

**T.C.
BARTIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**HENTBOL SPORCULARININ SERBEST ZAMAN İLGİLENİM VE BENLİK ALGISI
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**HAZIRLAYAN
BÜŞRA BUSE GÜLDÜR**

**DANIŞMAN
DOÇ. DR. FATİH YAŞARTÜRK**

BARTIN-2020


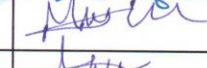
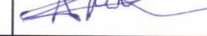
T.C.
BARTIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**TEKNİK TENİS SPORCULARININ SERBEST ZAMAN İLGİLENİM VE BENLİK
ALGISI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**
YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
Büşra Buse Güldür

DANIŞMAN
Doç. Dr. Fatih Yaşartürk

"Bu tez 31/01/2020 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği ile kabul edilmiştir."

JÜRİ ÜYESİ	İMZA
Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK	
Doç. Dr. Mehmet Ali ÖZTÜRK	
Dr. Öğr. Üyesi Hayri AKYÜZ	

KABUL VE ONAY

Öğrenci Büşra Buse GÜLDÜR tarafından hazırlanan "Hentbol Sporcularının Serbest Zaman İlgilenim ve Benlik Algısı Düzeyleri Arasındaki İlişki" başlıklı bu çalışma, 31.01.2020 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliği ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK
(Danışman)



Üye : Doç. Dr. Mehmet Ali ÖZTÜRK



Yedek Üye : Dr. Öğr. Üyesi Hayri AKYÜZ



Bu tezin kabulü Sosyal Bilimler Enstitüsü Yönetim Kurulunun 02./04/2020 tarih ve 15.sayılı kararıyla onaylanmıştır.



Prof. Dr. Metin SABAN
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

BEYANNAME

Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü tez yazım kılavuzuna göre Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK danışmanlığında hazırlamış olduğum "Hentbol Sporcularının Serbest Zaman İlgilenim ve Benlik Algısı Düzeyleri Arasındaki İlişki" başlıklı 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.

31/01/2020

Büşra Buse GÜLDÜR

ÖN SÖZ

Lisans ve Yüksek Lisans eğitim sürecimde desteğini hiç esirgemeyen ve aynı zamanda tez danışmanım olan öncelikle Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK'e, tez sürecinde ve lisans eğitim hayatımda hep yanımda olan ve desteklerini esirgemeyen Dr. Öğr. Üyesi Mehmet GÖKTEPE'ye, Dr. Öğr. Üyesi Meral MİYAÇ GÖKTEPE'ye, Öğr. Görevlisi Gürkan ELÇİ'ye, Doç. Dr. Ali ÖZKAN'a, Doç. Dr. Taner BOZKUŞ'a, Türkiye Milli Erkek Hentbol Takımı Başantrenörü İlker ŞENTÜRK'e sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Hayatım boyunca üzerimden desteklerini esirgemeyen, her koşulda arkamda olan ve düşüncelerime saygı duyan başta annem Döne GÜLDÜR ve babam Mehmet GÜLDÜR'e, ablam Melahat Nazan ÇİÇEK, kardeşim Enes Kazım GÜLDÜR, abim Halil GÜLDÜR, yengem Beyhan GÜLDÜR, eniştem Serkan ÇİÇEK'e sonsuz teşekkür ediyorum. Üniversite hayatımda bana aile olan ev arkadaşım Arş. Gör. İrem TÜRKMEN'e de tez sürecimdeki desteği için ayrıca teşekkür ediyorum. Son olarak dostlarıma yanımda oldukları için teşekkür ediyorum.

Büşra Buse GÜLDÜR
Bartın, 2020

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

**Hentbol Sporcularının Serbest Zaman İlgilenim ve Benlik Algısı Düzeyleri
Arasındaki İlişki**

Büşra Buse GÜLDÜR

Bartın Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK

Bartın-2020, Sayfa: XII + 65

Bu araştırmanın amacı, hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim düzeyleri ile benlik algısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmaya 2018-2019 Türkiye Hentbol Süper Ligi müsabakalarında mücadele eden takım sporcuları katılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, Kyle ve diğerleri tarafından (2007) yılında geliştirilen, Gürbüz ve diğerleri tarafından (2015) yılında Türkçe uyarlaması yapılan “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ)”, Marsh ve arkadaşları tarafından (1997) yılında geliştirilen, Çağlar ve diğerleri tarafından (2017) yılında Türkçe uyarlaması yapılan “Elit Sporcu Benlik Algısı Envanteri (ESBAE)” kullanılmıştır. Verilerin analizi, SPSS 22.0 programında değerlendirilerek betimsel istatistik, Mann Whitney U, Kruskal Wallis, Pairwise Multiple Comparison Test ve Spearman Korelasyon testleri uygulanarak anlamlılık düzeyi ($p < 0.05$) olarak kabul edilmiştir. Araştırma bulgularında, Mann Whitney testi sonuçlarına göre “cinsiyet” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (Çekicilik, Önem Verme, Sosyal İlişki, Özdeşleşme) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Fakat “Kendini İfade” üzerinde erkek katılımcıların adına anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). “Cinsiyet” değişkeninin Elit Sporcu Benlik Algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, anaerobik uygunluk) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Fakat ESBAE alt faktörlerinden (aerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Kruskal Wallis sonuçlarına göre “günlük serbest zamana ayrılan süre” değişkeninin Serbest Zaman

İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Fakat (aerobik uygunluk) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında ise katılımcıların ESBAE toplam puanı ile SZİÖ toplam puanları arasında ilişkinin olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Araştırmanın sonucunda, çalışmamızda serbest zaman ilgilenim düzeylerinin elit sporcu benlik algısına doğrudan etki ettiği görülmektedir. Bunun sebebi olarak sporcuların serbest zaman aktivitelerinde yaptıkları etkinliklerin kişinin benlik algısıyla paralel bir şekilde ilerlediği ve olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Hentbol sporcuları; elit sporcu benlik algısı; serbest zaman ilgilenimi

ABSTRACT

M. Sc. Thesis

The Relationship Between Handball Athletes Leisure Involvement and Self Perception Levels

Büşra Buse GÜLDÜR

Bartın University

Social Sciences Institute Department of Physical Education and Sports

Thesis Advisor: Assoc. Prof. Fatih YAŞARTÜRK

Bartın-2020, Pp: XII + 65

The purpose of this study is to examine the relationship between the leisure time interest levels and self-perception levels of handball athletes. The team athletes joined the investigation that competed 2018-2019 Turkey Handball Super League Competition. The personal information form prepared by the researcher as a data collection tool was developed by Kyle et al. (2007) and adapted to Turkish by Gürbüz and others in (2015). "Elite Athlete Self Perception Inventory (ESBAE)" was used in Turkish by Çağlar et al. (2017). The analysis of data is evaluated on SPSS 22.0 and descriptive statistics, Mann Whitney U, Kruskal Wallis, Pairwise Multiple Comparison Test and Spearman Korelasyon tests are applied and the level of significance is accepted ($p < 0.05$). According to the results of Mann Whitney it was found that the effect of "gender" variable on the Free Time Affection Scale (SESS) sub-factors (Attractiveness, Concern, Social Relationship, Identification) was not significant ($p > 0.05$) in the findings of the research. However, it was determined that there was a significant difference in the name of male participants on "Self Expression" ($p < 0.05$). It was found that the effect of "gender" variable on Elite Sportsman Self-Perception (ESBAE) sub-factors (perceived skill, body fitness, anaerobic fitness) was not significant ($p > 0.05$). However, a significant difference was found on ESBAE sub-factors (aerobic fitness, mental skill, general performance) ($p < 0.05$). According to the results of Kruskal Wallis, it was found that the main effect of the variable of "time allocated to daily free time" on Free Time Affinity Scale (SCQ) sub-factors (perceived skill, body fitness, anaerobic fitness, mental skill, general performance) was not significant ($p > 0.05$). However, it was determined that the main effect on the (aerobic fitness) sub-factors was significant difference ($p < 0.05$). When the results of the correlation analysis were analyzed, it was determined that

there was a relationship between the ESBAE total score of the participants and the total scores of the SOSS. When the results of the correlation analysis were analyzed, it was determined that there was a relationship between the ESBAE total score of the participants and the total scores of the SOSS ($p < 0.05$). As a result of the investigation, it seems that a modified involvement scale affects self-perception level of elite athletes directly. So we can say that the reason of this is that the activities of the sportsmen that they do in their free times gets along in a parallel and positive way with their self-perception.

Keywords: Handball athletes; elite athlete self-perception; leisure time interest



İÇİNDEKİLER

	<u>SAYFA</u>
KABUL VE ONAY.....	i
BEYANNAME	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar DİZİNİ.....	x
EKLER DİZİNİ.....	xii
GİRİŞ.....	1
1. GENEL BİLGİLER.....	4
1.1 Problem.....	4
1.1.1. Alt Problem.....	4
1.2. Araştırmanın Amacı.....	5
1.3. Araştırmanın Önemi	5
1.4. Sayıtlar	5
1.5. Sınırlılıklar	5
1.6. Tanımlar	6
1.7. Kısaltmalar.....	6
2. LİTERATÜR İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	7
2.1 Zaman	7
2.1.1. Zaman Çeşitleri	8
2.2. Serbest Zaman.....	9
2.2.1. Sıradan Serbest Zaman Etkinlikleri.....	11
2.2.2. Sistemli Serbest Zaman Etkinlikleri.....	12
2.3. İlgilenim	12
2.3.1. İlgilenim Düzeyi.....	14
2.3.1.1. Yüksek İlgilenim Düzeyi.....	14
2.3.1.2. Düşük İlgilenim Düzeyi	15
2.4. Serbest Zaman İlgilenimi.....	15
2.5. Benlik Kavramı	17
2.5.1. Benlik Algısı.....	19
2.6. Spor.....	20
2.6.1. Sporda Benlik Kavramı.....	21
2.6.2. Elit Sporcu.....	22
2.6.3. Hentbol Sporü.....	22
2.6.3.1. Hentbol Sporunun Kuralları	24

3. YÖNTEM	25
3.1 Araştırmanın Modeli	25
3.2. Araştırmanın Evreni	25
3.3. Verilerin Toplanması	25
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	25
3.3.2. Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ)	26
3.3.3. Elit Sporcu Benlik Algısı Envanteri (ESBAE)	26
3.4. Verilerin Analizi	27
4. BULGULAR	28
4.1. Katılımcıların Demografik Değişkenlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları	28
4.2. Katılımcıların Demografik Değişkenlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları	28
4.3. Cinsiyet Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi	29
4.4. Medeni Durum Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi	30
4.5. Daha Önce Milli Olma Durumu Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi	30
4.6. Hobi Olarak Farklı Spor Branşı İle Uğraşma Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi	31
4.7. Aylık Gelir Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	31
4.8. Yaş Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	32
4.9. Günlük Serbest Zamana Ayrılan Süre Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	32
4.10. Aktif Spor Yaptığı Yıl Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	33
4.11. Oynadıkları Mevki Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	33
4.12. Cinsiyet Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi	34
4.13. Medeni Durum Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi	35
4.14. Daha Önce Milli Olma Durumu Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi	35
4.15. Hobi Olarak Farklı Spor Branşı ile Uğraşma Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi	36
4.16. Aylık Gelir Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi	37
4.17. Yaş Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi	38
4.18. Günlük Serbest Zaman Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi	39
4.19. Aktif Spor Yılı Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi	40
4.20. Oynadıkları Mevki Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi	41
4.21. ESBAE ve SZİÖ Alt Faktörleri Arasındaki Korelasyonlar Analizi	42
4.22. ESBAE ve SZİÖ Toplam Puanları Arasındaki Korelasyonlar Analizi	42
SONUÇ	43
KAYNAKLAR	50
EKLER	61
ÖZ GEÇMİŞ	65

TABLÖLAR DİZİNİ

TABLO NO		SAYFA NO
4.1.	Katılımcıların Demografik Değişkenlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları	28
4.2.	Katılımcıların Demografik Değişkenlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları	28
4.3.	Cinsiyet Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi	29
4.4.	Medeni Durum Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi	30
4.5.	Daha Önce Milli Olma Durumu Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi	30
4.6.	Hobi Olarak Farklı Spor Branşı ile Uğraşma Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi	31
4.7.	Aylık Gelir Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	31
4.8.	Yaş Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	32
4.9.	Günlük Serbest Zamana Ayrılan Süre Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	32
4.10.	Aktif Spor Yaptığı Yıl Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	33
4.11.	Oynadıkları Mevki Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi	33
4.12.	Cinsiyet Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi	34
4.13.	Medeni Durum Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi	35
4.14.	Daha Önce Milli Olma Durumu Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi	35
4.15.	Hobi Olarak Farklı Spor Branşı ile Uğraşma Durumu Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi	36
4.16.	Aylık Gelir Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi	37
4.17.	Yaş Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi Testi	38
4.18.	Günlük Serbest Zaman Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi	39
4.19.	Aktif Spor Yılı Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi	40
4.20.	Oynadıkları Mevki Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi	41

4.21. ESBAE ve SZİÖ Alt Faktörleri Arasındaki Korelasyonlar Analizi	42
4.22. ESBAE ve SZİÖ Toplam Puanları Arasındaki Korelasyonlar Analizi	42



EKLER DİZİNİ

EK NO		SAYFA NO
1.	Kişisel Bilgi Formu	61
2.	Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ)	62
3.	Elit Sporcu Benlik Algısı Envanteri (ESBAE)	63
4.	Öz Geçmiş	65



GİRİŞ

Geçmişten günümüze insanlar hayatta kalmak için yaşam mücadelesi vermişlerdir. Hayatta kalabilmek için hep bir güce ihtiyaç duymuşlardır. Hareketli, güçlü, kuvvetli, atılgan bireyler olmak için çaba sarf etmişlerdir. İlk çağlardaki insanlar günlük zorunlu işleri ve ihtiyaçları dışında (avlanmak, savaş, yeme-içme, uyku vb.) kalan zamanlarında kendilerini güçlendirmek için çeşitli aletler icat edip kullanmıştır. Bu yüzden serbest zamanlarında fiziki yapılarını güçlendirmiş ve güçlü olduklarını da ispat etmek için kendi aralarında yarışma ve oyunlar düzenlemişlerdir. Böylece sporun temelleri ilk çağlarda atılmaya başlamaktadır.

Çağın getirmiş olduğu yenilikler devamlı değişim durumundadır. Bu hareketli değişim kurumlara, kişilere, topluluklara ve sporculara da tesir etmektedir. Oluşan bu durumlara adaptasyon sağlamak, değişen çevreyi, dünyayı izlemek için bireylerin ve sporcuların ilgi, beceri ve çabası gerekmektedir (Sonmaz, 2002).

Çağımızda spor, içinde bulunduğumuz sosyal yaşamdan tek başına düşünülmemektedir. Spor psikolojisi ve spor sosyolojisi alanlarında yapılmış olan araştırmalar, sporun toplumsal yapının aksettigini olabileceğini göstermektedir. Spor; bireylerin fiziksel, zihinsel, ruhsal ve sosyal yönden gelişimine önemli katkı da bulunmaktadır. Bireyin kişiliğinin gelişmesi için kendine olan itimatının artması, kişiliğinin şekillenmesi, sosyal bir birey olması, bilişsel olduğu kadar, fiziksel ve psikolojik olarak da sağlıklı olabilmesinin mühim etkisi bulunmaktadır (Güçlü ve Yentür, 2008).

Zaman geçtikçe spor toplumumuzda önemli bir gereksinim haline gelmektedir. Günlük rutin içerisinde durağan yaşam tarzı, teknolojik gelişmelerin getirdiği durağan pozisyondan kaynaklanan sorunlara karşı bir seçenek, iyileştirme yöntemi haline gelmiştir. Spor zinde olmanın amacı olarak değerlendirilirken diğer yandan da başarı sporu olarak beden limitinin en üst sınırları baskıladığı bir hal almıştır (Tuzcuoğulları ve Abakay, 2017).

Sporcular bedensel olduğu kadar bilişsel ve psikolojik olarak da ilerlemeye açık olmalıdır (Akt. Aldemir, 2013; Andersen 2000). Sporcuların yeni yeteneklerle uyumlu olarak donatılmaları artık bir gereklilik haline gelmiştir. Bunun neticesinde; antrenörlerin ve sporcuların bedensel, zihinsel, psikomotor ve duyuşsal gelişimine yardım sağlama amacına yönelik çaba harcanması haline gelmiştir (Akt. Aldemir, 2013; Morris, Spittle and Watt, 2005).

Zaman kavramı ile ilgili ilk çağlardan günümüze kadar birçok alanda çeşitli tanımlamalar yapılmıştır. Tezcan (1982) zamanı, “insan hayatının uzun ya da kısa süreli

yinelenmesi imkânsız sayılan, başlangıcı ve sonu belli olan, saat birimi ile ölçülebilen bir bölümü” olarak tanımlamaktadır (Akt. Bozdağ, 2019). Zaman bireyin içinde bulunduğu ve hissettiği andır. Geri dönüşü olmayan, tekrarlanması mümkün olmayan, satın alınamayan ve depolanamayan, akıp giden anları zaman kavramı içerisinde yorumlamak mümkün olmaktadır. Zaman kavramı çalışma zamanı (işe bağımlı zaman) ve çalışma dışı zaman (serbest zaman) olarak ikiye ayrılmaktadır.

Serbest zaman ve serbest zaman faaliyetleri, kişilerin kendilerini anlatabildikleri, eğlendikleri, gevşedikleri, dinlendikleri, birçok yolla gelişim sağladıkları ve toplumsal olarak uyum yeteneklerini geliştirdikleri zamanlardır (Yönet, 2018). Serbest zaman, uyku, yemek, işe gitmek, ev işleri yapmak, kişisel bakım yapmak gibi zorunlu yapılan uğraşlar dışında kalan zaman olarak tanımlanmaktadır. İnsanlar serbest zamanlarını değerlendirmek için çeşitli aktiviteler yapmakta ve mutlu oldukları, zevk aldıkları aktiviteleri seçmektedirler. Bunun neticesinde serbest zaman ilgilenimi kavramı ortaya çıktığı düşünülmektedir.

“İlgilenimi, özel bir durumda uyarıcıya karşı gösterilen kişisel önem ya da ilgi olarak tanımlamak olanaklıdır ” (Yetim, 2014). Bireyin bir ürüne ya da aktiviteye olan motivasyonu ve ilgisine, o işi yaparken ki heyecanı ilgilenim kavramı olarak tanımlamanın mümkün olduğu düşünülebilmektedir.

Serbest zaman ilgilenimi ise serbest zamanlarda gerçekleştirilen faaliyetlere katılımı göstermek için ortaya çıkmış bir olgudur. Serbest zamanlarda yapılan rekreasyonel faaliyetlere yönelik çok veya az ilgilenim olabilmektedir. Bireylerin istek, önem, gereksinim, kültürel yargıları ve hayat şekilleri ile birlikte faaliyetlerin kendisi de ilgilenimi etkilemektedir. Aynı zamanda, faaliyetleri süre ve yer gibi durumsal donanımları da katılımı etkileyen özelliklerdendir (Yönet, 2018). Serbest zaman ilgilenimi bireyin serbest zamanlarında bir aktiviteye karşı tutumu, ilgisi, sürekliliği, aktivitedeki heyecanı olarak tanımlanmaktadır. Birey bir aktivite yaparken düşük ilgilenim de gösterebilmektedir yüksek ilgilenim de gösterebilmektedir. Yüksek ilgilenim gösterdiğini aynı aktiviteye katılımının sürekliliğine, aktiviteyi yaparken ki coşkusuna, heyecanına bakarak anlamanın mümkün olabildiği düşünülmektedir.

Benlik algısı, sporcunun geliştirdiği bir kavramdır. Sporcunun psikolojik durumu, spor branşı seçimi ve sporcunun elde edebileceği en iyi derecesi arasında anlamlı bir ilişki vardır (Akt. Aldemir, 2013; Aşçı ve ark. 1997). Örnek vermek gerekirse, bir sporcu antrenmanlarında ve yarışmalarda kendisini aktif, becerikli, zeki, başarılı biri olarak görürken, öte yandan insan

ilişkilerinde kendisini pasif, beceriksiz, başarısız olarak tanımlayabilir (Altıntaş ve Gültekin, 2005).

Benlik kavramı Combs'a (1981) göre, bireyin kendi kişiliğini idrak etmesi, kendi düşüncelerine, becerilerine, değer yargılarına, ülkülerine ilişkin kanaatlerini içermektedir (Akt. Çankaya, 2007; Baymur, 1993).

Ülkemizde bu alanda çalışmanın fazla olmaması hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim ve benlik algısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için ışık tutmuştur.



1. GENEL BİLGİLER

1.1.Problem

Bu araştırma “Hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim ve benlik algısı düzeyleri arasında ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aramaktadır.

1.1.1.Alt Problemler

- Hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim düzeylerinin;
 - cinsiyet,
 - medeni durum,
 - daha önce milli sporcu olma durumu,
 - hobi olarak farklı spor branşı ile uğraşma değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- Hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim düzeylerinin;
 - aylık gelir
 - yaş
 - günlük serbest zamana ayrılan süre
 - aktif spor yılı
 - oynadıkları mevki değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- Hentbol sporcularının elit sporcu benlik algısının;
 - cinsiyet,
 - medeni durum,
 - daha önce milli sporcu olma durumu,
 - hobi olarak farklı spor branşı ile uğraşma değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- Hentbol sporcularının elit sporcu benlik algısının;
 - aylık gelir
 - yaş
 - günlük serbest zamana ayrılan süre
 - aktif spor yılı
 - oynadıkları mevki değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim ve benlik algısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

1.3.Araştırmanın Önemi

Bu araştırmanın önemi, bireylerin serbest zamana karşı ilgilenimi altında yatan benlik algısı dürtülerini ne ölçüde etkilediğini gözlemlemektir. Bireyin benlik algısının serbest zamana bakış açısını da etkilediği düşünülmektedir. Serbest zamanın ortaya çıkmasıyla beraber serbest zamana duyulan önemin gün geçtikçe arttığı gözlenmektedir. Serbest zaman ilgilenim ve elit sporcu benlik algısı kavramları ülkemizde yeni yeni filizlenen bir araştırma konusu olmaktadır. Bu yüzden serbest zaman ilgilenimi ve elit sporcu benlik algısı ile ilgili ülkemizde pek fazla çalışma bulunmamaktadır. Bundan dolayı bu çalışmanın öneminin artacağı ve ileride yapılacak olan benzer çalışmalara ışık tutacağı ön görülmektedir.

1.4.Sayıtlar

Araştırma yapılırken ve bulgular yorumlanırken aşağıdaki hususlar göz önünde tutulmuştur.

- Araştırma konusu ile ilgili ulaşılabilen kaynaklardan elde edilen bilgilerin objektifliği yansıttığı düşünülmektedir.
- Anketi dolduran sporcuların anket sorularını doğru ve içtenlikle cevapladığı düşünülmektedir.
- Araştırma verileri toplamak için kullanılan ölçme araçlarının alanın uzmanları tarafından geliştirilmiş ve güvenilirliği de yapılmış olup, araştırma için ankete 101 kişinin katılması araştırmanın amacı için yeterli olduğu düşünülmektedir.
- Anket sorularını isteyenler cevaplayacaktır.

1.5.Sınırlılıklar

- Araştırma, 2018-2019 yılı Türkiye hentbol süper liginde oynayan sporcular ile sınırlandırılmıştır.
- Araştırmada evreni temsil etmek için örneklem grubu olarak anketi cevaplayan 77 erkek, 24 kadın toplamda 101 hentbol süper ligi sporcuları ile sınırlı kalmıştır.

- Araştırma, serbest zaman ilgilenim ölçeği, elit sporcu benlik algısı ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan 9 maddelik kişisel bilgi formu ile sınırlandırılmıştır.

1.6.Tanımlar

Zaman: Canlı, cansız, bütün canlıların yaşam ölçüsü olan, ödünç alınamayan, tasarrufu sağlanamayan, yalnızca kullanılan ve kaybedilen, yenilenme olanağı bulunmayan, cisimlerin uzaydaki hareketleri ile ölçülen ve parçalara ayrılma mümkünatı olan bir kavramdır (Ergenekon, 2013: 5).

Serbest Zaman: Tekin (2009: 21) ise serbest zamanı, kişinin özgür iradesi ile tercih yapabildiği, bu tercih aracılığıyla da fayda getiren, özgürce geçirmiş olduğu zamandır.

İlgilenim: Belirlenmiş bir uyarı ya da olay aracılığıyla uyarılan, gözlemlenmesi mümkün olmayan istek, uyarılma ve güdü halidir (Rothschild, 1984: 217).

Benlik: Kişiyi etrafındaki diğer bireylerden ayıran, kendi ile ilgili sahip olduğu, sosyal çevresiyle iletişimi doğrultusunda ortaya çıkan özellikleri şeklinde tanımlanmaktadır. (Çankaya, 2007).

Benlik Algısı: Bireyin kendi ile alakalı neye inanış gösterdiği ve neyi bildiğine dayanmaktadır. O, bireyin şahsı ile alakalı belli görüşleri, duyguları, istekleri, beceri ve kısıtlılıkları, ilgi ve ilgisizlikleri ile hakim davranış şekillerine yönelik algılama şekli ve yorumudur (Akt. Aldemir, 2013; Öner, 1985).

1.7.Kısaltmalar

ESBAE: Elit Sporcu Benlik Algısı Envanteri

SZİÖ: Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği

SPSS: Statistical Package For Social Sciences

Akt: Aktaran

Vd: Ve diğerleri

2. LİTERATÜR İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.Zaman

Zaman kavramı insanlar tarafından hissedilebilen, varlığı kabul gören ve devamlı sürüp giden bir kavram olmasına rağmen üzerinde uzlaşmaya varılmış belli bir tanımı da bulunmamaktadır. Zaman kavramının yapılmış çeşitli tanımlamalarından bazıları şunlardır;

-Edward Hall (1997) zamanı oluşumu gereğince kendisinin kolaylıkla ve olağan şekliyle anlaşılmasına imkân vermeyen bir kavramdır.

-Newton ve onun aracılığıyla batı ülkelerinin düşündüğü gibi sürekli aynı şekilde kalan, durağan bir şey değildir. Bunun yanı sıra dünyada var olan ve düşünen her canlı da olduğu kadar zaman çeşitlerinden de bahsedilebilir (Çil, 2011: 337).

- Mackenzie (1985) ise zamanı şu şekilde tanımlanmaktadır “Benzersiz bir olgu olmasına karşılık paraya benzer şekilde kazanılamaz, hammadde olarak saklanamaz, istemli ve ya istemsiz olarak harcanmak durumundadır. Bu sebeple zaman tekrar elde edilemeyecek soyut bir kavramdır” (Akt. Karuç, 2018).

Zamanı canlı ve cansız tüm canlıların yaşam ölçütü olan, tasarrufu sağlanamayan, ödünç alınamayan yalnızca kullanılabilen ve kaybedilebilen, tekrarlanma olanağı olmayan cisimlerin uzaydaki hareketlerine ile ölçülebilen ve parçalara ayrılması mümkün olan bir kavram olarak da ifade edebiliriz (Akt. Yaşartürk, 2016; Eren, 1991). Zaman bireysel değildir fakat kişilerin algılama şekillerine göre çeşitlilik göstermekte ya da zamanın geçtiği süreçte bütün insanlar için aynı olmasına rağmen, bu süreci algılama şekilleri değişebilmektedir (Mirzeoğlu, 2011).

Zaman, ne olursa olsun geri dönme imkânı olmayan ve istediğimiz türde yönlendirilmesi mümkün olmayan bir olgudur (Yaşartürk, 2016). Zamanın kişilerin sonsuzluk ölçütü olduğu ve şu ana kadar zamanla ilgili olağan sayılan her şeyin, bireylerin düşüncesinin ürünü ve göreliliğini düşünen Addington; bu savunmasıyla zamanı daha net bir şekile getirmiştir (Akt. Karaküçük, 2008; Addington, 1996).

Zaman kavramının göreliliği ve bireyden bireye değişiklik gösteren çeşitli anlamlar sağladığı bilinmektedir. Zaman; bireyin yaşamında, süreç olarak uzun ve ya kısa, tekrarı bulunmayan, başlangıcı ve bitişi belirli olan, soyut bir olgu olarak bütün insanlara göre değişik algılara sebep olan ve saatle ölçülmesi mümkün olan bir bölüm olarak açıklanabilen kavramdır (Akt. Beşikçi, 2016; Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2003: 15).

Görüldüğü üzere zaman olgusu konusunda çeşitli tanımlamalar bulunmaktadır. Fakat çoğunluğu zamanın geçmişten, günümüze ve geleceğe doğru yol aldığı, olayların, durumların

süreçte olup bittiği ve harekete anlam yükleyen bir süreç olduğu şeklindedir. Zaman, soyut ve kişinin anlamasının olanaklı olmadığı; fakat durumların, var oluşların ve yok oluşların belirli bir düzenlilik içerisinde ve belli bir yöne göre ilerlemesinin gözlemlenmesi aracılığıyla üzerinde fikir sahibi olunması sağlanan bir olgudur (Yönet, 2018). Sabuncuoğlu ve Tüz (2001); Şimşek (1996) zaman kavramına;

- Gerçek zaman,
- Psikolojik zaman,
- Biyolojik zaman,
- Yönetsel zaman şeklinde tanımlamalara ayırmıştır.

Tezcan (1982) ise zaman kavramını;

- Var olmakla ilgili zaman,
- Geçimle ilgili zaman,
- Boş zaman şeklinde sınıflandırmıştır (Akt. Yönet, 2018).

2.1.1.Zaman Çeşitleri

Zaman olgusu çeşitli araştırmacılar tarafından birçok çalışmaya konu olmuştur. Zaman türleri ise beş değişik alt dala ayrılabilir. Bunlar; biyolojik, gerçek, algılanan, ekonomik ve yönetsel zamandır.

- **Biyolojik Zaman;** Bireyin bedensel olarak hissedebildiği zamandır. Alışkanlıklara göre oluşturulur. Örneğin; kuşların göç edeceklerini bilmeleri.
- **Gerçek Zaman;** Saat aracılığıyla gösterilebilen zamandır. Nesneldir, bedensel durumlara göre belirlenen zamandır.
- **Algılanan Zaman;** Kişinin ruhsal olarak algıladığı zamandır. Her durum olayın değişikliğine göre farklılık gösterir. Kişi sıkılınca bir şeyi beklerken zaman çok ağır geçer, kişi içinde olduğu olaydan çok mutlu olduğunda zaman hızlıca akıp geçer.
- **Ekonomik Zaman;** İşletme yönüyle var olan zaman, belirli bir ürün için harcanan zamanın sürelerinin toplamıdır. Ekonomik yönüyle zaman, gerçek bir ölçme aracıdır. Örneğin; Bir emeğin karşılığı olan maaş, saat, gün gibi.
- **Yönetsel Zaman;** Yönetim zamanlarının etkinlik aracılığıyla işe koşulması olgusudur (Akt. Kocaer, 2018; Sunay, 2009).

Şimşek vd. ise zamanı yedi değişik dala ayırmıştır. Sunay'ın zaman türlerine ek olarak sosyolojik zaman ve örgüt zamanı eklemiştir. Bunlar ise şöyle açıklanabilmektedir;

- **Sosyolojik Zaman:** Bireysel takvimlere bağı olarak, kişilerin yapmış olduğu eylemlere yönelik bir araçtır. Bayram, tören, anma günleri ve yıl dönümü gibi kişileri bir araya getiren toplumsal bir olayı tanımlamaktadır.
- **Örgüt Zamanı:** Çalışanlar ve araçların örgütün ürün ve hizmet sağlayabilmeleri için belli bir süreçte bitirilmesi gerekmekte olan işlere ayrılan sürelerin tamamıdır (Akt. Kocaer, 2018; Şimşek ve diğerleri, 2009).

2.2.Serbest Zaman

Serbest zaman olgusu, İngilizce “Leisure”, Fransızca “Loisir” ve Latince “Licere” kavramlarından oluşmaktadır. Bu kavramlar, herhangi bir zorunluluğun bulunmadığı ve özgürce seçime imkân sağlayan ve birbiriyle ilişkisi bulunan olgular bütünüdür (Akt. Beşikçi, 2016; Torkildsen, 1990). “Antik Yunan’da serbest zaman; iyilik, güzellik, gerçeklik ve bilgi gibi dünyanın üstün değerleriyle başa çıkmak ve bunların üzerine düşmek olarak anlaşılmıştır. Bu düşünceye göre, serbest zaman, bir şey yapılmayan zaman değil aksine; seçkinlik, derin düşünme, estetik hazlar ve beğeni oluşturma anlamına gelmekteydi (Akt. Aydın, 2016; Juniu, 2000).” Bazı tanımlara göre serbest zaman şu şekildedir;

Serbest zaman, kişinin hem kendisi hem de diğerleri için tüm gerekliliklerden ve ya ilişkilerden koptuğu ve kendi tercihiyle seçeceği bir etkinlikle meşgul olacağı; kişinin kesin şekilde bağımsız ve serbest bulunduğu; çalışma hayatı dışında olan zamandır (Tezcan, 1994). Serbest zaman, yemek, uyumak ve cinsel gereksinimlerin giderilmesi gibi fizyolojik, ev içinde gerçekleştirilmesi gerekli olan bazı işler gibi ailesel, çalışma yaşantısı gibi mesleki aktivitelerin dışında olan bütünüyle kişinin isteğine bağı şekilde tek başına veya grup şeklinde serbestçe yapılan aktivitelere ayrılan zaman şeklinde ifade edilir (Aslan, 2008: 74). Boş veya serbest zaman, kişinin hem kendisi ve hem de diğer insanlar için tüm gerekliliklerinden veya bağlantılarından kurtulduğu ve kendi tercihi ile seçtiği bir etkinlikle uğraşacağı zaman dilimidir. Serbest zaman çoğunlukla iş hayatı dışında kalan zamandır (Akt. Kelleş vd., 2017; Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2009: 16).

Genel bir kaniya varıldığında, kişilerin kendilerine yeterlilik sağlayabilecek içsel mükafatlar (sıkıntıdan kurtulma, başarıma isteği) araması ve sosyal ilişkiler kurmak ve arkadaşlıklar kurmak gibi dışsal mükafatlar da serbest zamanın kişisel anlamları şeklinde sıralanabilmektedir (Akt. Kara vd., 2013; Gürbüz ve Henderson, 2011; Henderson, 1996; Kleiber, 2001).

-Serbest zaman faaliyetleri, kişilerin faaliyetlere katılma amaçlarına yönelik aradığı ürün ya da hizmeti kazanmak için motive sağladığı ve buna bağlı şekilde de farklı eylem ve fikirler içerisinde etkinliklerdir (Akt. Eskiler ve Karakaş, 2017; Stebbins, 2016).

Serbest zamanın anlamının açıklanmasına yönelik yapılan araştırmalar bu olguyu, çoğunlukla zamanın serbestçe kullanılması, tercihteki serbestlik, stresten kaçınmak ve bireysel tatmin gibi anahtar kavramlarla bağdaştırarak ifade etmek konusunda anlaşmışlardır (Akt. Kara vd., 2013; Watkins ve Bond, 2007). Bu çalışmalar doğrultusunda, serbest zaman etkinliklerine katılmadaki tecrübenin dinamiğini ve potansiyelini (Akt. Kara vd., 2013; Lee, Dattilo ve Howard, 1994) incelemenin, kişilerin bu zamana yükledikleri anlamın belirlenmesinde önemli rolü olduğu düşünülmektedir (Akt. Kara vd., 2013; Watkins, 2013). Serbest zaman olgusunun önemli olmasının sebeplerinden birisi de, bu zaman parçasında yapılan faaliyetlerin detaylı ve kişiye katkı sağlanması dolayısıyla kaynaklanmaktadır. Bu sebeple serbest zaman faaliyetlerine katılan bireylerde rahatlatma, eğlenme, dinlenme vb. çoğu yönden bireysel haz ya da doyum almaktadırlar (Yaşartürk vd., 2017). Serbest zaman faaliyetlerinin sosyal ilişkiler oluşturma, bedensel ve ruhsal sağlık gibi kişiler üstünde olumlu etkileri sahip bulunduğu belirtilmektedir (Akt. Eskiler ve Karakaş, 2017; Chang, 2016; Yau ve Packer, 2002).

Serbest zamanda, kişi bütünüyle özgür iradesiyle tercih ettiği aktivitelerde bulunabileceği zorunlu ihtiyaçların dışında yapabildiği bütün eylemlerde olabilmektedir (Yaşartürk, 2016). Yine bir başka tanımda serbest zaman, kişinin hayatının bütün dönemlerinde bulunan, kişisel ve toplumsal gelişmişlik düzeyi ve yaşam standardı gibi birbiri ile ilişkili konular içeren bir olgudur. Serbest zaman dönemi şeklinde ifade edilen modern çağda, çoğu alanda bulunduğu gibi serbest zaman alanında da dikkat çekici farklılıklar olmakta, birçok çeşitlilik içermekte olan serbest zaman aktivite topluluğu içinde, doğru seçim yapma gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Bugün bütün insanlar eski çağlara oranla daha çok serbest zamana sahiptir. Ve herkes, yaşamlarını değiştirmekte olan serbest zamanı, farkında olmadan kullanmaktadır (Arslan, 2011).

Serbest zaman olgusu, serbest zamanları değerlendirme olgusu çevresinde şekillenerek bugüne ulaşmıştır. Günümüzde iş yaşantısının sıkıcılığına ve standartlığına karşı serbest zaman faaliyetleri huzur verici olması sebebiyle zorunlu bir gereksinim haline dönüşmüştür. Yapılan araştırmalarda faaliyet çeşitleri ve zaman açısından değişik tanımlar oluşturulmuştur. Faaliyet boyutunda, fizyolojik gereksinimlerin karşılanması, günlük işlerin gerçekleştirilmesi, iş ya da farklı toplumsal görevlerin yerine getirilmesinden artan zamanı tanımlamaktadır. Zaman yönünden ise kişilerin kendilerine yönelik doğal ve fiziksel gereksinimlerini gidermeye ihtiyaç duydukları, görev ve zorunluluklarının bulunmadığı bir zamanı içine almaktadır. Bireyler, bu

zaman süresinde, yalnızca dinlenmekte ya da kendisini anlatmasını sağlayan ulvi özelliklerdeki faaliyetler ile uğraşmaktadırlar. Bunun yanı sıra, parasal bir karşılık beklenmeksizin ve zorunluluk hissini bulunmadığı, kendi içinde bir amaç güden, kültürel, sanatsal ve toplumsal faaliyetler serbest zaman içinde değerlendirilmektedir. Tüm bu açıklamalardan sonra, serbest zaman ya da serbest zaman faaliyetleri kişinin kendi adına uğraştığı, zorunluluğun bulunmadığı, kendi özgür iradesi ile gönüllü olarak içsel güdülenme aracılığıyla gerçekleştirdiği bir zamandır, şeklinde ifade edilebilir (Akt. Yönet, 2018; Aydoğan, 2000: 20).

Serbest zaman araştırmalarının çoğunlukla yapıldığı Amerika, Kanada ve İngiltere gibi ülkelerde olan araştırmalara baktığımızda bu araştırmaların çoğunlukla motivasyon, engeller ve tutum benzeri konulara odaklandığını görürüz (Gürbüz ve Henderson, 2013). Benzer olayın, son zamanlarda serbest zamanla alakalı çalışmaların git gide çoğaldığı Türkiye için de geçerli olduğu ve batıdaki gibi aynı olguların değişik araştırmacılar aracılığıyla sık bir şekilde incelendiği görülür (Koçak, 2017).

Faaliyetlerin katılanlara gözle görülür şekilde değişik tecrübeler yaşatması ve değişik psikolojik haller oluşturması önemsenerek yapılan sınıflamanın temellerini Stebbins yapmıştır. Dünya Serbest Zaman ve Rekreasyon Birliği de bu sınıflamayı kabul etmiş ve kullanmayı seçmiştir. Serbest zaman şu şekilde sınıflandırılmaktadır (Akt. Arslan, 2011; Stebbins, 1999; World Leisure and Recreation Association (WLRA, 2001; WLRA, 2003).

- Sıradan serbest zaman etkinlikleri,
- Sistemli serbest zaman etkinlikleri.

2.2.1.Sıradan Serbest Zaman Etkinlikleri

Hiç eğitime ihtiyaç duymayan ve ya oldukça az eğitim gerektiren sıradan serbest zaman etkinlikleri, birey için fazlasıyla fayda sağlayıcıdır. İçsel ödüllerin hemen anında sağlandığı ve asıl amacı eğlenmek, zevk duymak olan kısa süre içeren faaliyetlerdir. Sıradan serbest zaman etkinliklerinden sağlanan doyum da kısa sürmektedir ve hiçbir şekilde kariyer olanağı sağlamaz. Sıradan serbest zaman etkinlik şekilleri birbirinden değişik olabilir; havai fişek izleme, parkta gazi yapma, piknik yapma yanında, sapkın serbest zaman etkinlikleri de bunu içermektedir. Çeşitleri olarak şunlar gösterilebilir: “Oyunlar (amatör olanlar da dâhil), dinlenme (oturmak, kestirmek, amaçsızca dolaşmak), pasif eğlence (TV, müzik dinlemek), aktif eğlence (şans oyunları, parti oyunları), sohbet, duygusal uyarılar (yemek, içmek, geziye çıkmak)” (Akt. Arslan, 2011; Stebbins, 1999; Stebbins, 2007: 22; World Leisure Organization, 2001; World Leisure Commission on Education, 2000).

Sıradan serbest zaman etkinliklerinden çeşitli faydalar sağlanabilir. Mesela zaman zaman yaratıcılık ya da keşiflerin ortaya çıkmasına yarayabilir. Fakat bu şekilde keşif ve yaratıcılıklar, bir olayı çözmek amacıyla yapılan girişimler sonrası değil; düzen içermeyen denemeler sonrasında, şans aracılığıyla ya da tesadüfi keşiflerle sağlanır. Sıradan serbest zaman etkinliklerinin kapsamı yoğun değildir. Çoğunlukla yenilenme, keşif gibi olaylara odaklanır. Fakat bu şekilde faaliyetlerin getirdiği dinlenme, özellikle yoğunlaştırılmış faaliyetler sürecinde genel dayanıklılığı fayda sağladığı için uzun süreli etkiler içerebilir. Bunun yanı sıra bu tip etkinlikler bireyler arası iletişim sağlamaya yardımcı olarak bireysel gelişime sebep olabilir (Akt. Arslan, 2011; World Leisure Organization, 2001).

2.2.2.Sistemli Serbest Zaman Etkinlikleri

Hem bireysel hem de sosyal ödülleri getiren ve ekonomik çıkarların önemsenmediği bir çevrede ortaya çıkan sistemli serbest zaman etkinlikleri; kişilerin, gerekli ve ilgi çekici gördüğü amatör, hobi içeren veya istekli bir etkinliği, sistemli olarak takip edilmesidir. Bu tip faaliyetlerde kişiler, baskın bir doyum elde edecekleri ve özel yetenek, bilgi ve tecrübe edinecekleri, iş dışı kariyerlere odaklanırlar. Belli faaliyetlerde, katılımı oluşturan uğraşlar git gide artar ve tipik şekilde; özel yeteneklerin ve bilginin ortaya çıkması, gelişmesi, oluşturulması, sürdürülmesi ve azalması adımları görülebilmektedir (Akt. Arslan, 2011; Stebbins, 1999; Stebbins, 2007: 22; WLRA, 2001: 203; Jones and Symon, 2001: 272; Brown, McGuire, Voelkl, 2008: 75; World Leisure Commission On Education, 2000).

Sistemli serbest zaman etkinliklerinden birkaç tanesiyle uğraşmak, kısıtlı ya da hiç para gerektirmez. Düzenli veya süreklilik içeren bir eğitim olmaksızın öğrenilebilir durumdadır. Bunların içinde amatör şekilde ilgilenilmekte olan birçok bilim konusu (botanik, kuşlar, meteoroloji, arkeoloji vb.), harcama istemeyen ya da çok az harcama gerekli olan hobiler (doğa faaliyetleri; yarışma şeklindeki amatör sporlar; satranç vb. oyunlar) ve beşeri bilimler sistemli serbest zaman etkinliği oluşturabilirler (Akt. Arslan, 2011; Stebbins, 1999).

2.3.İlgilenim

İngilizce “Involvement” kelimesi Türkçe’ye “İlgilenim” (Odabaşı ve Barış, 2003), “İlgililik” (Uztuğ, 2003) ve ya “katılım” (Gülsoy, 1999) şeklinde çevrilmiştir. İlgilenim ilk defa Krugman’ın pazarlamada 1966 yılında ortaya koymuş olduğu araştırması ile birlikte oluşmuştur. Krugman araştırmasında ilgilenimi kişinin, ikna eden bir uyarının içeriği aracılığıyla kendi yaşamının içeriği arasında bir dakika içinde istemli bir bağlantı kurma

ipuçları veya bireysel referansların bağlantı sayısı şeklinde ifade etmektedir (Akt. Kandemir, 2018; Krugman, 1966: 564).

Genel şekliyle ilgilenim, bireysel tercih veya herhangi bir faaliyete yönelik istek taşıma tutumu ve bundan edinilen doyum, zevk ve heyecan şeklinde ifade edilebilir (Akt. Yetim ve Argan, 2018; Decloe vd., 2009: 77). İlgilenim, tüketici özellikleri şeklinde literatürde çoğunluk olarak ifade edilen bir olgu olmak ile birlikte son on yıl içinde serbest zaman ve rekreasyon araştırmacıları içinde de taraftar oluşturmayı başarmıştır. Bu ifade genel şekliyle tüketicilerin faaliyetler, bilgi kazanımı ve ya bir ürün gurubu için göstermiş oldukları istek ve ya heyecan şeklinde tanımlanabilir. Bunun yanında bireysel değerler, ego ve önem algılamaları ile yakından alaka taşımaktadır (Jamrozy, vd., 1996: 909-910).

İlgilenimi, bilgiyi işlemedeki istek şeklinde görmek de doğru bir yaklaşımdır. Tüketici, gereksinimini neyin karşılayacağını belirlemeyi denediğinde, amacını karşılayacak bilgilerin yerine getirilmesine ve bunlara dikkat etmeye odaklanmış olacaktır (Odabaşı, 1998, s. 60). Belirli bir ürün ediniminde ve ya faaliyete katılmada ortaya çıkan titizlik ve bireysel önem değeri ilgilenim şeklinde tanımlanmaktadır (Karalar, 2011: 245).

İlgilenim, sosyal psikoloji ve 'kişi, olay ve ya cisim arasındaki bağlantıyı tanımlayan' benlik ilgilenimi olgusundan ortaya çıkmaktadır (Michaelidou & Dibb, 2006). Yine ilgilenim bireyin gereksinimleri, değer olguları ve tercih odaklarına bağlı şekilde herhangi bir objeye yönelik ortaya çıkan yakınlık duyma, alakalı olma ve ilgidir (Akt. Arslan ve Bakır, 2010; Zaickowsky, 1985). Bütün tanımlardaki ortak nokta şu ki; ilgilenim, bireyin bir nesneye yönelik ilgisinin düzeyidir. Bir başka açıklama da ise “Belirli bir durumda bir tüketicinin bir uyarın (ürün, hizmet, mağaza, reklam ve mesaj gibi) için hissettiği kişisel önem ve ilgi düzeyi” şeklinde ifade edilir (Odabaşı ve Barış, 2003).

Iwasaki ve Havitz (1998: 260) aracılığıyla ortaya çıkan kuramsallaştırmalar, ilgilenimin ilkleri şeklinde kişisel donanımlar ve sosyal durumu oluşturan faktörler şeklinde iki genel sınıfa bölündüğünü göstermektedir. Kişisel donanımlar tutum, değer, istek, gereksinim, ilgiler ve kişisel tecrübeleri kapsamaktadır. Sosyal durumsal faktörler de sosyal destek, duruma yönelik teşvikler, sosyal ve kültürel değerler, çevresel ve yapısal kısıtlanmalar ve sosyal destek beklentilerini kapsamaktadır. Kişisel donanımlar ve sosyal duruma yönelik faktörlerin rekreasyonel faaliyetler ve ya ürünlerine yönelik kişisel ilgilenim ortaya çıkmasında etkin olduğunu söylemektedirler (Akt. Yetim, 2014).

Zaichkowsky (1985) ortaya çıkan tanımların değişik olmasının ve çokluğunun bir düşünce ortaklığının eksikliğinden oluştuğunu ifade etmektedir. Olgunun anlamlandırılmasında

düşünce ortaklığına varılamamasında aşağıda verilen üç değişik bakışın etkisinden olduğu düşünülebilir (Akt. Aydın, 2016; Zaichkowsky, 1985; Krugman, 1965; Muehling ve Laczniak, 1988; Çakır, 2007);

- İlgilenim kavramı bütünüyle bireyseldir ve tüketicinin herhangi bir ürüne göstermekte olduğu değeri, ilgiyi ve bu ürünleri yaşamının bir parçası olarak görmesiyle bütünleşmesidir.
- İlgilenim anlık bir istek benzeri kalıcı olmayan bir olayı ve tüketicinin ilgisini çekecek olan uyarılmayı karşılamaktadır. Bu bakımdan bakıldığında bir ruhsal durum değişkeni olarak görülen ilgilenim “tüketicinin bilişsel ve duyuşsal değerlendirmelerini etkileyerek davranışsal sonuçlara yönelik dürtüsel haldir.”
- İlgilenim tüketicinin bilgiyi alabilme yoğunluğuna etki eden bir değişkendir. Mesajın detaylandırılma yoğunluğu, ortaya çıkarılacak bilişsel çabanın yoğunluğunu tüketicinin ilgilenim düzeyi oluşturur.

2.3.1.İlgilenim Düzeyi

İlgilenim düzeyi, yüksek ilgilenim ve düşük ilgilenim şeklinde ikiye ayrılmaktadır;

2.3.1.1.Yüksek İlgilenim Düzeyi:

Yüksek ilgilenim, kişilerin daha çok süre ve güç harcıyıp, ilgilenmiş oldukları ürün ya da hizmet ile alakalı detaylı bilgiler araştırarak göstermekte oldukları satın alma istekliliğidir. kişilerin bireysel gereksinimleri, değerleri ve istekleri onların ilgilenim düzeylerini önemli düzeyde etkilemektedir (Akt. Yetim, 2014; Evans vd., 2006: 96).

Bireyin bir olaya yönelik normalden çok daha fazla istek göstermesi, fiziken ve zihnen o olaya yönelmesidir. Örneğin çocukluk döneminden beri arabalara ilgisi olan bir bireyin hiç görmediği ve markasını bilmediği bir araba gördüğü anda anında ona yönelmesi, arabayı araştırması, bu olaydan heyecan duyması ve ilgisinin arabadan başka bir yere verememesi durumu yüksek ilginlik düzeyinin ifadesidir (Kocaer, 2018). Odabaşı ve Barış (2002) yüksek ilgilenimin ortaya çıkmasını aşağıdaki koşulların oluşması aracılığıyla olabileceğini ifade etmektedir;

-Tüketicinin ihtiyaçlarını gerekli düzeyde karşılamaya yönelik seçenekler konusunda gereken bilgisi bulunmuyor ise,

-Normalden daha çok harcama olayı söz konusu ise,

-Ürün sosyal yönden çok önemli ise,

-Ürün, faydaları yönünden büyük bir önem taşıyor ise, ilgilenim düzeyinin yüksek olma ihtimali oldukça fazladır (Akt. Kocaer, 2018; Çakır, 2006).

2.3.1.2.Düşük İlgilenim Düzeyi:

Düşük ilgilenim “uyarıcı nesneye karşı geçici bir ilgi olup, dikkat gibi bilişsel kaynakların yalnızca belirli bir süre için uyarıcı üzerinde odaklanması” şeklinde tanımlanmaktadır (Kandemir vd., 2013). Yine düşük ilgilenim ürünleri kategorisinde tüketici bireysel değerleri ve ürün arasında düşük ya da hiçbir bağlantı oluşturmazsa, tüketicide ürüne bağlılık ya oldukça azdır ve ya da hiç bulunmamaktadır (Ulus, 2016). Zaichkowsky (1985) düşük ilgilenimin ortaya çıkış nedenlerini;

- Ürüne ya da hizmete yönelik bilgi kazanmanın daha sınırlı ise,
- Ürünler ya da hizmetler içinde daha az düzeyde karşılaştırma yapıyor ise,
- Değişik ürünler ya da hizmetler içinde kıyaslama yapılıyorsa da, birbirine benzer olarak görüyor ise,
- Belli ürünler ya da hizmete yönelik herhangi özel bir isteğin olmaması olarak tanımlar (Akt. Aydın, 2016).

2.4.Serbest Zaman İlgilenimi

Serbest zamanın değerlendirilmesinde ilgilenim / katılım olgusu büyük bir yer almaktadır. Genel ifadeyle, serbest zaman kişilerin iş zamanlarında ortaya çıkan bedensel ve ruhsal zararları dinlenerek, eğlenerek ve geliştirerek tolere edebildikleri faaliyetleri gerçekleştirme imkânı sağlamaktadır (Yönet, 2018). Serbest zaman ilgilenimi; “özellikleri yönlendiren, belirli durum ve dürtüler tarafından uyandırılmış, rekreasyonel bir etkinliğe ya da yan ürün yönelik ilgi ve alakanın algılanamaz durumu” olarak ifade edilmektedir. Bu şekliyle serbest zaman ilgilenimi, çoğunlukla çok boyutlu yapılar şeklinde görülse de, çoğu araştırmada; ilgilenim yoğunluğu, ilgilenim süresi, ilgilenim sıklığı ve faaliyetle olumlu olarak bağlantı kurulmuş yapı olduğu ifade edilmektedir (Akt. Aydın, 2016; Havitz ve diğerleri, 2013).

Kişisel ve toplumsal düzeyde, ister pasif olsun ister ise aktif olsun ilgilenim duyulsun, serbest zaman faaliyetleri kişilerin bireysel ve sosyal gereksinimlerini gidermede ve kültürel yönden değerlerine anlam kazandırma noktasında önceki dönemlere göre daha önem taşımaktadır. Bireyler kişisel, duygusal, sosyal ve toplumsal seviyede birleşik şekilde yaşamdan memnun olma, fayda sağlama, memnuniyet hissetme ve hayat seviyesini yükseltmek sebebiyle bu faaliyetler ile etkileşimde bulunmaktadır (Akt. Yönet, 2018; Karaca, 2015: 8). Decloe ve arkadaşları (2009: 77) genel şekilde ilgilenimi, bireysel istek veya herhangi bir faaliyete yönelik

katılım sağlama arzusu ve bu faaliyetlerden duyulan haz, eğlence ve heyecan şeklinde tanımlamaktadır (Akt. Yetim, 2014). Alexandris ve diğerleri (2012) ise serbest zaman ilgileniminin asıl sonucunun davranışsal ve tutumsal sadakat olmasını ifade etmektedirler. Bir faaliyet dolayısıyla kendilerini göstermek için olanak sağlandığını ve yaşamları için önem taşıyan ve etkileyici bir etken şeklinde etkinliği gören kişiler, sadık bir serbest zaman ilgilenimcisi olarak görülmektedirler (Akt. Aydın, 2016).

Serbest zamandan kazanılan sembolik değer, faaliyetlere karşı duyulan istek ve katılımcılar için faaliyetlerin önemini gösteren serbest zaman ilgilenimi (Havitz ve Dimanche 1997; Havitz ve Dimanche 1999) bunun yanı sıra kişilerin faaliyete yönelik isteklerinin gelişmesine imkân sağlayan yolları, serbest zamana gösterilmiş olan önemi ve ilgilenimin doğasını algılama şeklinde olanaklar da sağlamaktadır (Akt. Gürbüz vd., 2015; Wiley vd., 2000). Serbest zaman faaliyeti olarak egzersiz de psikolojik, fizyolojik ve sosyolojik açıdan kişisel gelişime ve dinçliğe olanak sağlayan ve kişileri ilgilenim oranlarına bağlı şekilde farklılık gösteren bedensel faaliyetlerin tümüdür (Akt. Eskiler ve Karakaş, 2017; Havitz ve Howard, 1995; Konter, 2013). Bu doğrultuda ilgilenim olgusu; izlenemeyen istek, uyarılmışlık, sebebi değişebilen bir istek unsuru ve belli bir uyaran doğrultusunda ortaya çıkan bir olay olarak ifade edilmektedir (Akt. Eskiler ve Karakaş, 2017; Kerstetter ve Kovich, 1997; Laurent ve Kapferer, 1985; Mitchell, 1979). Havitz ve Dimanche (1999) serbest zaman ilgilenim düzeyinin; faaliyet tipi, ürün bilgisi, katılma yoğunluğu ve zamanı ile pozitif alakası olduğuna dikkat çekilmektedir. Serbest zaman ilgilenimi, bunların yanında bir öğrenme, sosyalleşme ve bireysel gelişim olgusudur. Hayat kalitesinin bedensel, duygusal, sosyal ve çevresel alanları serbest zaman faaliyetlerine olan ilgilenim aracılığı ile beslenmektedir (Yönet, 2018).

Serbest zaman faaliyetlerine katılım sağlayan kişiler faaliyete yoğun ilgilenim duyduklarında; yüksek oranda gösterilen faaliyet, devamlılık ve bağlılık nedeniyle (Zaichkowsky, 1985; Celsi ve Olson, 1988; Kyle ve Chick, 2002) kişilerin yaşamında vazgeçilmez yer tutmasına imkân sağlamaktadır. Bu tip faaliyetlere katılan kişiler kolaylıkla ilgilenim oluşturmakla kalmaz aynı zamanda faaliyetleri yaşamlarının bir parçası şeklinde kabullenir ve yaşamlarının uzun bir süresinde düzenli şekilde ilgilenim gösterirler. Aynı zamanda bu tip yoğunlukta ilgilenim gösteren kişilerin bilgi ve tecrübe olanağı üst düzeyde olacaktır. Faaliyet dolayısıyla kimlik belirleme, eşsiz inanışlar, kişisel faydalar, kişisel çabalar, kariyer ve azim gibi özellikler; serbest zaman faaliyetlerine yönelik soyut ve somut olmayan yatırımlardır ve bunlar serbest zaman ilgilenim düzeyiyle alakalandırılır (Akt. Gürbüz vd., 2015; Kyle ve Chick, 2002).

2.5. Benlik Kavramı

Psikoloji bilim dalının önem taşıyan olgularında biri olarak benlik olgusu (selfconcept), doğduğumuz zaman itibari ile, başımıza gelen sayısız durumlar ve diğer kişilerle olan iletişimimiz gibi birtakım yaşanmışlıklarımız doğrultusunda kazanılan bir olgudur (Akt. Aydın, O. 2019; Baymur, 1985). Benlik bireyin doğumu ile ortaya çıkıp, devam eden dönem sonrası yaşadığı durumların bütünü ve etrafında olan diğer kişilerin etkilemesi ile zamanla şekillenerek oluşan, bir hale gelmektedir. Bu olay suya atılan bir taşın ortaya çıkardığı halkaların küçükten büyüğe evrilmesi gibi; kişinin önce ailesi, sonra aynı mahallede bulunduğu komşuları, devamında öğrencilik yaşamı ve daha sonrasında ise çalışma yaşamı ile hayatına ortak olan diğer kişilerle iletişiminin sürmesinin sonucu olarak gelişimi süren bir zamandan oluşur (Ünal, 2007). Başka tanımlamalarda ise benlik;

-Kişinin çocukluk yıllarında ortaya çıkarak sosyo-psikolojik yönden ne ya da kim olduğu, ilerde nasıl bir kişi olmak istediği ve diğer bireylerin çocuğun şahsı ile alakalı ne düşümlerini istediği bir olgudur (Akt. Aktaş, 2016; Çuhadaroğlu,1986).

-Kişinin kendi şahsına yönelik isteklerinin, fikirlerinin toplamı, kişinin kendini tanıma, algılama ve kişinin kendisi ile alakalı değerlerini oluşturma şeklinden oluşmaktadır (Sarıkaya, 2015).

- Benlik değeri olgusu çoğunlukla kişinin kendisi ile alakalı ortaya koyduğu genel değerlendirmelerdir. Bir farklı ifadeyle, benlik değeri kişinin bir insan olarak şahsi değerine yönelik fikirlerinin tamamıdır (Kocaekşi, 2010).

-Kişinin kendi ile alakalı algılamalarının, bireysel atıflarının, geçmiş yaşamlarının, gelecek ile alakalı amaçlarının, sosyal kimliklerinin onun zihninde yer edışı ve zihinde olgusal ben şeklinde odaklaşmasıdır. Kişilerin buldukları benlik şemaları ve içerikleri, kişinin algılarını, bellek ve yargılamalarını etkileyen bir noktadır. Her bireyin benlik olgusunda şahsına yönelik çarpıcı noktalar bulunmaktadır (Akt. Sarıkaya, 2015; Aydın, 1996).

Ben, benlik, kişilik çoğu zaman eş anlamlı şekilde kullanılan olgulardır. Bireyi kişi yapan, diğerlerinden ayıran duygu, tutum ve davranışların bütünü oluşturulmuş şeklini ifade eder. Her kişinin varmak istediği bir benlik bulunmaktadır (Yörükoğlu, 2012). Benlik kişinin kendisi ile alakalı fikirlerinden ve yargılarından oluşmaktadır. Kimlik ise bazen benlik ve kişilik yerine de kullanım göstermektedir ve kişinin belli bir şahıs olmasına sebep olan şartların tamamı olarak ifade edilebilir (Kulaksızoğlu, 2004). Yine benlik, kişinin tecrübelerinden oluşan düzenlenmiş bir bilişsel yapı şeklinde de anlam kazanabilmektedir (Akt. Oktan ve Şahin, 2010; Adams, 1995).

Benlik, sosyal, eğitim ve kişilik psikolojisi gibi alanlarda önemli bir araştırma konusu oluşturmuş ve sık sık araştırmalarda kullanılmıştır. Oyserman, “ben kimim”, “ben nereye aitim” gibi ana soruların cevaplanmasını gerçekleştirmektedir. Benlik bu manada, bireyin karar vermesinde, güdülenmesinde ve davranışlarında önemli bir rol oynamaktadır (Akt. Daşdan, 2013; Hagger ve Chatzisarantis, 2005:71). Şahsına saygı, benlik olgusunun ana noktası olarak görülebilir. Çünkü şahsına saygı olgusunun benzer ve değişik kavramlarla sık sık kullanıldığı ifade edilmektedir: Şahsına değer, benlik imajı, benlik olgusu, şahsını tanımlama, benlik algısı ve öz saygı. Bu olguların her biri başına ve ya aynı esnada kullanılabilir. Mesela, “kahverengi saçlara sahibim” ile “ben bir sporcuyum” ifadeleri benlikle alakalı değişik tanımlamalar da olsa, sonuca bakıldığında benliğe ait ifadelerdir (Akt. Daşdan, 2013; Hagger ve Chatzisarantis, 2005: 72).

Parkey (1970) benlik olgusunu, ‘kişinin şahsı ile alakalı sahip olduğu düşüncelerin karışık ve dinamik bir sistemi şeklinde tanımlamaktadır. Horrocks (1969) benlik olgusunu, bir kişinin şahsı adına varsayılmış olduğu kimliği olarak ifade eder. Benlik olgusunu bir kişinin, sadece ona ait tutumlardan, fikirlere, duygulardan, yargılardan ve davranışlardan ibaret şahsına yönelik düşüncesidir. Benlik kavramı tek seferde ortaya çıkmaz. Benlik kavramı ergenlikte ve yetişkinlikte oldukça önem taşıyan dinamik ve hayat boyu devam eden bir zaman içinde gelişmektedir. Diğer kişilerle iletişime ve ya şahsi duygularımızla ve fikirlerimizle iç diyalogumuz sonucu ortaya çıkmaktadır (Akt. Teşneli, 2007; Gander ve Gardiner, 1993: 453).

Başta çocuğun şahsi varlığının farkına varmadığını ve benliğinin doğum esnası itibariyle başına gelen sayısız durumlarla, etrafındaki kişilerin etkisi ile olduğu vurgulanmaktadır. Bu gelişme süresi ile diğer kişiler ile iletişim oldukça öneme taşımaktadır. Çevre ile etkileşimde olan kişilerin birbirlerine karşı davranışları benliğin ortaya çıkmasına etki etmektedir. Kısaca ifade edilirse benlik, acı ve tatlı yaşamlar dolayısıyla öğrenilen ve yaşam süresince gelişmekte olan bir olgudur. Hayat süresince kişinin başına gelen her durum benliğin gelişmesi ve değişmesine katkıda bulunur (Akt. Kılıç vd., 2017; Baymur, 1997). Freud ise benlik hakkında psikolojik enerji kaynağı olan saldırganlık ve cinsellik dürtülerinin bulunduğu alt benlik ile standartların bulunduğu üst benlik arasındaki bölüm şeklinde tanımlamıştır. Benlik; hafıza, akıl yürütme, dil, düşünce ve karar verme gibi zihinsel süreçleri kapsamaktadır. Benliğin var olması yaşadığımız dünya ile ilişkisi ihtiyacından kaynaklandığını vurgulamaktadır. Benliğin oluşumu bireyin özü dışındaki dünyayla zihinsel süreçlerden faydalanarak başlar (Özyürek, 2005: 41). Benlik, bireyin şahsının ortaya çıkardığı, onun diğer kişilerden ayrılmasını sağlayan ve insan kimliğinin belirleyici ve ana bir kişilik katmanı, bilinçli

ruhsal süreçlerin bağlamı olarak ifade edilir. Benlik güçlendikçe şahsın kişiliği güç kazanır (Akt. Teşneli, 2007; Özügürlü, 1985: 301).

2.5.1. Benlik Algısı

Benlik algısı hayatın ilk yıllarından başlayarak kişinin etrafı ile girdiği etkileşimden kazandığı geri bildirimlerle ve doğrudan yaşadıkları aracılığıyla oluşur (Akt. Teşneli, 2007; Kuzgun 1996:7). Benlik algısı adlı kavram, psikolojide “kendilik anlayışı”, “benlik tasarımı”, “benlik kavramı”; günlük yaşantıda ise “güven duygusu” ve ya “kendine güven” şeklinde adlandırılan, bireyin kişiliğinin temelini oluşturan, kişi için oldukça önem taşıyan algı, duygu ve fikirlerin tamamıdır (Öner, 2005). Benlik algısı üst düzeyde olan kişiler topluma daha hızlı uyum sağlayabilmekte ve toplumla ilişkisinde ve iletişimi kolaylıkla gerçekleştirebilmektedir. Bu kişinin yaşama olumlu yaklaşmasını, daha büyük başarılar sağlamasını ve daha mutlu olmasına sebep olur (Akt. Aydın, 2019; Akman ve Uyanık, 2004).

Benlik algısı, kişinin şahsı ile alakalı algılarının tamamıdır. Kişinin şahsını tanımlayan donanımları, eksiklikleri, yeterliliği, sınırları ve yargıların tamamıdır (Hamachek, 1981). Başka bir şekilde ile bireyin şahsını ne şekilde gördüğüdür (Akt. Kılıç vd., 2017; Ferrer ve Fugate, 2003). Purkey (1988), bireyin şahsı ile alakalı doğru olarak gördüğü inanışları, yargıları ve düşünceleridir. Başka bir tanımda da, benlik algısı, kişinin hayatı süresinde kazandığı tecrübeleri, dış faktörleri ve kişiliği etkileyen unsurlar ile bu durumlara bağlantılı şekilde bireyin şahsına yönelik ortaya koyduğu olumlu ve olumsuz düşüncelerin bütünü olarak anlam kazanır (Akt. Kılıç vd., 2017; Demoulin, 1999: 13).

Benlik algısı bir şahsın farklı özelliklerin şahsında oluş düzeyi ile alakalı değerlendirmelerinin tamamını (Kuzgun, 1983), şahsını nasıl görüp, ne şekilde değer belirlediğini (Yörükoğlu, 1986) anlatmaktadır. Bireyin benlik algısı onun durumlara yönelik farkındalığını, yorumlama şeklini, içsel uyum ve isteklerini belirlediği için fazlasıyla önem taşımaktadır (Cobs vd., 1972). Benlik algısı “kendimiz hakkında sahip olduğumuz inançların toplamı, başka bir deyişle “ben kimim?” sorusuna verdiğimiz cevap olarak tarif edilmektedir (Akt. Pense vd., 2011; Taylor vd., 2000). Benlik algısının dört boyutu aşağıda görüldüğü şekilde ayrılmaktadır;

1) Aracı olarak benliği algılama: Birey davranışlarının neticesinde yaptıkları için tepkiler hisseder.

2) Devamlılık olarak benliği algılama: Sürekli benlik algısı, geçmişin ağırlıklarını günümüze ve geleceğe götüren yansıtıcı bir benlik değişme sürecine imkân sağlar. Benliğin sürekliliği benliği kişilerle alakalı sürekli bir olgu haline getirir.

3) Öteki insanlarla ilişkide benliği algılama: Kişiliğin oluşmasında, kişilerarası etkileşimin, sosyal iletişimde olmanın olumlu benlik algısının ortaya çıkarmada oldukça önem taşır. Etrafımızdaki diğer kişilerin bizim adımıza olan fikirleri, bizimle alakalı genel yargıları, bizim benlik algımızla örtüşür şekildedir.

4) Değer ve hedeflerin somutlaştırılması olarak benliği algılama: İlk çağlardan beri insanlar hayatta kalmak için mücadeleci olmak durumundadır. Bu nedenler bir takım duygular ortaya çıkmıştır. Azim, saygınlık, başarı hissi, hırs, kıskançlık, suçluluk, kibir gibi olgular anlamına gelmektedir (Akt. Yıldız, 2006; Hilgard, 1962: 491-492).

2.6.Spor

Spor, toplumdaki kişilerin potansiyel enerjiyi fiziken ve zihnen en faydalı olacak şekilde harcayan; bireylerde ve toplumda sağlıklı etkileşimlerin olmasını sağlayan; değişik durumlar içinde bireyi dengeli olarak mutluluğa ulaştıran; topluma disiplini, kurallara saygı duymayı ve sosyal barış taraftarı kişileri ortaya çıkaran bir araçtır (Akt. Görgüt, 2012; Güven, 1999). Sporun tanımı sağlık, eğlence ya da gösteri amaçlı fiziksel ya da bilişsel etkinlik gerektirerek, belirli kurallar taşıyarak yapılan kişisel ya da grup şeklinde gerçekleştirilen; organize oyun şeklinde tanımlanan bir etkinliktir (Güneş, 2013).

Kişilerin spora ilk başladığı dönemlerin, iş yaşamlarının olmadığı serbest zamanlara rastladığı unutulmamalıdır. Yani, spora ilk önce bir serbest zaman faaliyeti şeklinde başlanılmış, daha sonra da hedefler değişmiştir. Aktif şekilde gerçekleştirilen spora toplumun değişik kısımlarından insanlar katılmış ve sporu, toplum içinde yaymanın bir çözümü şeklinde görmüşlerdir. İlk başlarda eğlenme amacıyla ve rekreatif bir faaliyet şeklinde gerçekleştirilen spor sonraki süreçlerde profesyonel nitelikler dışında da yapılmaktadır. Spor, rekreasyonun detaylı, farklı ve ilgi düzeyi yüksek parçalarından biri şeklinde görülmektedir. Spor ve rekreasyon devamlı bir bağlantı halindedir ve birbirlerini etki altına alırlar. Bireylerin rekreatif faaliyet ihtiyaçlarını gidermede spor yardım sağlarken; sporun toplum içinde yaygınlaşmasında, sportif yönden başarıların sağlanmasına ve böylelikle tanınmasına da rekreasyon yardım sağlamaktadır (Karaküçük, 2008). Fişek (1985) sporu değişik beş farklı şekilde tanımlamaktadır;

- “İlk tanıma göre spor, insanın doğasında bulunan saldırganlık için sağlıklı ve barışçıl bir emniyet sübabıdır. Lorenz tarafından geliştirilen bu tanıma göre saldırganlık insanda doğuştan vardır. Bu yüzden eleştiriye son derece açık bir yaklaşımdır.

- İkinci tanıma göre spor, kişinin ruh ve beden sağlığını güvence altına alan, onun topluma uyumunu sağlayan, günlük hayatın gerginlik ve sürtüşmelerini ortadan kaldıran bir araçtır.
- Üçüncüye göre; spor para-militer bir eğitim aracıdır. Spor; yurtsever, hiyerarşik ve otoriter bir devlet eliyle ulusal birliği örgütleyen bir eğitim aracıdır.
- Dördüncü tanımlama veya yaklaşım sporu kitleleri uyutan bir afyon olarak görür. Kapitalizmin giderek yoğunlaşan bunalımıyla, sporun giderek konu olduğu kitlesel ilgi arasındaki ters orantıya dayanır.
- Son tanım bir sentez niteliğindedir. Kapsayıcı ve eleştiriye daha az açıktır. Buna göre spor; oyunla yarışmayı birleştiren, bedensel yetenekleri daha fazla olduğu için kazananları ödüllendiren, üst düzeyde oyun, mücadele ve ağır kas çalışması gerektirdiği için sürekli ve yoğun çabayı zorunlu kılan bir uğraşdır” (Akt. Görgüt, 2012).

2.6.1.Sporda Benlik Kavramı

Benlik olgusu yaş, vücut imgesi, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, başarı, etnik köken, toplum ile ilişki gibi değişik faktörlerden etkilenmektedir. Spora katılım sağlama da benlik olgusu üzerine etki göstermektedir. İnsan hayatının her döneminde, ihtiyaç duyulan benlik olgusu kişinin katılmış olduğu bedensel faaliyetlerden, kıs şekilde harekettten etkilenmektedir (Akt. Gencer, 2008; Aşçı vd., 1993). Sporda benlik saygısı, sporcunun maç anında şahsının başarı, beceri, fikir ve arzularına, bunun yanı sıra şahsi değerliliğine gösterdiği önemdir. Uygun bir spor branşına katılım sağlama, kişinin bedensel gelişimi ile beraber kişilik ve kişilikle alakalı olguları (benlik olgusu, şahsını değerli görme, benlik saygısı benzeri) olumlu olarak tutum geliştirebilmesi için önemlidir (Akt. Yegül ve Kuruç, 2014; Suveren, 1995).

Belirlenebilir kişilik özelliklerinin bazı şekilleri sporcunun benlik olgusu şeklinde görülen olgu çevresinde yer almaktadır. Şahsına güven, şahsını inandırma, şahsını ispat, benlik saygısı, şahsını kabul, benlik uyumu ve öz saygı benzeri özelliklerin her biri bireyin benlik imgesi ya da benlik olgusunda meydana gelmektedir (Akt. Gencer, 2008; Alderman 1974). Kişinin katılmış olduğu bedensel faaliyetin etkisinde olan benlik olgusunun sporcuyu olumlu ya da olumsuz yönde etkileme ihtimali bulunur. Bazı araştırmacılar sporda benlik saygısını maç esnasında şu şekilde değerlendirmişlerdir: Eğer sporcu başarılı olduysa, benlik saygısı da artış gösterecektir. Başarısız oluyorsa benlik saygısı düşecektir (Akt. Gencer, 2008; Yegül, 1999).

2.6.2.Elit Sporcu

Dönemimizde elit sporcuların çoğu psikolojik yardım alarak performans seviyelerinin en üst noktaya çıkmaya çalışmaktadırlar. Sporcular maç stresi ve kaygısı ile başa çıkabilmek için temel psikolojik becerileri taşımalarıdır (Basut, 2006).

İnsanlar spora performans sergileme sebebiyle (elit spor) ve ya sağlık sebebiyle katılım sağlamaktadır. Performans sporunda hedef sınırları zorlamak, en yüksek seviyeyi yakalamak ve daha iyiye ulaşmakken, sağlık hedefiyle spor aracılığıyla daha sağlıklı bedensel ve ruhsal özelliklere sahip olmaktır (Akt. Aydın, 2019; Karagözoğlu 2005). Performans hedefli sporcular daha üst düzey yoğun baskıda bulunurlar ve kaçılmaz şekilde yarışma anından etkilenmektedir. Herhangi bir düzeyde spor performansı duygularda hem olumlu hem de olumsuz şekilde yüksek düzeyde bir dalgalanma içerir (Akt. Aydın, 2019; Baltaş & Baltaş, 1997).

2.6.3.Hentbol Sporü

Hentbol sporü branşının tabanı Danimarka'da oynanan "Haandboll" adındaki bir oyuna dayanmaktadır. Hentbol sporü önceleri eğitsel açıdan jimnastik oyunu olarak oynandığı bilinmektedir. 1917-1920 yılları arasında eğitsel oyun olmaktan çıkmış, hentbol oyunu olarak tanımlaması yapılmış ve o dönemki kurallara göre oynanmaya başlanmıştır (Akt. Akkuş, 2014; Kaplan, 1993).

Hentbol sporundan, Homeros'un meşhur kitabı "Odyssey" de top ile oynanan bu spordan bahsedilmektedir. M.Ö. 600 yıllarına ait kabartmalarda(rölyef) bu sporun Atina'da oynandığı konusunda göstergeler bulunmaktadır. Yine Antik Çağın meşhur düşünücülerinden Platon, "Phaedon" adlı yapıtında 12 farklı renge boyanmış parçalı toplardan bahsetmiştir. İngilizce de "hand" ve "ball" kelimelerinin birleşmesinden meydana gelen Handball, dilimize "Hentbol" adı ile geçmiştir. Anlamı ise "El Topu" olarak nitelendirilmiştir. Altı oyuncu saha içinde, bir oyuncu kalede olmak üzere yedi oyuncu ile oynanan bir takım sporudur. Top ağırlığı ve oyun süresi gruba ve yaşa göre farklılık göstermektedir (Akt. Görgüt, 2012; Konter, 2004).

Hentbol sporü Avrupa'da ortaya çıkmış bir spordur. Avrupa'da ortaya çıkmasına rağmen bütün dünyada hızla gelişmeye ve yayılmaya devam eden bir spor olmuştur. Okulların temelinde Beden Eğitimi ve Spor çalışmalarının başlıca konularından biri olması nedeniyle, dünyada, bütün Avrupa ülkelerinde ve ülkemizde yayılmaya devam eden bir spor olmuştur. Hentbol sporü öğrencilerin, birlikte hareket etmeyi ve düşünmeyi, takım ile ahenk içinde olmayı, kurallara ve şartlara uyum sağlamayı, karar verme becerisini geliştirmesini geliştirmede etkili olan bir spordur. Bunun yanında öğrencinin becerisini geliştirmesine bağlı olarak hareket

yeteneklerini geliştiren spor olma özelliği taşımıştır. Kişilik kazanımlarında da dürüstlüğü, cesaretli ve mücadeleci ruhlu olmayı ve iradesini kullanabilmeyi geliştirmede etkili olmuştur (Çakıt, 2014).

1927 yılında ilk defa ülkemizde “Saha El Topu” olarak oynanmış olan hentbol 1972 yılına kadar çok fazla bir gelişme göstermemiştir. “Spor Oyunları Federasyonu” tarafından düzenlenen Türkiye El Topu Birinciliği ilk olarak 1945 yaz ayında yapılmıştır. Bu müsabakalar 1964 yılına kadar sürmüştür. Gazi Eğitim Enstitüsü, Harp Okulu ve Ziraat Fakültesi kulüpleri hentbol sporunun önderliğini yapmışlardır. Ancak hentbolun Türkiye’de yaygınlaşması ve gelişim göstermesi yıllar sonra salon hentboluna geçilmesiyle sağlanmıştır. 1974 ve 1975 yılları arasında ülkemizde salon hentbolu ile ilgili ilk önemli çalışmalar yapılmıştır. Bu tarihlerde Milli Eğitim Bakanlığı tarafından yurt dışına eğitime gönderilmiş olan bir ekip beden eğitimi öğretmeni, eğitim aldıkları Federal Almanya’dan dönerek Beden Eğitimi Bölümlerinde modern salon hentbolunun temellerini oluşturmaya çalıştılar. Özellikle de Gazi Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi Bölümü ve Ankara Spor Akademisi’ndeki hentbola yönelik çalışmalar, hentbol sporunun yaygınlaşmasını ve kökleşmesini sağladı. Bir müddet sonra 4 Şubat 1976 tarihinde Gençlik ve Spor Bakanlığı’nca Beden Terbiyesi Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü’ne bağlı kurulan 22. Federasyon olan Hentbol Federasyonu kurulmuş ve Federasyon başkanlığına Yaşar Sevim seçilmiştir (Sevim, 2002).

Hentbol sporunun temelinde, “dayanıklılık, sürat, çeviklik, beceri, hareketlilik, statik ve dinamik denge, sıçrama ve savunma” gibi özellikler bulunur (Sevim, 2002). “Kısa süreli ani sprint karakterindeki yüklenmelerin, müsabaka süresince devam edebilmesi, sıçrama, dönüş ve atış gibi kuvvet gerektiren hareketlerin çabuk şekilde uygulanması, sürat, süratte devamlılık, çabuk kuvvet, çabuk kuvvette devamlılık ve dayanıklılık gibi özellikler hentbol sporunun içeriğinde bulunmaktadır” (Akt. Şentürk, 2016; Muratlı ve Öner, 1985).

Hentbol sporcularının antrenman ya da müsabaka sırasında performansı atlama, koşma, fırlatma, sıçrama, itme, çekme, istikamet değiştirme gibi psikomotor becerileri (Kruger vd., 2013; Gorostiaga vd., 2006) ile koordinasyon, çeviklik, çabukluk, dayanıklılık gibi fiziksel özellikleri (Wagner vd., 2014) gibi çeşitli etkenlere bağlıdır (Akt. Akalp, 2019).

2.6.3.1.Hentbol Sporunun Kuralları

Hentbol oyununun alan ölçüleri 40 x 20 metre, 2 kale ve 1 oyun alanı içine alan dikdörtgen biçiminde tasarlanmıştır. Kaleler 3 metre genişliğinde ve 2 metre yüksekliğindedir. Oyun süresi 16 ve daha büyük yaştaki sporculardan oluşan tüm takımlar için 30 dakikalık iki devreden oluşmaktadır (Akt. Şentürk, 2016; Demirci, 1995).

Hentbol, 14 kişilik ekipler ile oynanır. 7 oyuncu sahada, 7 oyuncu ise yedektedir. Bir hentbol müsabakası, 30-30 dakika, yani iki devre halinde oynanır. Sürekli çabukluk, çeviklik, kuvvet gerektiren hentbolun amacı rakip kaleye gol atmaktır. Bu yönde yapılan atışlar saatte 100 km'yi bulmaktadır. Maç bitiminde beraberlik olduğunda 1 puan, galibiyette ise 2 puan verilir (Kalkan, 2017).

Hentbol sporunda top elle oynanır. Vücudun alt bölümü ile ayakların dışındaki vücut bölümleri ile topa dokunulabilir. Fakat yalnız kaleci, ayakları ile topa savunma yapabilmektedir. Saha oyuncularını top elinde iken maksimum 3 adım atabilmektedirler. Topu sürerken sporcu topu elinde maksimum 3 saniye tutabilir. Müsabaka, oyun alanının ortasından başlama atışıyla başlamaktadır. Oyunun hangi takımın başlayacağını belirlemek için kura çekilmektedir (Sevim, 2006).

3. YÖNTEM

3.1.Araştırmanın Modeli

Araştırmanın modeli olarak genel tarama modeli ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modelleri; “çok sayıda elemanlardan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir” (Akt. Altunışık vd., 2007; Karasar, 1994). İlişkisel tarama modelleri ise; iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve / veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Akt. Yönet, 2018; Karasar, 2017: 111-114).

3.2.Araştırmanın Evreni

Araştırmanın evrenini, 2018-2019 Türkiye Hentbol Süper Ligi müsabakalarında mücadele eden takım sporcuları yer almaktadır. Örneklem grubunda ise basit rastgele örneklem seçme yöntemi kullanılmıştır. Örneklem grubunu 77 erkek ve 24 kadın olmak üzere toplam 101 hentbol süper ligi oyuncusundan oluşmaktadır.

3.3.Verilerin Toplanması

Veri toplama aracı olarak bu çalışmada “Kişisel Bilgi Formu”, “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” (Gürbüz ve ark., 2015) ve “Elit Sporcu Benlik Algısı Envanteri” (Çağlar ve ark., 2017) kullanılmıştır. Kullanılan ölçekler ile ilgili aşağıda detaylı bilgi verilmiştir.

3.3.1.Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, katılımcıların kişisel özelliklerini belirlemek ve bağımsız değişkenleri oluşturmak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış olan 9 maddeden oluşan bir formdur. İçerisinde; katılımcıların cinsiyeti, yaşı, medeni durumu, aylık gelir düzeyi, günlük serbest zamana ayırdığı süre, formasını giydiğiniz kulübün adı, kaç yıldır aktif sporcu olduğunuz, daha önce milli sporcu olup olmadığı ve hentbol sporu haricinde hobi olarak başka spor branşı ile ilgilenip ilgilenmediğiyle ilgili sorulardan oluşmaktadır.

3.3.2.Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ)

Hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim düzeylerini belirlemeye yönelik kullanılan ölçek; Kyle ve diğerleri tarafından 2007 yılında geliştirilen, Gürbüz ve diğerleri tarafından 2015 yılında Türkçe uyarlaması yapılan “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği-SZİÖ” kullanılmıştır. Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği eşit dağılımlı (3'er maddelik) 5 alt boyut ve toplam 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları (1) Çekicilik (2) Önem verme (3) Sosyal ilişki (4) Özdeşleşme (5) Kendini ifade şeklindedir. 5'li Likert tipindeki ölçekte ifadeler; (1) Kesinlikle Katılmıyorum - (5) Kesinlikle Katılıyorum şeklinde yanıtlanmaktadır.

Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacıyla hesaplanan Cronbach Alpha katsayıları alt boyutları 0.58 ile 0.80 arasında değişirken, toplam ölçek için 0.89 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada ise Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları (Çekicilik, Önem verme, Sosyal ilişki, Özdeşleşme, Kendini ifade) sırasıyla; 0.82, 0.62, 0.72, 0.68, 0.80 ve ölçeğin toplam puanı ise 0.88 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3.Elit Sporcu Benlik Algısı Envanteri (ESBAE)

Hentbol sporcularının elit sporcu benlik algılarını belirlemeye yönelik kullanılan envanter; Marsh ve arkadaşları tarafından 1997 yılında geliştirilen, Çağlar ve diğerleri tarafından (2017) yılında Türkçe uyarlaması yapılan “Elit Sporcu Benlik Algısı Envanteri(ESBAE)” sporda başarı sağlamak için gerekli olan bedensel ve zihinsel uygunluk sporcuların kendilerinin farkına varmalarını yorumlamaktadır. Elit sporcu benlik algısı envanteri 29 madde ve 6 alt boyuttan meydana gelmektedir. Alt boyutlar: Algılanan beceri, Vücut uygunluğu, Aerobik uygunluk, Anaerobik uygunluk, Zihinsel beceri ve Genel performanstan oluşmaktadır. Envanter 6'lı Likert (1. Tamamen Yanlış ile 6. Tamamen Doğru) tipi ölçek şeklinde cevaplandırılmaktadır.

Envanterin güvenilirliğini test etmek amacıyla hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları 0.85 (Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk ve Zihinsel Beceri) ile 0.89 (Algılanan Beceri) arasındadır. Bu araştırmada ise Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları (Algılanan beceri, Vücut uygunluğu, Aerobik uygunluk, Anaerobik uygunluk, Zihinsel beceri, Genel performans) sırasıyla; 0.91, 0.89, 0.92, 0.91, 0.86, 0.90 ve ölçeğin toplam puanı ise 0.96 olarak hesaplanmıştır.

3.4.Verilerin Analizi

- İstatistiksel analiz için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır.
- Verilerin analizinde demografik bilgiler için betimsel istatistik yöntemlerinden frekans ve yüzde kullanılmıştır.
- Verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığının belirlenmesi için Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış ve normal dağılım göstermeyen verilerin analizinde; ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney U testi, ikiden fazla değişkenin karşılaştırılmasında Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.
- Çoklu karşılaştırma testlerinde farkın kaynağını belirlemek için Pairwise Multiple Comparison Test kullanılmıştır.
- Ek olarak, elit sporcu benlik algısı ile serbest zaman ilgilenim düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Spearman Korelasyon testi uygulanmıştır.
- Güven aralığı %95 olarak seçildi ve $p < 0.05$ 'in altındaki değerler anlamlı kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Araştırmaya katılan ve Türkiye hentbol süper ligi sporcularının “cinsiyet”, “yaş”, “medeni durum”, “aylık gelir”, “günlük serbest zaman süresi”, “hentbol süper ligi kulüpleri”, “aktif spor yılı”, “oynadığı mevki”, “daha önce milli sporcu olma durumu”, “hentbol dışında uğraştıkları spor dalları” değişkenlerine göre dağılımları Çizelge 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Değişkenlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

DEĞİŞKENLER		N	%
Cinsiyet	Erkek	77	73,3
	Kadın	24	26,7
Yaş	20 yaş ve altı	30	29,7
	21-30 yaş	50	49,5
	31-40 yaş	21	20,8
Medeni Durum	Evli	29	28,7
	Bekar	72	71,3
Aylık Gelir	3000 TL ve altı	34	33,7
	3001 TL – 6000 TL	23	22,8
	6001 TL ve üzeri	44	43,6
Günlük Serbest Zaman Süresi	1-4 saat	26	25,7
	5-7 saat	38	37,6
	8 saat ve üzeri	37	36,6
Toplam		101	100,0

Tablo 4.1. incelendiğinde, Türkiye hentbol süper ligi sporcularının %73,3’ünün erkek olduğu ve %26,7’nin ise kadın olduğu, %49,5’inin 21-30 yaş gurubunda olduğu, %71,3’ünün bekar olduğu ve %28,7’nin evli olduğu, %43,6’sının 6001 TL ve üzeri ve %22,8’inin 3001-6000 TL aylık gelirinin olduğu, %37,6’sının 5-7 saat ve %25,7’nin ise 1-4 saat arası günlük serbest zamana ayırdıkları süre olduğu görülmektedir.

Tablo 4.2. Katılımcıların Demografik Değişkenlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

DEĞİŞKENLER		N	%
Hentbol Süper Ligi Kulüpleri	Beşiktaş Mogaz Ht	13	12,9
	Beykoz Belediyesi Gsk	14	13,9
	İzmir Büyükşehir Belediyesi Gsk	10	9,9
	Göztepe Spor Kulübü	4	4,0
	Nilüfer Belediyespor	3	3,0
	1955 Batman Belediyesi Sk	4	4,0
	Maliye Piyango Sk	16	15,8
	Selka Eskişehir Hsk	10	9,9
	Yenimahalle Belediyesi Sk	11	10,9
	Üsküdar Belediyespor	16	15,8
Aktif Spor Yılı	10 yıl ve altı	38	37,6
	11-15 yıl	31	30,7
	16 yıl ve üzeri	32	31,7

Oynadığı Mevki	Kaleci	21	20,8
	Pivot	12	11,9
	Orta Oyun Kurucu	9	8,9
	Sağ Oyun Kurucu	16	15,8
	Sol Oyun Kurucu	14	13,9
	Sağ Kanat	12	11,9
	Sol Kanat	17	16,8
Daha Önce Milli Sporcu Olma Durumu	Evet	78	77,2
	Hayır	23	22,8
Hentbol Dışında Uğraştıkları Spor Dalları Var mı?	Evet	18	17,8
	Hayır	83	82,2
Toplam		101	100,0

Tablo 4.2 incelendiğinde, %37,6'sının 10 yıl ve altı ve %30,7'sinin 11-15 yıl arası aktif spor yaptığı, %20,8'inin kaleci olduğu ve %16,8'inin sol kanat olduğu, %92,1'inin, %77,2'sinin daha önce milli sporcu olduğu ve %22,8'inin daha önce milli sporcu olmadığı, %82,2'sinin hentbol dışında başka spor ile uğraşmadığı ve %17,8'inin hentbol dışında başka spor ile uğraştığı görülmektedir.

Tablo 4.3. Cinsiyet Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi

	Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	P
Çekicilik	Erkek	77	52,28	3.869,00	904,00	-0,754	0,451
	Kadın	24	47,48	1.282,00			
Önem Verme	Erkek	77	49,88	3.691,00	916,00	-0,649	0,516
	Kadın	24	54,07	1.460,00			
Sosyal İlişki	Erkek	77	51,11	3.782,50	990,50	-0,067	0,947
	Kadın	24	50,69	1.368,50			
Özdeşleşme	Erkek	77	53,45	3.955,00	818,00	-1,424	0,154
	Kadın	24	44,30	1.196,00			
Kendini İfade	Erkek	77	56,41	4.174,50	598,50	-3,096	0,002*
	Kadın	24	36,17	976,50			

p<0.05*

Tablo 4.3. değerlendirildiğinde “Cinsiyet” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (Çekicilik, Önem Verme, Sosyal İlişki, Özdeşleşme) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05). Fakat “Kendini İfade” alt faktörü üzerinde erkek katılımcıların adına anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0,05).

Tablo 4.4. Medeni Durum Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi

	Medeni Durum	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	P
Çekicilik	Evli	29	52,00	1508,00	1.015,00	-0,225	0,822
	Bekâr	72	50,60	3643,00			
Önem Verme	Evli	29	47,71	1383,50	948,50	-0,730	0,465
	Bekâr	72	52,33	3767,50			
Sosyal İlişki	Evli	29	48,09	1394,50	959,50	-0,652	0,515
	Bekâr	72	52,17	3756,50			
Özdeşleşme	Evli	29	52,33	1517,50	1.005,50	-0,296	0,767
	Bekâr	72	50,47	3633,50			
Kendini İfade	Evli	29	49,48	1435,00	1.000,00	-0,333	0,739
	Bekâr	72	51,61	3716,00			

p<0.05*

Tablo 4.4. değerlendirildiğinde “Medeni durum” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (Çekicilik, Önem Verme, Sosyal İlişki, Özdeşleşme ve Kendini İfade) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05).

Tablo 4.5. Daha Önce Milli Olma Durumu Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi

	Milli Olma	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	P
Çekicilik	Evet	78	52,42	4089,00	786,00	-0,930	0,353
	Hayır	23	46,17	1062,00			
Önem Verme	Evet	78	52,42	4088,50	786,50	-0,912	0,362
	Hayır	23	46,20	1062,50			
Sosyal İlişki	Evet	78	50,44	3934,50	853,50	-0,362	0,717
	Hayır	23	52,89	1216,50			
Özdeşleşme	Evet	78	51,76	4037,00	838,00	-0,490	0,624
	Hayır	23	48,43	1114,00			
Kendini İfade	Evet	78	49,78	3883,00	802,00	-0,775	0,438
	Hayır	23	55,13	1268,00			

p<0.05*

Tablo 4.5. değerlendirildiğinde “Daha Önce Milli Olma” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (Çekicilik, Önem Verme, Sosyal İlişki, Özdeşleşme ve Kendini İfade) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05).

Tablo 4.6. Hobi Olarak Farklı Spor Branşı ile Uğraşma Değişkenine Göre SZİÖ Mann Whitney U Testi

	Farklı Spor Branşı ile Uğraşma Durumu	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	P
Çekicilik	Evet	17	53,26	905,50	675,50	-0,361	0,718
	Hayır	84	50,54	4245,50			
Önem Verme	Evet	17	34,21	581,50	428,50	-2,640	0,008*
	Hayır	84	54,40	4569,50			
Sosyal İlişki	Evet	17	40,76	693,00	540,00	-1,622	0,105
	Hayır	84	53,07	4458,00			
Özdeşleşme	Evet	17	39,65	674,00	521,00	-1,797	0,072
	Hayır	84	53,30	4477,00			
Kendini İfade	Evet	17	47,62	809,50	656,50	-0,526	0,599
	Hayır	84	51,68	4341,50			

p<0.05*

Tablo 4.6. değerlendirildiğinde “Hobi Olarak Farklı Spor Branşı ile Uğraşma Durumu” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (Çekicilik, Sosyal İlişki, Özdeşleşme ve Kendini İfade) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05). Fakat “Önem Verme” alt faktörü üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0,05).

Tablo 4.7. Aylık Gelir Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi

	Aylık Gelir	N	Sıra ortalaması	X ²	P
Çekicilik	3000 TL ve altı	34	51,97	,073	0,964
	3001 TL – 6000 TL	23	51,04		
	6001 TL ve üzeri	44	50,23		
Önem Verme	3000 TL ve altı	34	50,99	3,023	0,221
	3001 TL – 6000 TL	23	59,46		
	6001 TL ve üzeri	44	46,59		
Sosyal İlişki	3000 TL ve altı	34	52,16	1,515	0,469
	3001 TL – 6000 TL	23	56,17		
	6001 TL ve üzeri	44	47,40		
Özdeşleşme	3000 TL ve altı	34	49,19	1,194	0,551
	3001 TL – 6000 TL	23	56,72		
	6001 TL ve üzeri	44	49,41		
Kendini İfade	3000 TL ve altı	34	45,43	2,004	0,367
	3001 TL – 6000 TL	23	55,54		
	6001 TL ve üzeri	44	52,93		

X²= Kruskal Wallis, p<0.05*

Tablo 4.7. değerlendirildiğinde “Aylık gelir” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05).

Tablo 4.8. Yaş Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi

	Yaş	N	Sıra ortalaması	X ²	P
Çekicilik	20 yaş ve altı	30	42,28	7,556	0,056
	21-30 yaş	50	58,46		
	31-40 yaş	21	45,70		
Önem Verme	20 yaş ve altı	30	44,43	6,012	0,111
	21-30 yaş	50	57,51		
	31-40 yaş	21	44,53		
Sosyal İlişki	20 yaş ve altı	30	47,33	2,195	0,533
	21-30 yaş	50	55,18		
	31-40 yaş	21	47,60		
Özdeşleşme	20 yaş ve altı	30	45,22	2,314	0,510
	21-30 yaş	50	54,92		
	31-40 yaş	21	51,40		
Kendini İfade	20 yaş ve altı	30	43,18	3,587	0,310
	21-30 yaş	50	55,80		
	31-40 yaş	21	52,08		

X²= Kruskal Wallis, p<0.05*

Tablo 4.8. değerlendirildiğinde “Yaş” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05).

Tablo 4.9. Günlük Serbest Zamana Ayrılan Süre Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi

	Günlük Serbest Zaman Süresi	N	Sıra ortalaması	X ²	P
Çekicilik	1-4 saat	26	52,29	1,699	0,428
	5-7 saat	38	54,67		
	8 saat ve üzeri	37	46,32		
Önem Verme	1-4 saat	26	45,44	4,382	0,112
	5-7 saat	38	58,67		
	8 saat ve üzeri	37	47,03		
Sosyal İlişki	1-4 saat	26	51,50	0,763	0,683
	5-7 saat	38	53,64		
	8 saat ve üzeri	37	47,93		
Özdeşleşme	1-4 saat	26	50,31	0,287	0,866
	5-7 saat	38	52,92		
	8 saat ve üzeri	37	49,51		
Kendini İfade	1-4 saat	26	40,71	4,409	0,110
	5-7 saat	38	54,01		
	8 saat ve üzeri	37	55,14		

X²= Kruskal Wallis, p<0.05*

Tablo 4.9. değerlendirildiğinde “Günlük Serbest Zamana Ayrılan Süre” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 4.10. Aktif Spor Yaptığı Yıl Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi

	Aktif Spor Yılı	N	Sıra ortalaması	X ²	P
Çekicilik	10 yıl ve altı	38	48,01	2,484	0,289
	11-15 yıl	31	57,68		
	16 yıl ve üzeri	32	48,08		
Önem Verme	10 yıl ve altı	38	49,74	0,503	0,777
	11-15 yıl	31	54,05		
	16 yıl ve üzeri	32	49,55		
Sosyal İlişki	10 yıl ve altı	38	51,96	0,122	0,941
	11-15 yıl	31	49,58		
	16 yıl ve üzeri	32	51,23		
Özdeşleşme	10 yıl ve altı	38	47,54	0,991	0,609
	11-15 yıl	31	54,23		
	16 yıl ve üzeri	32	51,98		
Kendini İfade	10 yıl ve altı	38	47,66	0,813	0,666
	11-15 yıl	31	52,66		
	16 yıl ve üzeri	32	53,36		

X²= Kruskal Wallis, $p<0,05^*$

Tablo 4.10. değerlendirildiğinde “Aktif Spor Yılı” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 4.11. Oynadıkları Mevki Değişkenine Göre SZİÖ Kruskal Wallis Testi

	Mevki	N	Sıra ortalaması	X ²	P
Çekicilik	Kaleci	21	55,79	10,149	0,119
	Pivot	12	60,17		
	Orta Oyun Kurucu	9	31,28		
	Sağ Oyun Kurucu	16	43,56		
	Sol Oyun Kurucu	14	44,89		
	Sağ Kanat	12	50,92		
	Sol Kanat	17	61,15		
Önem Verme	Kaleci	21	51,31	5,462	0,486
	Pivot	12	60,54		
	Orta Oyun Kurucu	9	32,22		
	Sağ Oyun Kurucu	16	51,06		
	Sol Oyun Kurucu	14	50,18		
	Sağ Kanat	12	50,58		

	Sol Kanat	17	54,74		
Sosyal İlişki	Kaleci	21	53,14	7,363	0,289
	Pivot	12	61,50		
	Orta Oyun Kurucu	9	32,44		
	Sağ Oyun Kurucu	16	48,06		
	Sol Oyun Kurucu	14	47,93		
	Sağ Kanat	12	47,17		
	Sol Kanat	17	58,76		
Özdeşleşme	Kaleci	21	51,43	4,066	0,668
	Pivot	12	63,21		
	Orta Oyun Kurucu	9	46,11		
	Sağ Oyun Kurucu	16	46,78		
	Sol Oyun Kurucu	14	46,29		
	Sağ Kanat	12	45,92		
	Sol Kanat	17	55,88		
Kendini İfade	Kaleci	21	58,52	5,044	0,538
	Pivot	12	49,75		
	Orta Oyun Kurucu	9	36,00		
	Sağ Oyun Kurucu	16	48,88		
	Sol Oyun Kurucu	14	46,11		
	Sağ Kanat	12	58,21		
	Sol Kanat	17	51,47		

$X^2 = \text{Kruskal Wallis}$, $p < 0.05^*$

Tablo 4.11. değerlendirildiğinde “Oynadıkları Mevki” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Tablo 4.12. Cinsiyet Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi

	Cinsiyet	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	Z	P
Algılanan Beceri	Erkek	74	53,51	3959,50	813,50	-1,429	0,153
	Kadın	27	44,13	1191,50			
Vücut Uygunluğu	Erkek	74	53,69	3973,00	800,00	-1,538	0,124
	Kadın	27	43,63	1178,00			
Aerobik Uygunluk	Erkek	74	55,27	4090,00	683,00	-2,434	0,015*
	Kadın	27	39,30	1061,00			
Anaerobik Uygunluk	Erkek	74	53,31	3945,00	828,00	-1,316	0,188
	Kadın	27	44,67	1206,00			
Zihinsel Beceri	Erkek	74	56,18	4157,50	615,50	-2,956	0,003*
	Kadın	27	36,80	993,50			
Genel Performans	Erkek	74	54,86	4059,50	713,50	-2,197	0,028*
	Kadın	27	40,43	1091,50			

$p < 0.05^*$

Tablo 4.12. değerlendirildiğinde “Cinsiyet” değişkeninin Elit Sporcu Benlik Algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (Algılanan beceri, Vücut uygunluğu, Anaerobik uygunluk) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Fakat ESBAE alt faktörlerinden (Aerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 4.13. Medeni Durum Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi

	Medeni Durum	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	Z	P
Algılanan Beceri	Evli	29	57,97	1681,00	842,00	-1,523	0,128
	Bekâr	72	48,19	3470,00			
Vücut Uygunluğu	Evli	29	54,41	1578,00	945,00	-0,749	0,454
	Bekâr	72	49,63	3573,00			
Aerobik Uygunluk	Evli	29	55,62	1613,00	910,00	-1,010	0,313
	Bekâr	72	49,14	3538,00			
Anaerobik Uygunluk	Evli	29	55,74	1616,50	906,50	-1,035	0,301
	Bekâr	72	49,09	3534,50			
Zihinsel Beceri	Evli	29	59,62	1729,00	794,00	-1,885	0,059
	Bekâr	72	47,53	3422,00			
Genel Performans	Evli	29	58,31	1691,00	832,00	-1,596	0,111
	Bekâr	72	48,06	3460,00			

$p<0.05^*$

Tablo 4.13. değerlendirildiğinde “Medeni durum” değişkeninin Elit Sporcu Benlik Algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (Algılanan Beceri, Vücut Uygunluğu, Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 4.14. Daha Önce Milli Olma Durumu Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi

	Milli Olma	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	Z	P
Algılanan Beceri	Evet	78	53,01	4134,50	740,50	-1,273	0,203
	Hayır	23	44,20	1016,50			
Vücut Uygunluğu	Evet	78	51,04	3981,00	894,00	-0,024	0,980
	Hayır	23	50,87	1170,00			
Aerobik Uygunluk	Evet	78	51,79	4040,00	835,00	-0,504	0,614
	Hayır	23	48,30	1111,00			
Anaerobik Uygunluk	Evet	78	51,94	4051,50	823,50	-0,597	0,551
	Hayır	23	47,80	1099,50			
Zihinsel Beceri	Evet	78	52,88	4125,00	750,00	-1,196	0,232
	Hayır	23	44,61	1026,00			

Genel Performans	Evet	78	53,13	4144,00	731,00	-1,348	0,178
	Hayır	72	43,78	1007,00			

p<0.05*

Tablo 4.14. değerlendirildiğinde “Daha Önce Milli Olma Durumu” değişkeninin Elit Sporcu Benlik Algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (Algılanan Beceri, Vücut Uygunluğu, Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05).

Tablo 4.15. Hobi Olarak Farklı Spor Branşı ile Uğraşma Durumu Değişkenine Göre ESBAE Mann Whitney U Testi

	Farklı Spor Branşı ile Uğraşma Durumu	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	Z	P
Algılanan Beceri	Evet	17	36,82	626,00	473,00	-2,197	0,028*
	Hayır	84	53,87	4525,00			
Vücut Uygunluğu	Evet	17	40,44	687,50	534,50	-1,641	0,101
	Hayır	84	53,14	4463,50			
Aerobik Uygunluk	Evet	17	41,41	704,00	551,00	-1,485	0,138
	Hayır	84	52,94	4447,00			
Anaerobik Uygunluk	Evet	17	44,21	751,50	598,50	-1,051	0,293
	Hayır	84	52,38	4399,50			
Zihinsel Beceri	Evet	17	42,56	723,50	570,50	-1,308	0,191
	Hayır	84	52,71	4427,50			
Genel Performans	Evet	17	44,85	762,50	609,50	-0,951	0,342
	Hayır	84	52,24	4388,50			

p<0.05*

Tablo 4.15. değerlendirildiğinde “Hobi Olarak Farklı Spor Branşı ” değişkeninin Elit Sporcu Benlik Algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (Vücut Uygunluğu, Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05). Fakat ESBAE alt faktöründen “Algılanan Beceri” alt faktörü üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0,05).

Tablo 4.16. Aylık Gelir Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi

	Aylık Gelir	N	Sıra ortalaması	X ²	P	Eşli Karşılaştırma
Algılanan Beceri	3000 TL ve altı	34	43,13	3,900	0,142	
	3001 TL – 6000 TL	23	57,04			
	6001 TL ve üzeri	44	53,92			
Vücut Uygunluğu	3000 TL ve altı	34	45,49	2,314	0,314	
	3001 TL – 6000 TL	23	57,17			
	6001 TL ve üzeri	44	52,03			
Aerobik Uygunluk	3000 TL ve altı	34	41,69	6,472	0,039	(1-3)
	3001 TL – 6000 TL	23	61,26			
	6001 TL ve üzeri	44	52,83			
Anaerobik Uygunluk	3000 TL ve altı	34	39,81	10,435	0,005*	(1-3)
	3001 TL – 6000 TL	23	65,11			
	6001 TL ve üzeri	44	52,27			
Zihinsel Beceri	3000 TL ve altı	34	37,94	10,652	0,005*	(1-3)
	3001 TL – 6000 TL	23	54,59			
	6001 TL ve üzeri	44	59,22			
Genel Performans	3000 TL ve altı	34	38,12	10,144	0,006*	(1-2), (1-3)
	3001 TL – 6000 TL	23	59,65			
	6001 TL ve üzeri	44	56,43			

X²= Kruskal Wallis, p<0.05*

Tablo 4.16. değerlendirildiğinde “Aylık gelir” değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (Algılanan Beceri, Vücut Uygunluğu) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [p>0,05]. ESBAE alt faktörlerinden (Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Anlamlı farklılığın elde edilmesinden sonra bu farklılıkların hangi gruplar arasında kaynaklandığını belirlemek amacıyla Pairwise Comparison testi kullanılmış; bu farklılığın Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri alt boyutlarında 3000 TL ve altı ve 6001TL ve üzeri değişkenlerinden kaynaklandığı, Genel Performans alt boyutlarından 3000 TL ve altı, 3001 TL - 6000 TL ve 6001TL ve üzeri değişkenlerinden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

Tablo 4.17. Yaş Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi Testi

	Yaş	N	Sıra ortalaması	X ²	P	Eşli Karşılaştırma
Algılanan Beceri	20 yaş ve altı	30	36,45	12,497	0,006*	(1-2)
	21-30 yaş	50	59,04			
	31-40 yaş	21	52,10			
Vücut Uygunluğu	20 yaş ve altı	30	38,05	9,584	0,022*	(1-2)
	21-30 yaş	50	58,70			
	31-40 yaş	21	51,65			
Aerobik Uygunluk	20 yaş ve altı	30	36,58	13,041	0,005*	(1-2)
	21-30 yaş	50	58,67			
	31-40 yaş	21	52,25			
Anaerobik Uygunluk	20 yaş ve altı	30	32,97	18,163	0,000*	(1-2)
	21-30 yaş	50	60,41			
	31-40 yaş	21	53,75			
Zihinsel Beceri	20 yaş ve altı	30	31,28	21,825	0,000*	(1-2),(1-3)
	21-30 yaş	50	60,81			
	31-40 yaş	21	54,85			
Genel Performans	20 yaş ve altı	30	36,52	12,605	0,006*	(1-2)
	21-30 yaş	50	59,59			
	31-40 yaş	21	50,88			

X²= Kruskal Wallis, p<0.05*

Tablo 4.17. değerlendirildiğinde “Yaş” değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (Algılanan Beceri, Vücut Uygunluğu, Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Anlamlı farklılığın elde edilmesinden sonra bu farklılıkların hangi gruplar arasında kaynaklandığını belirlemek amacıyla Pairwise Comparison testi kullanılmış; bu farklılığın Algılanan Beceri, Vücut Uygunluğu, Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Genel Performans alt boyutlarında 15-20 ve 21-30 yaş, Zihinsel Beceri alt boyutunda 15-20 ve 21-30, 0-20 ve 31-40 yaş değişkenlerinden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

Tablo 4.18. Günlük Serbest Zamana Ayrılan Süre Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi

	Günlük Serbest Zaman	N	Sıra ortalaması	X ²	P	Eşli Karşılaştırma
Algılanan Beceri	1-4 saat	26	47,90	3,059	0,217	
	5-7 saat	38	57,50			
	8 saat ve üzeri	37	46,50			
Vücut Uygunluğu	1-4 saat	26	43,06	2,974	0,226	
	5-7 saat	38	55,75			
	8 saat ve üzeri	37	51,70			
Aerobik Uygunluk	1-4 saat	26	38,52	6,413	0,040*	(1-2),(1-3)
	5-7 saat	38	55,71			
	8 saat ve üzeri	37	54,93			
Anaerobik Uygunluk	1-4 saat	26	41,21	4,320	0,115	
	5-7 saat	38	56,47			
	8 saat ve üzeri	37	52,26			
Zihinsel Beceri	1-4 saat	26	39,38	5,594	0,061	
	5-7 saat	38	55,71			
	8 saat ve üzeri	37	54,32			
Genel Performans	1-4 saat	26	44,58	1,708	0,426	
	5-7 saat	38	53,66			
	8 saat ve üzeri	37	52,78			

X²= Kruskal Wallis, p<0.05*

Tablo 4.18. değerlendirildiğinde “Günlük Serbest Zamana Ayrılan Süre” değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (Algılanan Beceri, Vücut Uygunluğu, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [p>0,05]. Fakat ESBAE alt faktörlerinden (Aerobik Uygunluk) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Anlamlı farklılığın elde edilmesinden sonra bu farklılıkların hangi gruplar arasında kaynaklandığını belirlemek amacıyla Pairwise Comparison testi kullanılmış; bu farklılığın Aerobik Uygunluk alt faktörlerinden 1-4 saat, 5-7 saat ve 8 saat ve üzeri değişkenlerinden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

Tablo 4.19. Aktif Spor Yılı Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi

	Aktif Spor Yılı	N	Sıra ortalaması	X ²	P	Eşli Karşılaştırma
Algılanan Beceri	10 yıl ve altı	38	43,38	6,397	0,041*	(1-3)
	11-15 yıl	31	50,00			
	16 yıl ve üzeri	32	61,02			
Vücut Uygunluğu	10 yıl ve altı	38	45,66	4,047	0,132	
	11-15 yıl	31	48,97			
	16 yıl ve üzeri	32	59,31			
Aerobik Uygunluk	10 yıl ve altı	38	40,32	9,387	0,009*	(1-3)
	11-15 yıl	31	53,31			
	16 yıl ve üzeri	32	61,45			
Anaerobik Uygunluk	10 yıl ve altı	38	40,95	7,619	0,022*	(1-3)
	11-15 yıl	31	54,68			
	16 yıl ve üzeri	32	59,38			
Zihinsel Beceri	10 yıl ve altı	38	38,89	11,466	0,003*	(1-3)
	11-15 yıl	31	54,61			
	16 yıl ve üzeri	32	61,88			
Genel Performans	10 yıl ve altı	38	39,64	9,861	0,007*	(1-3)
	11-15 yıl	31	54,81			
	16 yıl ve üzeri	32	60,80			

X²= Kruskal Wallis, p<0.05*

Tablo 4.19. değerlendirildiğinde “Aktif Spor Yılı” değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (Vücut Uygunluğu) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [p>0,05]. ESBAE alt faktörlerinden (Algılanan Beceri, Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Anlamlı farklılığın elde edilmesinden sonra bu farklılıkların hangi gruplar arasında kaynaklandığını belirlemek amacıyla Pairwise Comparison testi kullanılmış; bu farklılığın (Algılanan Beceri, Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) alt faktörlerinin 10 yıl ve altı ve 16 yıl ve üzeri değişkenlerinden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

Tablo 4.20. Oynadıkları Mevki Değişkenine Göre ESBAE Kruskal Wallis Testi

	Mevki	N	Sıra ortalaması	X ²	P
Algılanan Beceri	Kaleci	21	50,14	2,593	0,858
	Pivot	12	56,63		
	Orta Oyun Kurucu	9	60,11		
	Sağ Oyun Kurucu	16	44,56		
	Sol Oyun Kurucu	14	51,64		
	Sağ Kanat	12	45,58		
	Sol Kanat	17	52,62		
Vücut Uygunluğu	Kaleci	21	48,21	5,871	0,438
	Pivot	12	58,96		
	Orta Oyun Kurucu	9	59,28		
	Sağ Oyun Kurucu	16	38,72		
	Sol Oyun Kurucu	14	56,21		
	Sağ Kanat	12	45,88		
	Sol Kanat	17	55,32		
Aerobik Uygunluk	Kaleci	21	48,69	0,943	0,988
	Pivot	12	55,50		
	Orta Oyun Kurucu	9	55,39		
	Sağ Oyun Kurucu	16	47,09		
	Sol Oyun Kurucu	14	52,46		
	Sağ Kanat	12	51,13		
	Sol Kanat	17	50,74		
Anaerobik Uygunluk	Kaleci	21	47,69	3,948	0,684
	Pivot	12	59,08		
	Orta Oyun Kurucu	9	59,94		
	Sağ Oyun Kurucu	16	41,88		
	Sol Oyun Kurucu	14	54,96		
	Sağ Kanat	12	52,29		
	Sol Kanat	17	49,06		
Zihinsel Beceri	Kaleci	21	54,67	3,471	0,748
	Pivot	12	56,00		
	Orta Oyun Kurucu	9	62,56		
	Sağ Oyun Kurucu	16	47,50		
	Sol Oyun Kurucu	14	45,32		
	Sağ Kanat	12	49,96		
	Sol Kanat	17	45,53		
Genel Performans	Kaleci	21	51,38	5,031	0,540
	Pivot	12	61,88		
	Orta Oyun Kurucu	9	64,06		
	Sağ Oyun Kurucu	16	46,16		
	Sol Oyun Kurucu	14	43,93		
	Sağ Kanat	12	46,75		
	Sol Kanat	17	49,32		

$X^2 = \text{Kruskal Wallis}$, $p < 0.05^*$

Tablo 4.20. değerlendirildiğinde “Oynadıkları Mevki” değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (Algılanan Beceri, Vücut Uygunluğu, Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [$p > 0,05$].

Tablo 4.21. ESBAE Ve SZİÖ Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlar Analizi

Spearman Korelasyon Testi	Algılanan Beceri	Vücut Uygunluğu	Aerobik Uygunluk	Anaerobik Uygunluk	Zihinsel Beceri	Genel Performans
ÇEKİCİLİK	0,227*	0,213*	0,221*	0,296*	0,293*	0,179
	0,022	0,033	0,027	0,003	0,003	0,073
ÖNEM VERME	0,274*	0,275*	0,284*	0,305*	0,297*	0,209*
	0,006	0,005	0,004	0,002	0,003	0,036
SOSYAL İLİŞKİ	0,307*	0,417*	0,387*	0,333*	0,320*	0,371*
	0,002	0,000	0,000	0,001	0,001	0,000
ÖZDEŞLEŞME	0,524*	0,558*	0,472*	0,489*	0,483*	0,477*
	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
KENDİNİ İFADE	0,151	0,183	0,319*	0,265*	0,247*	0,313*
	0,133	0,067	0,001	0,007	0,013	0,001

$p < 0.05^*$

Tablo 4.21. incelendiğinde katılımcıların SZİÖ “Çekicilik, Önem Verme, Sosyal İlişki, Özdeşleşme” alt faktörlerinin; ESBAE “Algılanan Beceri, Vücut Uygunluğu, Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans” alt faktörleri ile ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). SZİÖ “Kendini İfade” alt faktörünün; ESBAE “Aerobik Uygunluk, Anaerobik Uygunluk, Zihinsel Beceri, Genel Performans” alt faktörleri ile ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Fakat “Algılanan Beceri, Vücut Uygunluğu” alt faktörleriyle ilişkisinin olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Tablo 4.22. ESBAE Ve SZİÖ Toplam Puanları Arasındaki Korelasyonlar Analizi

Spearman Korelasyon testi	ELİT SPORCU BENLİK ALGISI TOPLAM
Serbest Zaman İlgilenimi Toplam	0,470*
	0,000

$p < 0.05^*$

Tablo 4.22. incelendiğinde katılımcıların ESBAE toplam puanı ile SZİÖ toplam puanları arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

SONUÇ

TARTIŞMA VE SONUÇ

Tablo 4.1 ve 4.2'ye göre Türkiye hentbol süper ligi sporcularının %73,3'ünün erkek olduğu tespit edilmiştir. Chang ve Gibson (2011)'in çalışmasında katılımcıların %66,1'inin erkek olduğunu tespit etmişlerdir. Benzer şekilde Chen, Li ve Chen (2011)'in çalışmasında %71,0'mın erkek katılımcı olduklarını tespit etmişlerdir. %49,5'inin 21-30 yaş gurubunda olduğu, %71,3'ünün bekâr olduğu, %43,6'sının 6001 TL ve üzeri ve %22,8'inin 3001-6000 TL aylık gelirinin olduğu tespit edilmiştir. Chang ve Gibson (2011)'in çalışmasında aylık gelirin aylık ortalama 8300 Dolar ve üstü olduğunu tespit etmişlerdir. %37,6'sının 5-7 saat ve %25,7'nin ise 1-4 saat arası günlük serbest zamana ayırdıkları süre olduğu, %37,6'sının 10 yıl ve altı aktif spor yaptığı, %20,8'inin kaleci olduğu, %77,2'sinin daha önce milli sporcu olduğu, %82,2'sinin hentbol dışında başka spor ile uğraşmadığı saptanmıştır.

Tablo 4.3'ye göre cinsiyet değişkeninin serbest zaman ilgilenim ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Fakat kendini ifade alt faktörü üzerinde erkek katılımcıların adına anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır. Wiley, Shaw ve Havitz (2000)'in çalışmasında kadın hokey oyuncularının cinsiyet değişkeninin SZİÖ alt boyutlarından kendini ifade alt boyutunda anlamlı farklılık bulmuştur. Aydın (2016)'nın çalışmasında ise cinsiyet değişkeninin SZİÖ alt boyutları üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığını tespit etmiştir. Hardin ve Greer (2009)'un çalışmasına baktığımızda ise cinsiyet değişkeninin SZİÖ alt boyutları arasında anlamlı farklılık bulmuştur. Erkeklerin Türk toplumundaki sosyal rolleri gereği çevre ile daha yüksek düzeyde etkileşimde bulunmaları sebebiyle kendilerini ifade etme boyutunda daha aktif olmaları olağan bir durum olduğu söylenebilir.

Tablo 4.4'e göre medeni durum değişkeninin serbest zaman ilgilenim ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme ve kendini ifade) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Fakat SZİÖ çekicilik ve özdeşleşme alt faktörlerinde evli bireylerin; önem verme, sosyal ilişki, kendini ifade boyutlarında bekâr bireylerin daha yüksek ortalama değerlere sahip olduğu saptanmıştır. Aydın (2016) medeni hal değişkeninin SZİÖ alt boyutları üzerinde temel etkisi olmamasına karşın; "önem verme", "özdeşleşme", "kendini ifade" alt faktörleri evli bireylerin "çekicilik", "sosyal ilişki" alt faktörleri ise bekâr bireylerin daha yüksek ortalama değerine sahip olduğu tespit edilmiştir. Pettee vd. (2006)'nın çalışmasına göre evli olan katılımcıların bekar olan katılımcılara göre serbest zamanlarında

rekreatif faaliyetlere daha yoğun ilgi gösterdiği görülmüştür. Bu durum, ilgilenimin bireyin kendi güdüleriyle ve iç dünyasıyla alakalı olduğu için medeni durumun serbest zaman ilgileniminin etkilemediği düşünülebilir.

Tablo 4.5'e göre daha önce milli olma değişkeninin serbest zaman ilgilenim ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme ve kendini ifade) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir. Profesyonel olarak spora katılımının sporcuların sosyal yaşantısını ve katıldıkları serbest zaman etkinliklerine herhangi bir engel oluşturmaması beklenen bir sonuçtur.

Tablo 4.6'e göre hobi olarak farklı spor branşı ile uğraşma durumu değişkeninin serbest zaman ilgilenim ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme ve kendini ifade) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Fakat önem verme alt faktörü üzerinde anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Bu sebeple araştırmaya katılan hentbol sporcularının daha çok yaptıkları branşa yönelik yüksek ilgilenim düzeylerinden dolayı farklı branşlara yönelmeyi düşünmedikleri gözlenmiştir.

Tablo 4.7'ye göre aylık gelir değişkeninin serbest zaman ilgilenim ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur. Bu çalışmanın sonucunun aksine Wenbrownink ve Cagney (2007) ve Pampel, Krueger ve Denney (2010)'un çalışmasında aylık gelirin düzeyi arttıkça serbest zaman ilgilenim düzeylerinin yükseldiğini tespit etmişlerdir. Hentbol sporcularının ülke ekonomik düzeyine göre daha iyi bir kazanç sağlama ları sebebi ile her birinin serbest zaman etkinliklerine ilgilenim düzeylerinin aylık gelirinden etkilenmediği gözlenmiştir.

Tablo 4.8'e göre yaş değişkeninin serbest zaman ilgilenim ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Aydın (2016)'nın çalışmasında ise katılımcıların yaş değişkeninin SZİÖ alt faktörleri üzerindeki temel etkisinin anlamlı olmadığı, ancak faktör düzeyinde sadece önem verme alt faktöründe puanların anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Üzüm (2012)'nin çalışmasında yaş ve ilgilenim düzeyi arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dawson, Havitz ve Scott (2011)'in çalışmasında ise 18-24 yaş arasında olan bireylerin serbest zaman ilgilenim düzeylerinin (SZİÖ) daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bu sonuçlara bakılarak yaş değişkenini genel olarak ilgilenim düzeyi açısından yorumladığımızda değişkenlik gösterdiği görülmüştür. Bu sonucun böyle çıkmasının uygulanan örneklem grupları ile alakalı olduğu düşünülebilir.

Tablo 4.9'a göre günlük serbest zamana ayrılan süre değişkeninin serbest zaman ilgilenim ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 4.10'a göre aktif spor yılı değişkeninin serbest zaman ilgilenim ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Her bireyin serbest zaman etkinliklerine ihtiyaç duyması sebebiyle spor yapıp yapmamaları ya da yaptıkları sporun ne kadar süredir devam ediyor olduğunun serbest zaman ilgilenim düzeyine etki etmediği düşünülür.

Tablo 4.11'e göre oynadıkları mevki değişkeninin serbest zaman ilgilenim ölçeği (SZİÖ) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Aktif spor yılı değişkenine benzer olan mevki değişkeninin serbest zaman ilgilenim düzeyi üzerinde etkisinin olmadığı görülmüştür.

Tablo 4.12'ye göre cinsiyet değişkeninin elit sporcu benlik algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, anaerobik uygunluk) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Fakat ESBAE alt faktörlerinden (aerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır. Bu çalışmanın aksine Jowett (2008)'in çalışmasında sporcuların cinsiyet değişkeni üzerinde elit sporcu benlik algılarının (ESBAE) alt faktörleri arasında anlamlı farklılığın olmadığını tespit etmiştir. Bu durum örneklem gruplarının farklı olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Tablo 4.13'e göre medeni durum değişkeninin elit sporcu benlik algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Sporcular üzerinde medeni durum değişkeninin elit sporcu benlik algısına etki etmediği gözlenmiştir. Çünkü evli ya da bekâr olmanın kişinin benlik algısı üzerine etkisi olmaması gerekmektedir. Elit sporcu benlik algısı envanterinde ise sporcuların vücut uygunluğunun, aerobik ve anaerobik uygunluğunun, zihinsel becerilerinin vs. evli ya da bekâr olması ile alakalı olmadığı düşünülmektedir.

Tablo 4.14'e göre daha önce milli olma durumu değişkeninin elit sporcu benlik algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Sporcunun yaptığı spor branşında kendini algılamasının daha önce milli olma durumu ile alakalı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4.15'e göre hobi olarak yaptıkları farklı spor branşı değişkeninin elit sporcu benlik algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (vücut uygunluğu, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Fakat ESBAE alt faktöründen algılanan beceri üzerinde anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.16'ya göre aylık gelir değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [$p>0,05$]. ESBAE alt faktörlerinden (aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Anlamlı farklılığın elde edilmesinden sonra bu farklılıkların hangi gruplar arasında kaynaklandığını belirlemek amacıyla Pairwise Comparison testi kullanılmış; bu farklılığın aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri alt boyutlarında 3000 TL ve altı ve 6001 TL ve üzeri değişkenlerinden kaynaklandığı, genel performans alt boyutlarından 3000 TL ve altı, 3001 TL - 6000 TL ve 6001 TL ve üzeri değişkenlerinden kaynaklandığı saptanmıştır. Aydın (2019)'un üniversitede öğrenim gören elit düzey bocce sporcularının rekreasyon faaliyetlerine yönelik tatmin ve benlik algısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi isimli çalışmasında sporcuların algılanan beceri, vücut uygunluğu, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans ve genel sporcu benlik algılarının aylık kişisel gelirlerine göre anlamlı bir değişiklik göstermediği tespit edilmiştir.

Tablo 4.17'ye göre yaş değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın elde edilmesinden sonra bu farklılıkların hangi gruplar arasında kaynaklandığını belirlemek amacıyla Pairwise Comparison testi kullanılmış; bu farklılığın algılanan beceri, vücut uygunluğu, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, genel performans alt boyutlarında 0-20 ve 21-30 yaş, zihinsel beceri alt boyutunda 0-20 ve 21-30, 0-20 ve 31-40 yaş değişkenlerinden kaynaklandığı belirlenmiştir. Bu çalışmanın aksine Jowett (2008)'in çalışmasında sporcuların yaş değişkeni üzerinde elit sporcu benlik algılarının (ESBAE) alt faktörleri arasında anlamlı farklılığın olmadığını tespit etmiştir.

Tablo 4.18'e göre günlük serbest zamana ayrılan süre değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [$p>0,05$]. ESBAE alt faktörlerinden (aerobik uygunluk) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Anlamlı farklılığın elde edilmesinden sonra bu farklılıkların hangi gruplar arasında kaynaklandığını belirlemek amacıyla Pairwise Comparison testi kullanılmış; bu farklılığın aerobik uygunluk alt faktörlerinden 1-4 saat, 5-7 saat ve 8 saat ve üzeri değişkenlerinden kaynaklandığı saptanmıştır. Bu sonuca bağlı olarak elit hentbol sporcularının günlük serbest zamana ayırdığı süreye göre aerobik uygunluğunun yani uzun süre egzersiz yapabilmelerinin arttığı tespit edilmiştir. Serbest zamanlarında ruhen ve bedenen dinlenen sporcuların uzun süre egzersiz yapabilme kapasitelerine olumlu katkı sağladığı görülmektedir.

Tablo 4.19'a göre aktif spor yılı değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (vücut uygunluğu) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [$p>0,05$]. ESBAE alt faktörlerinden (algılanan beceri, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Anlamlı farklılığın elde edilmesinden sonra bu farklılıkların hangi gruplar arasında kaynaklandığını belirlemek amacıyla Pairwise Comparison testi kullanılmış; bu farklılığın (algılanan beceri, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) alt faktörlerinin 10 yıl ve altı ve 16 yıl ve üzeri değişkenlerinden kaynaklandığı saptanmıştır. Jowett (2008) çalışmasında sporcuların spor yılı değişkeni üzerinde elit sporcu benlik algılarının (ESBAE) alt faktörleri arasında anlamlı farklılığın olmadığını tespit etmiştir.

Tablo 4.20'ye göre oynadıkları mevki değişkeninin ESBAE alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuca bağlı olarak elit hentbol sporcularının sporda başarı sağlamak için gerekli olan psikomotor ve bilişsel uygunluk yetilerinde sporcuların kendilerini algılamalarının oynadıkları mevkiye göre etki etmediği görülmektedir.

Tablo 4.21'e göre katılımcıların SZİÖ çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme alt faktörlerinin; ESBAE algılanan beceri, vücut uygunluğu, aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans alt faktörleri ile ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir. SZİÖ kendini ifade alt faktörlerinin; ESBAE aerobik uygunluk, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans alt faktörleri ile ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir. Fakat ESBAE algılanan beceri, vücut uygunluğu alt faktörleriyle ilişkisinin olmadığı saptanmıştır. Bu sonuca

bağlı olarak elit hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim düzeyleri arttıkça kendine yönelik algıladıkladığı becerilerinin, vücut uygunluğunun, aerobik ve anaerobik uygunluğunun, zihinsel becerilerinin ve genel performanslarının da paralel şekilde arttığı bulunmuştur.

Tablo 4.22'ye göre katılımcıların ESBAE toplam puanını ile SZİÖ toplam puanları arasında ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç doğrultusunda çalışmamızın serbest zaman ilgilenim düzeyinin elit sporcu benlik algısına olumlu yönde etki ettiği görülmektedir. Bunun sebebinin sporcuların serbest zaman aktivitelerinde yaptıkları etkinliklerin kişinin benlik algısıyla paralel bir şekilde ilerlediği düşünülebilir.



ÖNERİLER

- Türkiye Hentbol Süper Ligi sporcuları üzerinde yapılan bu çalışma farklı branştaki sporculara yapılarak aralarında karşılaştırma yapılabilir.
- Hentbol sporcularının serbest zaman faaliyetlerine ağırlık vermeleri ilgilenim düzeylerini daha çok artırabilir. Dolayısıyla mutluluk ve motivasyon düzeyleri de etkilenecek ve dolayısıyla performanslarına olumlu yönde katkı sağlayabilir.
- Elit hentbol sporcularının günlük antrenmanlarına ek olarak zihinsel antrenman çalışmalarına ağırlık verilebilir ya da arttırılabilir. Bu sayede benlik algı gelişiminde doğrudan gelişim görülebilir.



KAYNAKLAR

- Adams, J. F. (1995). Ergenliđi anlamak. İmge Yayınları, Ankara.
- Akalp, U. (2019). Genç kadın hentbolcularda gövde merkezli antrenman modelinin isabetli şut hızı ve sıçrama performansı üzerine etkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Akkuş, Y. (2014). Elit hentbolcülerde genel ve özel hazırlık dönemi aerobik ve anaerobik güç testleri ile laktik asit düzeyleri arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Ağrı.
- Akman, B. ve Uyanık, B. G. (2004). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 14(2), 175-183.
- Aktaş, U. (2016). Üniversite öğrencilerinin benlik saygı düzeyleri ile atılganlık düzeylerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Karamanođlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Aldemir, G. Y. (2013). Elit sporcularda imgelemenin benlik algısı ve problem çözme becerisine etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Alderman R.B. (1974). Psychological behavior in sport, Philedelphia, W.B. Saunders Company 41, 143-145s.
- Alexandris, K., Douka, S., and Balaska P. (2012). Involvement with active leisure participation: does service quality have a role? *Managing Leisure*, 17(1), 54-66.
- Altıntaş E, Gültekin M. (2005). Psikolojik danışma kuramları. Alfa Aktüel Yayınları. İstanbul.
- Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktarođlu, S., ve Yıldırım, E. (2007). Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri. Sakarya Yayıncılık, Sakarya, 226.
- Andersen, M. (2000). Doing sport psychology. Human Kinetics, USA.
- Arslan, F.M., Bakır, N. O. (2010). Tüketicilerin ilgilenim düzeylerine göre alışveriş merkezlerini tercih etme nedenleri ve sadakate etkisi. *Marmara Üniversitesi İ.İ.B.F. Dergisi*, 28, 1, 227-259.
- Arslan, S. (2011). Serbest zaman kullanımı: Sıradan serbest zaman etkinlikleri ve sistemli serbest zaman etkinlikleri. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(2), 1-10.
- Aşçı, FH, Gökmen H, Tiryaki G, Aşçı A. (1997). Selfconcept and body image of male athletes and nonathletes, adolescence, (32):959-968.
- Aşçı, H., Dođu, G., Yaman, H., Mirzeoğlu, N., Çelebi, M., Kirazcı, S., Mirzeoğlu, D., Özbey, S. ve Bağırđan T. (2011). (Editör: Nevzat Mirzeoğlu). Spor bilimine giriş. (3.Baskı). Ankara: Spor Yayınevi.

- Aydın, B. (1996). Benlik kavramı ve ben semaları. marmara üniversitesi atatürk eğitim fakültesi eğitim bilimleri dergisi. (Sayı:8), 41-47.
- Aydın, İ. (2016). Fitnes katılımcılarının rekreasyonel etkinliklere yönelik ilgilenim ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Aydın, O. (2019). Üniversitede öğrenim gören elit düzey bocce sporcularının rekreasyon faaliyetlerine yönelik tatmin ve benlik algısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.*
- Aydoğan, F. (2000). Medya ve serbest zaman. İstanbul: Om Yayınları.
- Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (1997). Stres ve başa çıkma yolları (16.bs.) Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Basut, E. (2006). Stres, Başa Çıkma ve Ergenlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, (13):1.
- Baymur, F. (1985). Genel psikoloji. İnkılâp Kitabevi, İstanbul, s. 268.
- Baymur, F. (1993). Genel psikoloji. İnkılâp Kitabevi: İstanbul.
- Baymur, F. (1997). Genel psikoloji. İstanbul: İnkılâp Kitabevi.
- Beşikçi, T. (2016). Macera rekreasyonunda heyecan arayışı, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman tatmini arasındaki ilişkinin incelenmesi: çok hafif hava araçları (çhha) pilot örneği. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.*
- Brown Carolla A., Francis McGuire, Judith Voelkl (2008). The link between successful aging and serious leisure. *Int'l. J. Aging and Human Development*, 66 (1) 73–95.
- Celsi, R.L., Olson, J.C. (1988). The role of involvement in attention and comprehension processes. *Journal Of Consumer Research*, 15, 210-224.
- Chang, H. H. (2016). Gender differences in leisure involvement and flow experience in professional extreme sport activities. *World Leisure Journal*, 59(2), 124-139.
- Chang, S., & Gibson, H. J. (2011). Physically active leisure and tourism connection: Leisure involvement and choice of tourism activities among paddlers. *Leisure Sciences*, 33(2), 162-181.
- Chen, Y. C., Li, R. H., & Chen, S. H. (2013). Relationships among adolescents' leisure motivation, leisure involvement, and leisure satisfaction: A structural equation model. *Social indicators research*, 110(3), 1187-1199.
- Cobs, A., Aurla, P.L., Purkey, WW. (1972). *Helping relationships*, Boston, Allyn and Bacon Inc., Akt: Önen, F. (1989). kişinin kendini kabulü ile başkaları tarafından kabulü arasındaki ilişki, *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.*
- Combs, A. W. (1981). Humanistic education: too tender for a tough world?. *The Phi Delta Kappan*, 62(6), 446-449.

- Çağlar, E., AŞÇI, F. H., ve Kelecek, S. (2017). Elit sporcu benlik algısı envanteri türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 165-172.
- Çakır, V. (2006). Reklam ve marka tutumu. Konya: Tablet Kitapevi.
- Çakır, V. (2007). Tüketici ilgilenimini ölçmek. Selçuk Üniversitesi Dergisi, 4(4), 163-180.
- Çakıt, İ. (2014). Harmanlanmış öğrenme ortamlarının hentbol temel becerileri gelişimine etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Çankaya, B. (2007). Lise I. Ve II. Sınıf öğrencilerinin algılanan benlik saygısının bazı değişkenlere göre incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çil, A. Ü. (2011). Kur'an'da zaman kavramı. *Kelam Araştırmaları*. 9.1, 335-365.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda benlik saygısı. Ankara Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı. Uzmanlık Tezi.
- Daşdan, G. (2013). fiziksel benlik algısının beden dili ve dansa karşı öz-yeterlik algısı üzerine etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Dawson, J., Havitz, M. ve Scott, D. (2011). Behavioral adaptation of alpine skiers to climate change: examining activity involvement and place loyalty. *Journal of Travel and Tourism Marketing*, 28(4), 388-404.
- Decloe, M.D., Kaczynski, A.T., Havitz, M.E. (2009). Social participation, flow and situational involvement in recreational physical activity. *Journal of Leisure Research*, 41 (1), 73-90.
- Demirci, N. (1995). "A'dan Z' ye spor", I. Basım, Nehir Yayıncılık ve Matbaacılık, Ankara.
- Demoulin, D.F. (1999). A personalized development of self-concept for beginning readers, education", Cilt. 120, Sayı. 1.
- Eren, E. (1991). Yönetim ve organizasyon. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, İşletme Fakültesi Yayın No:236.
- Ergenekon, Y. (2013). Sosyal yeterlikle ilişkili kavramlar ve sosyal yeterliğin bileşenleri. S. Vuran (Ed.). *Sosyal Yeterliklerin Geliştirilmesi*. (2. Baskı). Ankara: Vize Basın Yayın.
- Eskiler, E., ve Karataş, G. (2017). Sakarya üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimleri ile davranışsal niyetleri arasındaki ilişkilerinin incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 10-24.
- Evans, M.J., Jamal, A. ve Foxall, G.R. (2006). Individual aspects of consumer behaviour. Hoboken N.J., J. Wiley.

- Ferrer M. ve A. Fugate (2003). Helping your school-age child develop a healthy agricultural sciences, University Of Florida.
- Fişek, K. (1985). 100 soruda türkiye spor tarihi (Vol. 53). Gerçek Yayınevi.
- GANDER, M. J. , H.W. GARDİNER (1993). Çocuk ve ergen gelişimi. (B. Onur, Çev.) Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Gencer, E. (2008). Yıldızlar kategorisi erkek güreşçilerde denetim odağı, benlik saygısı ve başarı ilişkisi: ege bölgesi yıldızlar ligi örneği. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Gorostiaga, E.M., Granados, C., Ibanez, J., Gonzalez Badillo, J.J. and Izquierdo, M. (2006). Effects of an entire season on physical fitness changes in elite male handball players. Med Sci Sports Exerc, 38: 357-366.
- Görgüt, İ. (2012). 11-14 yaş grubu hentbolcuların spora başlama nedenleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Güçlü, M., ve Yentür, J. (2008). Milli takım düzeyindeki elit bayan sporcuların kişisel ve sosyal uyum düzeyleri ile bedenlerini algılama düzeylerinin karşılaştırılması. *Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(4), 183-192.
- Gülsoy, T. (1999). *Türkçe-İngilizce dizinli İngilizce-Türkçe reklam terimleri ve kavramları sözlüğü*. Adam.
- Güneş, Z. (2013). Spor ve beslenme. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Gürbüz B, Henderson K. (2011). An examination of meaning of leisure: a turkish perspective. 1st International Physical Activity, Nutrition and Health Congress. Antalya, Turkey.
- Gürbüz B, Henderson K. (2013). Exploring the meanings of leisure among turkish university students. Croatian Journal of Education, 15(4), 927-957.
- Gürbüz, B., Çimen, Z., ve Aydın, İ. (2015). Serbest zaman ilgilenim ölçeği: türkçe formu geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 256-265.
- Güven, Ö. (1999). Türklerde spor kültürü. Ankara: AKM Başkanlığı Yayınları.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., ve Dinç, Y. (2003). Boş zaman ve rekreasyon kavramlarının analizi. Boş zaman ve rekreasyon yönetimi: örnek animasyon uygulamaları. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., ve Dinç, Y. (2009). Boş zaman & rekreasyon yönetimi:(örnek animasyon uygulamaları). Detay.
- Hagger, M., and Chatzisarantis, N. L. D. (2005). The social psychology of exercise and sport. Open University, Buckingham, U.K
- Hamachek, D. (1981). Encounters With The Ego. Mexico: Interamericana.

- Hardin, M., & Greer, J. D. (2009). The influence of gender-role socialization, media use and sports participation on perceptions of gender-appropriate sports. *Journal of Sport Behavior*, 32(2).
- Havitz, M.E., Dimanche, F. (1997). Leisure involvement revisited: conceptual conundrums and measurement advance. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 245-278.
- Havitz, M. E., and Dimanche, F. (1999). Leisure involvement revisited: Drive properties and paradoxes. *Journal of Leisure Research*, 31, 122-149.
- Havitz, M. E., and Howard, D. R. (1995). How enduring is enduring involvement? A seasonal examination of three recreational activities. *Journal of Consumer Psychology*, 4(3), 255-276.
- Havitz, M.E., Kaczynski, A.T., and Mannell R.C. (2013). Exploring relationships between physical activity, leisure involvement, self-efficacy, and motivation via participant segmentation. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 35(1), 45-62.
- Henderson KA. (1996). One size doesn't fit all: The meanings of wome's leisure. *Journal of Leisure Research*, 28(3), 139-154.
- Hilgard, E.R. (1962). *Introduction to psychology*. (3rd. Ed.). New York: Harcourt, Brace & World, Inc.
- Iwasaki, Y. ve Havitz, M.E. (1998). "A path analytic model of the relationships between involvement, psychological commitment, and loyalty". *Journal of Leisure Research*, 30(2): 256-280.
- Jamroz, U., Backman, S.J. ve Backman, K.F. (1996). "Involvement and opinion leadership in tourism". *Annas of Tourism Research*, 23(4): 908-924.
- Jones, Ian and Symon Graham (2001). "Lifelong learning as serious leisure: policy, practice and potential", *Leisure Studies* 20, p: 269-283.
- Jowett, S. (2008). Moderator and mediator effects of the association between the quality of the coach-athlete relationship and athletes' physical self-concept. *International Journal of Coaching Science*, 2(1), 1-20.
- Juniu, S. (2000). Downshifting: regaining the essence of leisure. *Journal of Leisure Research*, 32(1).
- Kalkan, T. (2017). 12-15 yaş grubu kadın hentbolcuların müsabaka öncesi kaygı durumlarının fair play tutumlarına etkisinin incelenmesi (Amasya ili örneği). Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kandemir, D., Atakan S.S. ve Demirci, C. (2013). İlgilenim kavramı ve türkçe ilgilenim ölçeklerinin değerlendirilmesi: tüketici ilgilenimi, sürekli ilgilenim ve satın alma kararı ilgilenimi. *İşletme ve Finans*, 28(330), 21-48.
- Kandemir, G. (2018). Tüketici ilgilenim ve ürün bilgi düzeylerinin satın alma kararları üzerindeki rolüne ilişkin bir araştırma. *Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*.

- Kaplan, T. (1993). Hentbol nedir? kökeni nerelere dayanır? erciyes üniversitesi fen edebiyat fakültesi beden eğitimi ve spor bölümü ders notları, Kayseri.
- Kara, F. M., Emir, E., Gürbüz, B., ve Öncü, E. (2013). Serbest zamanın anlamı: yetişkin bireyler örneği. *Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Kuşadası, İzmir*.
- Karaca, A. A. (2015). Serbest zaman katılımı, psikolojik iyi olma ve serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerinin üniversite öğrencileri üzerinde incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Antalya: Akdeniz Üniversitesi SBE.
- Karagözoğlu, C. (2005). Sporda psikolojik destek, Morpa Kültür Yayınları, s.13, İstanbul.
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon boş zamanları değerlendirme*. (6.Baskı). Ankara: Gazi
- Karalar, R. (2011). Tüketici karar verme süreci: sorunun belirlenmesi ve bilgilerin araştırılması. Rıdvan Karalar (Ed.), *Tüketici Davranışları içinde* (s. 243-248). Eskişehir: T.C. Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi.
- Karasar, N. (1994). Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler. Ankara: 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık Ltd.
- Karasar, N. (2017). Bilimsel araştırma yöntemi. 32. Basım. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karuç, S. (2018). Türkiye hentbol milli takım kampına katılan sporcuların boş zaman değerlendirme davranışlarının öznel iyi oluşları üzerindeki etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.
- Kelleş, F., Murat, K. U. L., KARATAŞ, İ., MÜLHİM, M. A., & Yılmaz, Ü. N. L. Ü. (2017). Gençlik merkezindeki serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin sosyal beceri düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi: Adıyaman ili örneği. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(Special Issue 2), 114-141.
- Kerstetter, D. L., and Kovich, G. M. (1997). An involvement profile of division I women's basketball spectators. *Journal of Sport Management*, 2, 234-249.
- Kılıç, B., Kırılı, G., ve Esen, F. Ö. (2017). Sosyal medya kullanımı benlik algısı ilişkisi: turistik tüketiciler üzerine bir araştırma. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 16(1).
- Kleiber, D. (2001). Developmental intervention and leisure education: A lifespan perspective. *World Leisure Journal*, 43(1), 4-10.
- Kocaekşi, S. (2010). Hentbol bayan milli takımında zaman değişimi ve performansın grup sargınlığı, sportif kendine güven, öz-yeterlik, hedef yönelimi ve yarışma kaygısı üzerine etkisi. Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Programı, Doktora Tezi.
- Kocaer, G. (2018). Beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutum, serbest zaman ilgilenim ve rekreasyon faaliyetlerine yönelik fayda düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Bartın ili örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

- Koçak F. (2017). The relationship between leisure constraints, constraint negotiation strategies and facilitators with recreational sport activity participation of colleges tudents. *College Student Journal*, 51(4), 491-497.
- Konter, E. (2013). Eylemde bulunan bir varlık olarak insan neden oynar?. Bassaray Matbaası, İzmir.
- Konter, E. (2004). Antrenörlük ve takım psikolojisi. Ankara: Palme Yayıncılık.
- Krugman, H. (1965). The impact of television advertising: learning without involvement. *Public Opinion Quarterly*, 29(3), 349-356.
- Krugman, H. E. (1966). The measurement of advertising involvement. *Public Opinion Quarterly*, 30(4), 583-596.
- Kruger, K., Pilat, C., Ueckert, K., Frech, T. and Mooren, F.C. (2013). Physical performance profile of handball players is related to playing position and playing class. *J Strength Cond Res*, 28: 117-125.
- Kulaksızoğlu, A. (2004). Ergenlik psikolojisi. (6.Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- KUZGUN Yıldız (1996). Akademik benlik kavramı Ölçeği, T.C. MEB yayınları, Ankara, s.7
- Kyle G.T., Absher J., Norman, W., Hammit, W. and Jodice, L. (2007). Modified involvement scale. *Leisure Studies*. 26(4), 398-427.
- Kyle, G.T., Chick, G. (2002). The social nature of leisure involvement. *Journal of Leisure Research*, 34(4), 426-448.
- Laurent, G., and Kapferer, J. (1985). Measuring consumer involvement profiles. *Journal of Marketing Research*, 22(1), 41-53.
- Lee Y, Dattilo J, Howard D. (1994). The complex and dynamic nature of leisure experience. *Journal of Leisure Research*, 26 (3), 195-211.
- Mackenzie, R, A. (1985). Zaman tuzağı, zamanı nasıl denetlersiniz, Çev: Yakut Güner, İlgi Yayıncılık. İstanbul.
- Marsh HW, Hey J, Johnson S ve ark. (1997). Elite athlete self-description questionnaire: hierarchical confirmatory factor analysis of responses by two distinct groups of athletes. *Int J Sport Psychol*, 28, 237-258.
- Michaelidou, N., & Dibb, S. (2006). Product involvement: an application in clothing. *Journal of Consumer Behaviour*, 5(5), 442-453.
- Mitchell, A. A. (1979). Involvement: a potentially important mediator of consumer behavior. (WL Wilkie, A Abor, Ed.) *Advances in Consumer Research* Volume 06, Association for Consumer Research, MI, 191-196.
- Morris T, Spittle MP, Watt A. (2005). Imagery in sport. *Human Kinetics*. GV 706.4.M (67):225.

- Muehling, D. D., Laczniak, R. N. (1988). Advertising's immediate and delayed influence on brand attitudes: considerations across message-involvement levels. *Journal of Advertising*, 17(4), 23-34.
- Muratlı, S. ve Öner, K., (1985). "Hentbolda savunma", İstanbul.
- Odabaşı, Y. (1998). *Tüketici davranışı ve pazarlama stratejisi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi İşletme Fakültesi.
- Odabaşı, Y. ve Barış, G., (2003). *Tüketici davranışı*, İstanbul, Mediacat Akademi.
- Oktan, V., ve Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası insan bilimleri dergisi*, 7(2), 543-556.
- Öner U. (1985). Benlik gelişimine ilişkin kuramlar. Ergenlik psikolojisi adlı eserin içinde, ed.: B. Onur, Hacettepe-Taş Kitapçılık, Ankara.
- Öner, N. (2005). Pier-Harris' İn çocuklarda öz kavramı ölçeği el Kitabı. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Özügürlü, Kurban (1985). Evlilik raporu bilimsel sorunlar dizisi, 2. baskı, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul; s.301
- Özyürek, M. (2005). Bireysel farklılıkları inceleme yaklaşımları, Kök Yayıncılık, Ankara, s.41.
- Pampel, F. C., Krueger, P. M., & Denney, J. T. (2010). Socioeconomic disparities in health behaviors. *Annual review of sociology*, 36, 349-370.
- Pense, M., Demir, H., ve Lesinger, F. Y. (2011). Engelli sporcularda benlik algısının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilim Dergisi*. 13(Ek Sayı), 48-53.
- Pettee, K. K., Brach, J. S., Kriska, A. M., Boudreau, R., Richardson, C. R., Colbert, L. H., & Newman, A. B. (2006). Influence of marital status on physical activity levels among older adults. *Medicine and science in sports and exercise*, 38(3), 541-546.
- Purkey, W. (1988). An overview of self-concept theory for counselors, eric clearinghouse on counseling and personnel services, Ann Arbor, Mich. (An ERIC/CAPS Digest: ED304630).
- Rothschild, Michael L. (1984). Perspectives on involvement: current problems and future directions. *in NA - Advances in Consumer Research Volume 11, eds. Thomas C. Kinnear, Provo, UT: Association for Consumer Research*, 216-217.
- Sabuncuoğlu, Z., ve Tüz, M. (2001). *Organizational psychology*. Ezgi Bookstore, Bursa.
- SARIKAYA, A. (2015). 14-18 yaş arası ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*.
- Sevim, Y. (2006). *Hentbol teknik taktik*, I. Basım, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

- Sevim, Y. (2002). Hentbol teknik-taktik Nobel Yayınevi, Geliştirilmiş 4. Baskı, 1-7 s., Ankara.
- Sonmaz, S. (2002). Problem çözme becerisi ile yaratıcılık ve zeka arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Stebbins, R. A. (2016). Serbest zaman fikri (temel ilkeler). (M. Demirel, N. E. Ekinci, Ü. D. Üstün, U. Işık, O. Gümüşgöl, Çev.), Spor Yayınevi ve Kitabevi, Ankara.
- Stebbins, Robert A. (1999). Serious leisure, leisure education, and wayward youth, www.soci.ucalgary.ca adresinden 04.04.2008 tarihinde alınmıştır.
- Stebbins, Robert A. (2007). Serious leisure: a perspective for our time, future survey, 29:9/346 (A), September 2007, p.22.
- Sunay, H. (2009). Spor yönetimi. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Suveren S. (1995). "Cimnastik sporunun yarışmacı cimnastikçilerin benlik saygısı üzerine etkisi". Yayımlanmış Doktora Tezi. Ankara Gazi Üniversitesi.
- Şentürk, İ. (2016). Elit hentbolcularda sürat, çeviklik ve kuvvet parametrelerinin pozisyonlara göre incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Şimşek, M. Ş., Çelik, A., Soysal, A. (2009). Zaman yönetimi ve yönetsel zamanda etkinlik. Ankara Gazi Kitabevi.
- Taylor, SE., Peplau, LA., Sears, DO. (2000). Social psychology, Prentice Hall New Jersey.
- Tekin, A. (2009). *Rekreasyon*. Muğla: Ata Ofset.
- Teşneli, Ö. (2007). Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Tezcan, M. (1982). Boş zamanların değerlendirilmesi. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Yayınları, No.116.
- Tezcan, M. (1994). Boş zamanların değerlendirilmesi sosyolojisi. Ankara: Atilla Kitabevi.
- Torkildsen, G. (1990). Leisure and recreation managements. London: Cambridge University.
- Tuzcuoğulları, T. ve Abakay, U. (2017). Takım sporlarıyla uğraşan elit genç sporcularda boyun eğici davranışların bazı değişkenler açısından incelenmesi. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 2(2), 17-30.
- Ulus, Y. (2016). İlgilenim. Marmara Üniversitesi Öneri Dergisi, 12, 45, 569-586.
- Uztağ Ferruh (2003). Markan kadar konuş! marka iletişimi stratejileri, MediaCat, İstanbul.
- Ünal, S. (2007). Atılganlık becerilerinin eğitim programının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin atılganlık düzeyi ve benlik saygısı üzerindeki etkisi. İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı. Yüksek Lisans Tezi.

- Üzüm, T. (2012). *Seçmen bağıllığını etkileyen unsurların incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Karatekin Üniversitesi, Çankırı.
- Wagner, H., Orwat, M., Hinz, M., Pfusterschmied, J., von Duvillard, S.P. and Müller, E. (2014). Testing game based performance in team handball. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(10):2794-2801.
- Watkins M, Bond C. (2007). Ways of experiencing leisure. *Leisure Sciences*, 29, 287-307.
- Watkins M. (2013). Using intentional attributions to explain change in leisure meanings. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 35 (2), 89-106.
- Wen, M., Browning, C. R., & Cagney, K. A. (2007). Neighbourhood deprivation, social capital and regular exercise during adulthood: A multilevel study in Chicago. *Urban Studies*, 44(13), 2651-2671.
- Wiley, C.G.E., Shaw S.M. and Havitz M.E. (2000). Men's And Women's Involvement In Sports: An Examination Of The Gendered Aspects Of Leisure Involvement. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 22(1), 19-31.
- World Leisure And Recreation Association (WLRA) (2001). "World leisure and recreation association international position statement on leisure education and youth at risk", Chair: Hillel Ruskin, *Leisure Sciences*, 23:201-207.
- World Leisure And Recreation Association (WLRA) (2003). "World leisure and recreation association international position statement on leisure education and community development", chair: Hillel Ruskin, *Leisure Sciences*, 25:97-100.
- World Leisure Commission On Education (2000). "World leisure international position statement on educating for serious leisure", prepared by Robert A. Stebbins, www.worldleisure.org, adresinden 20.06.2008 tarihinde alınmıştır.
- World Leisure Organization (2001). "Working document on casual leisure", www.worldleisure.org, adresinden 01.06.08 tarihinde alınmıştır.
- Yaşartürk, F. (2016). Elit düzeydeki sporcuların rekreatif etkinlik tercihlerinde tutum, sıkılma algısı ile yaşam doyumlarının incelenmesi. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Yaşartürk, F., Akyüz, H., Ve Karataş, İ. (2017). rekreatif etkinliklere katılan üniversite öğrencilerinin serbest zamanda sıkılma algısı ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel Ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (Uksad)*, 3(Special Issue 2), 239-252.
- Yau, M. K., & Packer, T. L. (2002). Health and well-being through T'ai Chi: Perceptions of older adults in Hong Kong. *Leisure Studies*, 21(2), 163-178.
- Yegül I. B. (1999). Liseli erkek sporcular ile sporcu olmayan bireylerin benlik saygısı ve atletik yeterlik puanlarının karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara 79-96s.

- Yegül, I. B. ve Koruç, Z. (2014). 15-18 yaş grubu elit bireysel sporcular, elit takım sporcuları ve sporcu olmayan bireylerin benlik saygısı puanlarının karşılaştırılması. *Cbü Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(4).
- Yetim, G. (2014). Boş zaman ilgileniminin boş zaman tatmini ve sadakati üzerine etkisi: Eskişehir'deki fitness merkezleri üzerine araştırma. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Yetim, G., ve Arğan, M. (2018). Boş zaman ilgilenim faktörleri ile fitness merkezine yönelik tatmin ve sadakat arasındaki ilişki. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 49-62.
- Yıldız M. (2006). Benlik kavramı ve benliğin gelişiminde dinin rolü. Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, (23):87-127.
- Yönet, E. (2018). *Lise öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim, dijital oyun bağımlılığı ve yaşam kalitesi düzeylerinin araştırılması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Yörükoğlu, A. Gençlik çağı ruh sağlığı ve ruhsal sorunlar. (13.Basım). E-Kitap, www.e-kitaparsivi.com, 15.06.2012.
- Zaickowsky, Judith Lynne (1985). Measuring the involvement construct, *Journal of Consumer Research*, Vol.12, s.341-352.
- Bozdağ, Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılım düzeylerinin boş zaman ve yaşam tatminlerine etkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.

EKLER

Ek1. Kişisel Bilgi Formu

Değerli sporcu arkadaşlarım; bu anketi yapmaktaki amacım, sizlerin Türkiye Hentbol Süper Ligi sporcularının serbest zaman ilgilenim düzeyleri ile elit sporcu benlik algısı düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirleyebilmektir. Sorulara içtenlikle yanıt vermeniz çalışma sonucunun geçerliliği bakımından çok önemlidir. Şimdiden vereceğiniz cevaplardan dolayı teşekkür ederim.

(Serbest zaman ya da boş zaman, iş ve gerekli kişisel faaliyetler dışında geçirilen zaman olarak tanımlanmaktadır. Başka bir deyişle yemek, uyku, işe gitme, okula gitme, ödev yapma ve ev işleri gibi mecburi faaliyetlerin öncesi veya sonrasında dinlenmeye ayrılan keyfi zamandır).

Büşra Buse GÜLDÜR

Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Yüksek lisans Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Lütfen size en uygun cevabı işaretleyin.

1. Cinsiyetiniz: Erkek () Kadın ()
2. Yaşınız:
3. Medeni durumunuz: Evli () Bekar ()
4. Aylık Gelir Düzeyiniz(Rakam):
5. Günlük serbest zamana ayırdığınız süre (saat):
6. Formasını giydiğiniz Kulübün Adı:
.....
7. Kaç yıldır aktif sporcusunuz:
8. Daha önce milli sporcu oldunuz mu: Evet () Hayır ()
9. Hentbol sporu haricinde hobi olarak başka spor branşı ile uğraşıyor musunuz: Evet () Hayır ()

Ek2. Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ)

	Lütfen her ifadeyi bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış ifade bırakmayınız. Serbest Zaman; “insanların çalışma ve zorunlu gereksinimlerini karşıladıktan sonra kalan süredir”. İlgilenim; “Herhangi bir etkinliğe yönelik kişisel ilgi ya da katılım gösterme ve bunun sonucunda alınan zevk, eğlence ve heyecan”	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Serbest zaman etkinliği, yaptığım en eğlenceli şeylerden birisidir.	1	2	3	4	5
2	Serbest zaman etkinliği, benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
3	Serbest zaman etkinliği, yaptığım en tatmin edici şeylerden birisidir.	1	2	3	4	5
4	Yaşamımın büyük bir bölümünün serbest zaman etkinliği etrafında şekillendiğini düşünüyorum.	1	2	3	4	5
5	Serbest zaman etkinliği, hayatımda merkezi bir role sahiptir.	1	2	3	4	5
6	Serbest zaman etkinliği yerine başka bir serbest zaman etkinliği tercih edecek olursam, bunu çok ciddi bir şekilde yeniden düşünmem gerekir.	1	2	3	4	5
7	Arkadaşlarımla serbest zaman etkinliği konusunda konuşmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
8	Arkadaşlarımla çoğu, serbest zaman etkinliği ile bir şekilde ilişkilidir.	1	2	3	4	5
9	Serbest zaman etkinliği yapmak, bana arkadaşlarımla bir arada olma fırsatı sağlar.	1	2	3	4	5
10	Serbest zaman etkinliği yaptığım zaman gerçekten kendim gibi olabiliyorum.	1	2	3	4	5
11	Kendimi Serbest zaman etkinliğiyle ilgili imgelerle özdeşleştiriyorum.	1	2	3	4	5
12	Serbest zaman etkinliği yaptığım zaman nasıl görüldüğüm ve davrandığımla ilgilenmek zorunda kalmıyorum.	1	2	3	4	5
13	Birini serbest zaman etkinliği yaparken gördüğünüzde o kişi hakkında birçok şey söyleyebilirsiniz.	1	2	3	4	5
14	Serbest zaman etkinliği yapmak, kim olduğum ile ilgili çok şey söyler.	1	2	3	4	5
15	Serbest zaman etkinliği yaparken, insanlar onların beni görmesini istediğim şekilde görür.	1	2	3	4	5

Ek3. Elit Sporcu Benlik Algısı Envanteri

Aşağıdaki ifadelerde, hissettiklerinizi en iyi anlatan seçeneği işaretleyiniz.

	Tamamen Yanlış	Genellikle Yanlış	Kısmen Yanlış	Kısmen Doğru	Genellikle Doğru	Tamamen Doğru
1.Branşındaki en becerikli sporcuyum.						
2.Teknik becerilerim benimle aynı seviyede yarışanların çoğundan daha iyidir.						
3.Kendimi branşında çok becerikli görüyorum.						
4.Antrenörler ve benimle aynı seviyedeki yarışmacılar, branşında beni çok becerikli görürler.						
5.Beceri seviyem nedeniyle, branşında üst düzey performansa ulaşıyorum.						
6.Vücut kompozisyonumun (yağ/kas oranı) uygunluğundan dolayı branşında üst düzey performansa ulaşıyorum.						
7.Vücut görünüşümün uygunluğundan dolayı branşında üst düzey performansa ulaşıyorum.						
8.Vücut yapımın uygunluğundan dolayı branşında üst düzey performansa ulaşıyorum.						
9.Uygun bir vücuda sahip olmak branşında iyi performans göstermeme yardım ediyor.						
10.Takım arkadaşlarım/diğer yarışmacılarla kıyaslandığında, dayanıklılık açısından (uzun mesafe koşusu, yüzme, bisiklete binme gibi dayanıklılık etkinlikleri) branşında mükemmeldir.						
11.Dayanıklılık kapasitem, branşında en iyi sporcu olmamı sağlar.						
12.Aerobik uygunluğumun (uzun süre egzersiz yapabilme) iyi olması, branşında üst düzey performansa ulaşmamı sağlar.						
13.Benim seviyemdeki diğer sporcularla kıyaslandığında, anaerobik (kısa süreli ve yüksek şiddetli) etkinlikleri yapmada branşında en iyiyimdir.						
14.Yüksek şiddetli aktiviteleri yapabilme kapasitem branşında en iyi sporcu olmamı sağlar.						
15.Antrenörler ve benim seviyemdeki yarışmacılar, anaerobik (kısa süreli ve yüksek şiddetli) açıdan beni çok iyi düzeyde bulurlar.						
16.Antrenörler ve benim seviyemdeki yarışmacılar, aerobik (uzun süre egzersiz yapabilme) açıdan beni çok iyi düzeyde bulurlar.						

17.Anaerobik uygunluğumun (kısa süreli ve şiddetli egzersizleri yapabilme) iyi olması branşında üst düzey performansa ulaşmamı sağlar.						
18.Benimle aynı düzeydeki yarışmacılardan anaerobik olarak daha güçlüyümdür.						
19.Branşında zihinsel olarak çok güçlü bir yarışmacıyım.						
20.Seviyemdeki diğer yarışmacılardan daha iyi zihinsel becerilere sahibim.						
21.Antrenörler ve benim seviyemdeki yarışmacılar, beni “yaptığı işe yoğunlaşan”, konsantrasyonu iyi olan bir sporcu olarak görürler.						
22.Gerektiğinde kendimi ortama uygun bir şekilde zihinsel olarak güdüleyebilirim.						
23.Performansımı sergilerken, dikkatimi uygun şeylere odaklayabilirim.						
24.Branşında, yetenek düzeyimle tutarlı performans sergiliyorum.						
25.Genelde, performansım önemli yarışmalar için oldukça iyidir.						
26.Performansım, hedeflerimi ve beklentilerimi karşılar.						
27.Branşında sürekli olarak en iyi performansımı gösterebilirim.						
28.Gerektiğinde performansımı üst seviyeye çıkarabildiğim için, branşında yüksek derecelere ulaşabiliyorum.						
29.Performansımı sergilerken, başarı için gerekli tüm unsurları (beceri, fizyolojik vücut yapısı, zihinsel) bir araya getirebilirim.						

ÖZ GEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Büşra Buse GÜLDÜR
Doğum Yeri ve Tarihi : Pendik/İstanbul – 18.08.1995

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Bartın Üniversitesi / Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu / Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği
Yüksek Lisans Öğrenimi : Sosyal Bilimler Enstitüsü - Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı / Beden Eğitimi ve Spor
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce

Bilimsel Faaliyet/Yayınlar :

1. Türkmen, İ. Güldür, B. B. & Bilgili, Ö. (2017). Türkiye'deki Bocce Sporcularının Sosyo-Ekonomik Özellikleri Ve Bocce Branşına Yönelme Nedenleri, 10. Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi, Kırıkkale, Türkiye.
2. Güldür, B. B. Miyaç Göktepe, M. & Özkan, A. (2018). Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının İncelenmesi, 6. Uluslararası Bilim Kültür ve Spor Kongresi, Lviv, Ukrayna.
3. Güldür, B. B. & Yaşartürk, F. (2019). Okul Öncesi Öğretmenlerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarındaki Fayda ve Yaratıcılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, 2. Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi, Manisa, Türkiye.

İş Deneyimi

Stajlar : Bartın Necip Fazıl Kısakürek Ortaokulu (2016-2017)
Projeler ve Kurs Belgeleri : Badminton 1. Kademe Antrenörlük Belgesi
Dart 1. Kademe Antrenörlük Belgesi

İletişim

E-Posta Adresi : buseguldur@gmail.com

Tarih : 31/01/2020