorum	1	2	3	4	5
5- Boş zaman aktivitelerini neden yaptığımı bilmiyorum	1	2	3	4	5
6- Mücadele gerektiren ilginç şeylerin üstesinden gelmeye çalışmak doyum hissi veriyor	1	2	3	4	5
7- Boş zamanımı doldurmak benim için çok önemlidir	1	2	3	4	5
8- Hiçbir iş yapmayan birisi gibi görünmek istemediğim için	1	2	3	4	5
9- Bana çekici gelen konular hakkında daha fazla bilgi edinmenin beni memnun etmesi	1	2	3	4	5
10- Kişisel düzeyde gelişim sağlamanın bir yolu olarak gördüğüm için	1	2	3	4	5
11- Bu tür aktiviteleri yaparken kendimi özgür hissettiğim için	1	2	3	4	5
12- Emin değilim ama boş zaman aktivitelerinin bana uygun olmadığını düşünüyorum	1	2	3	4	5
13- İlginç aktiviteler yaparak kendimi geçtiğimi (aştiğimi) hissediyorum	1	2	3	4	5
14- Hayatta mutlu olmak için boş zaman aktivitelerine gerçekten ihtiyaç duyulduğu için	1	2	3	4	5
15- Bazen diğerleri tarafından takdir edilmemi sağladığı için	1	2	3	4	5
16- İlğimi çeken konuları derinliğine (daha iyi) anlamama imkân verdiği için	1	2	3	4	5
17- Diğer alanlarda benim için önemli olan becerileri kazanmanın bir yolu olarak gördüğüm için	1	2	3	4	5
18- Boş zaman aktiviteleri beni gerçekten yüce/asil hissettirdiği için	1	2	3	4	5
19- Emin değilim ama çok iyi yapabileceğim bir aktivitenin olmadığı gibi bir fikrim var	1	2	3	4	5
20- Mücadele gerektiren aktiviteleri yaparken kendimi geçtiğimi (aştiğimi) hissettiğim için	1	2	3	4	5
21- Kendimi kesinlikle meşgul hissetmek istediğim için	1	2	3	4	5
22- Diğerlerine kendimin dinamik bir insan olduğunu göstermek için	1	2	3	4	5
23- İlginç alanları keşfetmeme izin verdiği için	1	2	3	4	5
24- Kendimin diğer yönlerini keşfetmenin bir yolunun da boş zaman aktivitelerine katılmaktan geçtiğini düşündüğüm için	1	2	3	4	5
25- Tamamen rahatlama hissi verdiği için	1	2	3	4	5
26- Bilmiyorum ama boş zaman aktivitelerine katıldığım süreleri zamanımı boşa harcamış gibi düşünüyorum	1	2	3	4	5
27- Karışık aktiviteleri yapmaya çalışırken kendimi hoşnut hissediyorum	1	2	3	4	5
28- Boş zamanlarımda kendimin kesinlikle iyi bir ruh halinde olmasını istediğim için					



## ÖZ GEÇMİŞ

### Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Hasan GÜLER  
Doğum Yeri ve Tarihi : Yenimahalle/17/04/1988

### Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Gazi Üniversitesi BESYO  
Yüksek Lisans Öğrenimi : Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce  
Bilimsel :  
Faaliyet/Yayımlar :  
Aldığı Ödüller

### İş Deneyimi

Stajlar :  
Projeler ve Kurs :  
Belgeleri  
Çalıştığı Kurumlar :

### İletişim

E-Posta Adresi : hasanguler1988@gmail.com

Tarih : 13/09/2017