

**T.C.  
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN REKREATİF ETKİNLİKLER  
HAKKINDAKİ FARKINDALIKLARININ ARAŞTIRILMASI**

**Nurullah Emir EKİNCİ**

**Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı  
DOKTORA TEZİ**

**KÜTAHYA  
2017**

**T.C.  
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN REKREATİF ETKİNLİKLER  
HAKKINDAKİ FARKINDALIKLARININ ARAŞTIRILMASI**

**Nurullah Emir EKİNCİ**

**Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı  
DOKTORA TEZİ**

**TEZ DANIŞMANI**

**Doç. Dr. Çetin ÖZDİLEK**

**KÜTAHYA  
2017**

## ONAY SAYFASI

Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne:

Nurullah Emir EKİNCİ'nin hazırladığı “Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinlikler Hakkındaki Farkındalıklarının Araştırılması” başlıklı Doktora tez çalışması jürimiz tarafından Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalında Doktora tezi olarak kabul edilmiştir.

/ / 2017

İmzalar

**Jüri Başkanı:** Doç. Dr. Adnan ERSOY

DPÜ BESYO Öğretim Üyesi

.....

**Danışman:** Doç. Dr. Çetin ÖZDİLEK

DPÜ BESYO Öğretim Üyesi

.....

**Üye:** Doç. Dr. Gökhan ÇALIŞKAN

GÜ BESYO Öğretim Üyesi

.....

**Üye:** Doç. Dr. Fehmi ÇALIK

SÜ BESYO Öğretim Üyesi

.....

**Üye:** Yrd. Doç. Dr. Mehmet DEMİREL

DPÜ BESYO Öğretim Üyesi

.....

ONAY:

Bu tez Dumlupınar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Muhammet DÖNMEZ

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

## TEŞEKKÜR

Bu tezin hazırlanmasında ve bütün bilimsel çalışmalarında bilimsel düşünce disiplini içinde bilgi birikimi, tecrübe ve önerilerini esirgemeyen, sabırla ve anlayışla bana zaman ayırıp yardımlarını sunan değerli danışmanım Sayın Doç. Dr. Çetin ÖZDİLEK' e teşekkürü bir borç bilirim.

Ayrıca akademik ve manevi anlamda her zaman yardımlarını esirgemeyen ve bu sürecin tamamlanmasında büyük katkıları olan öncelikle değerli arkadaşım Ümit Doğan ÜSTÜN' e ve diğer araştırma görevlisi arkadaşlarıma teşekkürü borç bilirim.

Son olarak maddi ve manevi olarak beni her zaman destekleyen aileme özellikle annem Saltanat EKİNCİ' ye sonsuz teşekkür ederim.

Bu tez herhangi bir kurum ya da kuruluş tarafından desteklenmemiştir.

## ÖNSÖZ

Ülkemizde rekreasyon alanında yapılan çalışmalara bakıldığında rekreasyon alanı ile ilgili bazı kavramların farklı bilim çevrelerince farklı değerlendirildiği görülmektedir. Fakat bizim çalışmamızda alana hizmet eden tüm değerli bilim insanlarına ve emsalsiz olan çalışmalarına saygımızdan dolayı herhangi bir şekilde hangi tabirin doğru olduğu ile ilgili bir değerlendirmeye gidilmemiştir. Bu çalışmada “Serbest Zaman” , “Boş Zaman” ya da “Özgür Zaman” tabirleri bu alana hizmet eden bilim insanlarının kendi görüş ve düşüncelerine göre değerlendirdikleri anlamıyla ifade edilmiştir.

Çoruh (2013)’e göre; bu alan, literatürde: (Hendersen, 2002; Lynch, 1996). tarafından “boş zaman”. (Doğan, 2002; Abadan, 1996; Erbesler, 1987). tarafından “serbest zaman”. (Baud-Bovy & Lawson, 1998; Güler, 1978). tarafından “özgür zaman” olarak ifade edilmektedir.

Ayrıca Gümüş (2016) “serbest zaman” ve “boş zaman” terimleri hakkında her ne kadar çeşitli görüş ayrılıkları olsa da bu iki terimin birbirinin yerine kullanılabileceğini belirtmiştir.

## ÖZET

**EKİNCİ, N.E. Üniversite öğrencilerinin Rekreatif Etkinlikler Hakkındaki Farkındalıklarının Araştırılması. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Tezi, Kütahya 2017.**

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin katıldıkları rekreatif etkinliklerin sağladığı faydalar hakkında ne derece bir farkındalığa sahip olduklarının belirlenmesi için geçerli ve güvenilir bir veri toplama aracı geliştirmek amacıyla yapılmıştır. Çalışmada literatür taramasının ardından 55 maddelik bir soru havuzu oluşturulmuştur. Uzman görüşlerinden sonra veri toplama aracının 45 madde olmasına karar verilmiştir. Yapılan pilot çalışma neticesinde faktör yükü düşük olan bir sorunun çıkartılmasıyla (.288) 44 maddeye indirgenen veri toplama aracının örtük yapısı açıklayıcı faktör analizi ile yapılmıştır. Analiz sonucuna göre toplam varyansın % 43.327 sini açıklayan 41 madde ve 3 faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır.İlgili literatür incelenmiş ve bulunan alt boyutlar (1. boyut Haz/Eğlence, 2. boyut Sosyal/Başarı 3. boyut Kendini Geliştirme) olarak adlandırılmıştır. Ortaya çıkan örtük yapının doğrulanması ise doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir. Analiz sonuçları 41 madde ve 3 faktörlü yapının uyum indekslerinin iyi olduğunu göstermiştir. Veri toplama aracının güvenilirliği iç tutarlık ve iki yarı güvenilirlik analizleri ile sınanmış ve veri toplama aracının yüksek güvenilirliğe sahip olduğu anlaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Boş Zaman, Rekreasyon, Rekreatif Farkındalık, Rekreatif Fayda.

## ABSTRACT

**EKINCI, N.E. Investigating of University Students Awareness About Recreational Activities. Dumlupinar University Health Sciences Institute, Department of Physical Education and Sports, Post Graduate Thesis, Kutahya. 2017.** This study was carried out for the purpose of collecting valid and reliable data in order to designate to what extent the university students gain beneficially from recreational activities they engage in. After studying available academic research a questionnaire of 55 items was made. Following expert opinion it was decided to narrow the data collection tool to 45 items. As a result of the pilot study one item found low factor load (.288) the data collection tool was reduced to 44 items and the implicit structure of it was formed through the explanatory factor analysis. According to the result of the analysis a structure was shaped. This structure was shaped by 41 items and 3 factors. These 41 items and 3 factors explain the 43.327 % of the total variance. The verification of the implicit structure that was shaped was tested through confirmatory factor analysis. Analysis results have shown that the fit indices of the structure of 41 items and 3 factors are good. Founded dimensions named as Fun/Entertainment, Sosyal/Başarı and Self Improvement). The reliability of the data collection tool was tested by internal consistency and the split-half reliability analyses. It was understood that the data collection tool has high reliability.

**Keywords:** Free time, Recreation, Recreational Awareness, Recreational Gain.

## İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
<b>ONAY SAYFASI</b> .....	<b>iii</b>
<b>TEŞEKKÜR</b> .....	<b>iv</b>
<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>v</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>viii</b>
<b>TABLolar DİZİNİ</b> .....	<b>xi</b>
<b>GRAFİKLER DİZİNİ</b> .....	<b>xii</b>
<b>ŞEKİLLER DİZİNİ</b> .....	<b>xiii</b>
<b>SİMGELER VE KISALTMALAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Araştırmanın Önemi .....	2
1.2. Araştırmanın Amacı .....	3
1.3. Problem Cümlesi .....	3
1.3.1. Alt Problemler .....	4
1.4. Hipotezler .....	4
1.5. Araştırmanın Varsayımları .....	5
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	5
<b>2. GENEL BİLGİLER</b> .....	<b>6</b>
2.1. Zaman Kavramı .....	6
2.2. Boş Zaman.....	8
2.3. Boş Zaman'ın Yaratılması.....	10
2.4. Boş Zaman'ın Tarihsel Süreci .....	11
2.4.1. Batı Toplumlarında .....	13
2.4.2. Antik Roma ve Yunan Toplumlarında .....	14
2.4.3. Türk Toplumlarında.....	16
2.5. Boş Zaman ve Din .....	19
2.6. Rekreasyon ve Boş Zaman .....	21
2.7. Rekreasyon .....	23
2.8. Tarihsel Süreç İçerisinde Rekreasyon .....	25



2.9. Rekreatif Faaliyetlerin Özellikleri.....	26
2.10. Rekreasyon Etkinliklerinin Sınıflandırılması .....	27
2.11. Rekreasyon ve Spor .....	28
2.12. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri.....	30
2.12.1. Bireysel Nedenler .....	34
2.12.2. Toplumsal Nedenler.....	36
2.12.3. Psikolojik Nedenler .....	37
2.13. Rekreasyonun Amacı .....	38
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>40</b>
3.1. Çalışmanın Amacı .....	40
3.2. Çalışmanın Deseni.....	40
3.3. Çalışma Grubu.....	40
3.4. Veri Toplama Aracı.....	41
3.5. Veri Toplama Aracının Oluşturulması .....	41
3.6. Çalışma Prosedürü ve Verilerin Toplanması.....	43
3.7. Verilerin Analizi.....	44
3.7.1. Pilot Uygulama .....	44
3.7.2. Geçerlik, Güvenirlik ve Hipotezlerin Sınanması.....	44
<b>4. BULGULAR .....</b>	<b>46</b>
4.1. Pilot Çalışmaya Ait Bulgular .....	46
4.2. Rekreasyon Farkındalık Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	48
4.3. Çalışma Hipotezlerine Ait Bulgular .....	51
4.3.1. Katılımcıların Genel Özelliklerine İlişkin Bulgular .....	52
4.3.2. Hipotez 1. Rekreasyon Farkındalığını Ölçmek Amacıyla Geliştirilen Veri Toplama Aracının Geçerlilik ve Güvenirliliği.....	58
4.3.3. Hipotez 2. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Rekreasyon Farkındalıkları.....	58
4.3.4. Hipotez 3. Katılımcıların Spor Yapıp Yapmama Durumlarına Göre Rekreasyon Farkındalıkları.....	59
4.3.5. Hipotez 4. Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Şekillerine Göre Rekreasyon Farkındalıkları.....	60

4.3.6. Hipotez 5. Katılımcıların Okudukları Fakülteye Göre Rekreasyon Farkındalıkları.....	61
<b>5. TARTIŞMA .....</b>	<b>63</b>
<b>6. SONUÇ.....</b>	<b>65</b>
<b>7. ÖNERİLER .....</b>	<b>66</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>67</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>81</b>
Ek 1: Resmi İzin Yazıları .....	81
Ek 2: Çalışmada Kullanılan Veri Toplama Aracı .....	84
Ek 3: SPSS Çıktıları .....	88



**TABLÖLAR DİZİNİ**

	<b><u>Sayfa</u></b>
<b>Tablo 4.1.</b> Pilot çalışmaya ait bulgular .....	46
<b>Tablo 4.2.</b> Veri toplama aracı için uyum indeks değerleri .....	51
<b>Tablo 4.3.</b> Veri toplama aracı için güvenilirlik sonuçları .....	51
<b>Tablo 4.4.</b> Cinsiyet durumuna göre manova testi sonuçları .....	58
<b>Tablo 4.5.</b> Spor yapma durumuna göre manova testi sonuçları .....	59
<b>Tablo 4.6.</b> Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme şekillerine göre manova sonuçları .....	60
<b>Tablo 4.7.</b> Katılımcıların okudukları fakülteye göre manova sonuçları.....	61

**GRAFİKLER DİZİNİ**

	<b><u>Sayfa</u></b>
<b>Grafik 4.1.</b> Katılımcıların cinsiyetlerinin dağılımları .....	52
<b>Grafik 4.2.</b> Katılımcıların okudukları bölüm dağılımları.....	52
<b>Grafik 4.3.</b> Katılımcıların sınıflarının dağılımları.....	53
<b>Grafik 4.4.</b> Katılımcıların sahip oldukları kardeş sayıları.....	53
<b>Grafik 4.5.</b> Katılımcıların yetiştikleri çevreye göre dağılımları.....	54
<b>Grafik 4.6.</b> Katılımcıların günlük sahip oldukları boş zaman süreleri.....	55
<b>Grafik 4.7.</b> Katılımcıların spor yapma durumu.....	55
<b>Grafik 4.8.</b> Katılımcıların haftalık spor yapma sıklığı (saat) .....	56
<b>Grafik 4.9.</b> Katılımcıların serbest (boş) zaman katılım şekilleri.....	56
<b>Grafik 4.10.</b> Katılımcıların serbest (boş) zaman değerlendirme şekli .....	57
<b>Grafik 4.11.</b> Katılımcıların aylık ortalama gelir düzeyleri.....	57

**ŞEKİLLER DİZİNİ**

	<b><u>Sayfa</u></b>
<b>Şekil 3.1.</b> Veri analizinde izlenen yol.....	45
<b>Şekil 4.1.</b> Rekreasyon farkındalık ölçęi Path grafiği .....	50



**SİMGELER VE KISALTMALAR**

- AFA** : Açıklayıcı Faktör Analizi
- APA** : American Planning Association
- DFA** : Doğrulayıcı Faktör Analizi
- KGO** : Kapsam Geçerlilik Oranı
- RFÖ** : Rekreasyon Farkındalık Ölçeği
- WHO** : Dünya Sağlık Teşkilatına
- < : Küçük
- > : Büyük

## 1. GİRİŞ

Bilimsel ve teknolojik gelişmeler bir taraftan insan hayatını kolaylaştırırken diğer taraftan kendisine fazla zaman ayırma olanağı vermektedir. Bu nedendir ki insanoğlu çalışma zamanının dışında kalan zamana da önem göstermektedir. Çalışma dışı zamanı kullanmaya da “boş zaman” kullanımı denilerek rekreasyon kavramı ortaya çıkmıştır (55). Metcalfe (2006) Rekreasyonun gerçekleştirilmesi için gerekli koşullardan birinin zaman olduğunu belirtmektedir.

Doğan (2002)’ye göre zaman kavramının birey ve toplum için ifade ettiği önem onu tüm çağlar boyunca önemli bir hale getirmiştir. Gerek geçmişte olsun gerekse de günümüzde veya gelecekte de bu önem, anlamını ve etkisini sürdürecektir. Kılbaş (2001) zamanın iyi kullanılmasında en önemli etkenlerden bir tanesinin eğitim olduğunu ifade etmektedir. Lapa vd (2012) yaşamdan beklentiler, yaşama anlam katma, algılama ve anlamaya yönelik çabalar zamanın değerlendirilmesinin gereğini ortaya koymaktadır.

Zamanın verimsiz ve yanlış kullanımı sonucu ortaya çıkan rahatsızlıklar öncelikle bireyi ve daha sonra tüm toplumu etkilemektedir. Bu bakımdan zamanın iyi değerlendirilmesi toplumsal ve bireysel açıdan büyük önem arz etmektedir. Var olan zamanın iyi ve verimli bir şekilde değerlendirilmesini sağlayacak olan en büyük faktör rekreasyondur.

Bucher & Bucher (1974)’ün aktardığına göre rekreasyon; “insanın öz benliğine uygun ve yapmaktan zevk aldığı, toplumsal, kültürel ve sportif etkinliklere katılarak, günlük yaşamın sıkıcılığından kurtulması ve başka insanlarla etkileşim içine girerek toplumsal kişilik kazanmasıdır” (Kılbaş, 2010). Özbey ve Çelebi (2011) rekreasyonu toplumun her yaş grubundan insanın ilgi ve yaratıcılığı nispetinde pasif ya da aktif bir şekilde katılabileceği etkinlikler bütünü olarak. Stebbins (2012) rekreasyonu, kişinin serbest zamanlarında, zorunluluk olmaksızın, isteği ile katıldığı, bireysel tatmin sağlayan, kendi yetenek ve becerilerini kullanabildiği aktiviteler şeklinde tanımlamaktadırlar.

Rekreatif faaliyetler yaşam kalitesini arttıran ve hayata anlam kazandıran faaliyetlerdir. Bu bakımdan dünyanın her yerinde insanlar fiziksel, ruhsal ve toplumsal yararları nedeniyle rekreatif faaliyetlere katılmaktadırlar (139). Demirel

ve Harmandar (2009) spor bilimi dışında ki diğer alanlarda da yapılan çalışmalarda bireylerin kaliteli bir yaşam için boş zamanlarında düzenli olarak fiziksel aktivitelere katılması gerektiğini belirtmektedir. Bireyler rekreatif etkinliklere katılarak fiziksel, sosyal ve duygusal açılardan kendilerini geliştirirler (154). Rekreasyonu önemli yapan diğer bir başka neden de bireylerde çeşitli doyumlara yol açmasıdır. Başka bir deyişle rekreasyon faaliyetleri, bireylerin sosyalleşmesi toplumla bütünleşmesi gibi açılardan da etkili olabilmektedir (118).

### **1.1. Araştırmanın Önemi**

İnsan dünyaya yetkin bir varlık olarak gelmedi. Ortaya çıkışından bugüne dek sürekli doğayla mücadele içinde olmuştur. Bu mücadele insanın içinde var olan yaşama güdüsü tarafından yönlendirilmiş ve süreç içerisinde var olma becerisine dönüşmüştür. Bu beceri ve var olma güdüsü insanoğlunun bugünkü seviyeye gelmesindeki en önemli faktör olmuştur (59). Birey var oldukça ve elde ettiği kazanımları arttıkça hayattan beklentileri de artmaktadır. Bu beklentilerin sadece maddi ve fiziksel olarak tatmin edilmesi bireyin tatmin olduğu ya da hayattan keyif aldığı anlamına gelmemektedir. Birey ayrıca ruhsal olarak dinlenmek yenilenmek zorundadır. Bu yaşamın idame edilmesi için zorunluluk arz etmektedir.

Modern anlamda bir sosyal kurum, bilgiler topluluğu ve profesyonel bir çalışma alanı olarak rekreasyon; işten bağımsız, kendi içinde değerli olan, kişinin pek çok ihtiyacını karşılayan, dolu ve mutlu bir hayat aracıdır (169). Rekreasyon kavramı kısaca “İnsanların boş zamanlarında, eğlence ve spor amacı ile gönüllü olarak katıldıkları etkinlikler” olarak tanımlanabilmektedir (160).

Rekreatif faaliyetler yaşam kalitesini arttıran ve hayata anlam kazandıran faaliyetlerdir. Bu bakımdan dünyanın her yerinde insanlar fiziksel, ruhsal ve toplumsal yararları nedeniyle rekreatif faaliyetlere katılmaktadırlar (Sevil ve ark. 2012). Demirel ve Harmandar (2009) spor bilimi dışında ki diğer alanlarda da yapılan çalışmalarda bireylerin kaliteli bir yaşam için boş zamanlarında düzenli olarak fiziksel aktivitelere katılması gerektiğini belirtmektedir. Bireyin fiziksel aktivite seviyesinde ki artış Tip II diyabet gibi bazı hastalıkların azalmasına da yardımcı olmaktadır (164). Wong ve ark. (2003) düzenli bir şekilde gerçekleştirilen



rekreatif yürüyüşlerin kalp sağlığını olumlu bir şekilde etkilediğini ve yaşlılık dönemindeki uyum sürecini de kolaylaştırdığını belirtmektedir.

Bireyler rekreatif etkinliklere katılarak fiziksel, sosyal ve duygusal açılardan kendilerini geliştirirler (Tekin vd, 2009; 13). Coleman ve Iso-Ahola (2001) rekreasyon aktivitelerine katılmanın bireyi strese karşı koruduğu ayrıca strese karşı mücadele ettiğini. Robinson (2003) rekreasyonun sosyal olarak bütünsel fayda sağladığını ve bunun toplumsal açıdan çok önemli olduğunu belirtmektedir. Mannell ve Kleiber (1997) boş zamanın bireyin psikolojisine katkı sağlayan birçok faktöre sahip olduğunu bunlardan bazılarını öğrenme, bireysel gelişim ve mental hastalıklara karşı mücadele etme olduğunu belirtmektedir. Mackenzie (1978) bireyin sekiz saatten fazla çalışmaması gerektiğini artı kalan vakitlerini de kendisine ayırması gerektiğini belirtmektedir.

Bu çalışma ile üniversite gençlerinin rekreatif etkinlikler hakkındaki farkındalıklarının belirleneceği ve bu konuda ülkemizde tam olarak anlaşılabilen rekreasyon alanının kapsam ve faydalarının gençler tarafından anlaşılacağını yapılacak olan bir rekreatif etkinliğin bilinçli bir şekilde gerçekleştirileceğini bu faktöründe elde edilen faydayı arttıracığı ve paralel bir şekilde bu durumun çalışmanın önemini arttıracığı da düşünülmektedir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinlikler hakkındaki farkındalıklarının araştırılmasıdır. Rekreatif etkinliklerin kendileri için ne anlam ifade ettiğini ve rekreasyondan gerçek anlamda nasıl kazanımlar elde edebileceklerini belirlemektir.

## **1.3. Problem Cümlesi**

Boş zaman kişinin mesleki, ailesel ve toplumsal ödevlerini ve hayatını devam ettirebilmesi için zorunlu olan faaliyetleri yerine getirdikten sonra, özgür iradesiyle yapabileceği dinlenme, eğlenme, bilgi ve becerilerini geliştirme, toplumsal yaşama gönüllü olarak katılma gibi uğraşları gerçekleştirebileceği zaman dilimidir (90).

Kılbaş (2010) toplumsal olarak rekreasyona olan ihtiyacı tanımlarken, kendisiyle barışık olan bir bireyin çevresindeki insanlarla da barışık olacağı kendisini huzurlu hissedene bireyin toplumsal huzurun sağlanması için de çaba göstereceğini ifade etmektedir.

Sarol (2013) toplumsal olarak rekreasyona duyulan ihtiyacı her kesimden bireyin birbirini tanımına, dostluk kurmasına ve ortak amaçlar etrafında çalışmasına olanak sağlayan bir araç olarak tanımlamaktadır.

Toplumların geleceğini belirleyen en önemli kesimin gençler olduğu günümüz dünyasında gençlerin rekreatif etkinliklere katılımlarının artırılması fiziksel ve ruhsal olarak kendini tatmin hissedene gencin daha sosyal ve başarılı olacağı yadsınamaz bir gerçektir. Genç neslin bilinçlenmesi ve hayatından memnun olması toplumsal fayda açısından da son derece önemlidir.

Bu kapsamda bu çalışmanın problem cümlesi üniversite gençlerinin katılım sağladıkları rekreatif etkinlikler hakkında ne derece bir farkındalık düzeyine sahip olduklarını ve bu rekreatif etkinliklerin kendilerine neler kazandırdığını belirlemektir.

### **1.3.1. Alt Problemler**

1. Rekreasyon farkındalık ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı mıdır?
2. Katılımcıların cinsiyetleri ile rekreasyon farkındalık düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
3. Katılımcıların spor yapıp yapmama durumları ile rekreasyon farkındalık düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
4. Katılımcıların boş zaman etkinliklerine katılım şekli ile rekreasyon farkındalık düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
5. Katılımcıların okudukları fakülte ile rekreasyon farkındalık düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?

### **1.4. Hipotezler**

1.  $H_0$ = Rekreasyon farkındalığını ölçmek amacıyla geliştirilen veri toplama aracının geçerliliği ve güvenilirliği yoktur.

2.  $H_0$ = Katılımcıların cinsiyetleri ile rekreasyon farkındalık düzeyleri arasında anlamlı fark yoktur.
3.  $H_0$ =Katılımcıların spor yapıp yapmama durumları ile rekreasyon farkındalık düzeyleri arasında anlamlı fark yoktur.
4.  $H_0$ =Katılımcıların boş zaman etkinliklerine katılım şekli ile rekreasyon farkındalık düzeyleri arasında anlamlı fark yoktur.
5.  $H_0$ = Katılımcıların okudukları fakülte ile rekreasyon farkındalık düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?

### **1.5. Araştırmanın Varsayımları**

1. Bu çalışmada uygulanan yöntemin amaca uygun olduğu varsayılmıştır.
2. Seçilen örneklem grubunun araştırmanın evrenini temsil eder nitelikte olduğu varsayılmıştır.
3. Bu çalışmada yer alan öğrencilerin veri toplama araçlarına verdikleri cevapların çalışmanın ciddiyeti dâhilinde, samimi ve gerçeklere uygun olarak verildiği varsayılmıştır.

### **1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Çalışmada yer alan öğrenciler Kütahya Dumlupınar Üniversitesinde öğrenim görmektedir ve çalışma Dumlupınar üniversitesi ile Sınırlandırılmıştır.
2. Çalışma 2016-2017 eğitim-öğretim yıllarında öğrenim gören öğrencilerle sınırlı tutulmuştur.
3. Çalışma katılımcıların ölçek maddelerine verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Zaman Kavramı

Zaman, evrende gerçekleşen hareketler sonucunda meydana gelen bir olgudur. Yaşamın durağan olduğu veya gece ve gündüzün olmadığı bir dünya da zamanın da bir anlam ifade etmeyeceği düşünülebilir. Güneşin gökyüzündeki hareketi gece ve gündüzün oluşmasına ve bununda belli bir düzen ve periyod içerisinde gerçekleşmesi zamanın varlığına. Dini perspektiften baktığımızda da Allah'ın dünyayı altı günde yarattığı buradaki altı günün zaman olarak nitelendirilmesi her şeyin bir başlangıcının ve sonunun olduğuna bunun da belli bir zaman çerçevesinde gerçekleştiğini göstermektedir. Ayrıca, tabiatta gerçekleşen birçok doğa olayının da belli bir düzen içerisinde verdiği farklı reaksiyonlar zamanın varlığına örnek verilebilir. Buna bir annenin doğum yapabilmesi için dokuz ay beklemesi de örnek verilebilir. Bu bakımdan zaman insan oğlunun yaradılışından günümüze kadar her ne kadar farklı dönemlerde farklı anlam ve değere göre sınıflandırılrsa da zamanın varlığı ve önemi yadsınamayacak bir gerçek olarak varlığını sürdürmektedir.

Kement (2010) zamanı kelime anlamı olarak bireyin içinde bulunduğu ana yüklediği anlama göre farklılık göstermiştir. Her ne kadar ilkel toplumlarda zaman gece ve gündüz ya da güneşin gökyüzündeki hareket safhalarına göre sınıflandırılrsa da kimi toplumlarda zamana yüklenen anlamlar kutsallık derecesinde önem arz etmiştir

Zamanla ilgili alan yazın incelendiğinde benzer birçok tanım bulunmaktadır. Bu bakımdan zaman kavramı ile ilgili net ve keskin bir tanım yapmanın oldukça güç olduğu görülmüştür. Zaman ile ilgili yapılan tanımlamalara baktığımızda. Türk Dil Kurumu zamanı “Akıp giden olayların tekrar eden gök olaylarına göre sıralanmasından doğan bir kavram” (160). Şimşek (1999) zamanı, dünden bu güne gelen ve yarına giden, sürekli, geri dönmeyen, tek yönlü akış. Smith (1998) zamanı, olayların geçmişten bugüne gelip, geleceğe doğru birbirini takip eden kesintisiz bir süreç. Açıkalin (1998) zamanı, ard arda gerçekleşen olayların ve olguların algılanması ve bu olayları ölçebildiğimiz bir süreç olarak tanımlamaktadırlar.

Günlük hayatta karşılaşılan ve peş peşe gelişen bütün olaylar "zaman" denilen soyut bir kavramı düşünmeye zorlamaktadır. Çünkü çok değerli olan bu kavram içinde, olaylar sıralanır, yaşanır ve değerlendirilir (58). Correl (1977) Zamanın müşterek bir ölçütü yoktur. Herkes onu kendi usulünde ölçtüğünü belirtmekte. Karaküçük (2005) zamanı tanımlarken zamanın hayat olduğunu ve zamanın boşa geçmesi hayatın boşa geçmesi olarak tanımlamaktadır.

İnsanoğlu, zaman olgusunun varlığını ve bu olguyu yaşarken, düşünürken, eylemde bulunurken zamanın akıp gittiğini medeniyet öncesi zamandan bugüne her zaman farkında olmuştur. İnsanlar zamanı ve yapılan işleri kontrol altına almak adına, gecenin gündüze, gündüzün geceye dönüşümünü değerlendirmişler ve güneşten yararlanarak güneş saatini kullanmışlardır (46).

Zaman, arzı tamamen elastik olmayan bir yapıya sahiptir. Bakırın yerine alüminyum, insan gücü yerine makine kullanılabilir. Ancak, zamanın yerini alabilecek ne yazık ki, başka hiçbir kaynak yoktur. İşte bu nedenle; zaman = yaşam denilebilir. Zaman hayatımızdaki en önemli kavramdır. (3, 48, Gazanfer ve Aşçı, 2006).

Zamanın iyi kullanılmasında en önemli etkenlerden bir tanesi eğitimidir. Bu etkenin uygulayıcıları okul ve ailedir. Zamanı verimsiz ve yanlış kullanımı sonucu ortaya çıkan rahatsızlıklar öncelikle bireyi ve daha sonra tüm toplumu etkilemektedir (97).

Bu açıdan bakıldığında zamanın verimli kullanılmasının ne derece önemli olduğunu görmekteyiz. Zamanın faydalı bir şekilde kullanılmasına yardımcı olan etken rekreasyon eğitiminin iyi bir şekilde anlaşılması ve uygulanması ile gerçekleşir. Jensen (2006) bir günü üç farklı parçaya ayırarak incelemektedir.

- Var olma zamanı – Biyolojik ihtiyaçlar (uyuma, yeme ve kişisel bakım).
- Zorunlu olarak yapılan işler için harcanan zaman – bireyin çalışarak ekonomik kazanç elde etmek için yaptığı iş.
- Boş zaman – geriye kalan zaman.

## 2.2. Boş Zaman

Boş zaman kavramı dünyanın yaratılışından günümüze dek var olan bir kavramdır. Fakat bu kavram ilk olarak tek amacı yaşam mücadelesi olan toplumlar için herhangi bir anlam ifade etmemiştir. Burada anlatılmak istenen bu toplumların kesinlikle boş zamana sahip olmadıkları değil, boş zamanın bilinçli bir şekilde gerçekleştirilmediğidir. İlk toplumların kültürel ve sosyal yaşam tarzlarının kayıt altına alınmadığı gerçeği bu toplumların boş zamanlarını değerlendirmedikleri anlamına gelmemektedir. Örnek verecek olursak Stebbins (2012) cinselliği bireyin serbest zaman dilimi içinde gerçekleştirdiği bir boş zaman etkinliği olarak ifade etmiştir. Kement (2015)'te eski tarih kayıtları arasında insanların boş zamanlarında müzik, resim ve çeşitli spor faaliyetlerinde bulduklarını ayrıca Yontma Taş devrine ait mağara duvarlarının çeşitli hayvan ve insan resimleri ile kaplı olmasını da o dönemdeki insanların duygularını aksettirme olanağını bulması yönünden bir boş zaman faaliyeti olarak belirtmektedir.

Boş zaman kavramının anlamı günlük yaşamda oldukça karmaşık ve çok boyutlu bir yapıya sahiptir. Tek bir kavram ya da boyutta açık bir tanım yapılamaz (58, 138). Karaküçük (2005)'e göre rekreasyon ile ilgili bir çalışma yapılacaksa öncelikle boş zamanın anlaşılması gerektiğini ifade etmektedir. Farklı bilim adamlarının boş zaman değerlendirmeleri şu şekildedir. Parker & Downie (1981) bireyin kendisi ve başkaları için bütün zorunluluklardan veya bağlantılardan kurtulduğu ve kendi isteğiyle seçeceği bir faaliyet ile uğraştığı zaman. Tezcan (1982) İnsanların, çalışma ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanması dışındaki özgürce dinlenme, başarı kazanma, kişisel gelişme, eğlenme için kullandıkları zaman. Howe ve Carpenter (1985) aile ile ya da farklı sosyal aktiviteler için geçirilen zaman. Rubin ve ark. (1985) boş zamanı üretime doğrudan bir katkı sağlamayan “şarkı söyleme, yıldızları izleme, çeşitli seremonilere katılma, atletizm yarışmalarına katılma, oyun oynama ve spor yapma” gibi aktivitelerin sabah 6 ile akşam 8 arasında gerçekleştiği zaman. Aristo boş zamanı “bir kimsenin kendi iradesiyle yaptığı aktivite içinde olmanın bir ifadesi” olarak kabul etmiştir (17). Müftügil (1993) bireyin işe, işle ilgili sorumluluklarına, kendisinin ve ailesinin bakımına ayırdığı zamanın dışında kalan, dolayısıyla zorunlulukların olmadığı özgür bir zaman. Kemp ve Pearson (1997) çalışma, uyku, yemek yeme ve diğer zorunlu işler için ayrılan (harcanan) zaman

sonrasında artan zaman. Kılbaş (2010) zorunlu ya da birey için önemli işler arasındaki bir zaman boşluğu. Akatay (2003) günlük hayatın uyku, dinlenme ve çalışma dışında kalan, bireyin istediği gibi kullanabileceği zaman. Parr ve Lashua (2004) eğlenceli ve dinlendirici serbest zaman aktiviteleri olarak. Metcalfe (2006) zaman, mekân ve maddi olarak ulaşabileceğimiz zaman. Kocaeski ve ark. (2012) bireylerin haz ve yenilenme amacıyla doyurucu, duygusal, zihinsel, sosyal, kültürel ve fizyolojik olarak iş vb. zamanlarından arta kalan boş zamanlarını değerlendirmeyi amaçlayan eylem ve etkinliklerin gerçekleştirildiği zaman. Demir (2016) boş zamanı basit anlamıyla dolu olmayan zaman dilimi. Stebbins (2016) serbest zamanın etkinliklerinin üç temel değeri hazzın duyulan istek (hedonizm), hazzın oluşturduğu deneyimlerin çeşitliliğine karşı oluşan istek ve kişinin serbest zaman etkinliğini seçme isteği ve arzusu olarak tanımlamaktadırlar.

Boş zaman kavramı çoğu zaman serbest zaman kavramı ile karıştırılabilmektedir. Boş zaman, iş saatleri dışındaki serbest zaman aralığıdır. Serbest zaman; özgürce geçirilen çalışma dışı zamandır. Boş zaman, kişinin çalışma dışı faaliyetler için kullandığı zaman aralığı olup serbest zamanın bir parçasıdır. Kişiler eğer serbest zamanlarında çalışma kaygısı olmaksızın diledikleri gibi hareket edebiliyor ve bu faaliyetlerden hoşnutluk, mutluluk duyarak tatmin oluyorsa boş zaman faaliyeti gerçekleştirmiş olurlar (131).

Boş zamanda birey tek başına, grupla, araçlı, araçsız, açık veya kapalı alanlarda, kent içi veya kent dışında, bir organizasyon içinde veya dışında zorunlu olmadan seçilen zevk ve neşe verici her türlü etkinliğe katılıma rekreasyon denilmektedir (47). Etkinlikler genellikle, kendisi dışında bir ödülü bulunmayan, dıştan gelen bir zorlamayla değil, içten gelen bir istekle yapılmaktadır.

Boş zaman olgusu günümüzde giderek önem kazanmakta ve hemen her kesimden insanın hayatının odağına yerleşmektedir. Endüstrileşmenin bir sonucu olarak artan üretim ve refah toplumunun yükselişi ile birlikte boş zamanlar da artış göstermekte ve bu zamanın nasıl kullanılacağı bir sorun haline gelmektedir. Bugün, hemen her kesimden insan için boş zaman ve bu zamanı değerlendirme ciddi bir sorun olarak gözükmektedir (45).

Boş zaman kavramı; kullanıldığı kültür ve tarihle yakından ilişkilidir ve bu nedendir ki sadece günümüz modern toplumlarına özgü bir kavram olmayıp, kökeni antik çağlara kadar uzanmaktadır. “Boş Zamanların Değerlendirilmesi” konusu, günümüzde tüm toplumların ortak sorunu haline gelmiştir. Çünkü günümüz toplumlarında çalışma saatleri giderek azalmakta ve insanların boş zamanları artmaktadır. Özellikle son yüzyıl içinde teknolojinin gelişmesiyle birlikte, üretimdeki büyük artış ve çalışma zamanı kurallarının değişmesi gibi faktörler insanlara daha fazla kullanılabilecekleri boş zaman imkânı yaratmıştır (131). Bireyin iş, okul, günlük yaşam stresini azaltabilmesi, eğlenme, dinlenme, sevdiği uğraşlarla ilgilenme ve kendisine zaman ayırabilmesi ile toplumda sağlıklı bireyler yetiştirilmesi açısından, boş zaman değerlendirmenin ne derece önemli olduğunu ortaya koymuştur (90).

Boş zamanları değerlendirme etkinlikleri içeriği, yapılış şekli ve yapıldığı yer ile yakından ilişkilidir. Bu etkinliklerden hangisinin tercih edileceği kişinin yapısına, cinsiyetine, eğitimine, sahip olduğu olanaklara ve yeteneklerine bağlıdır (16).

### **2.3. Boş Zaman'ın Yaratılması**

Zaman, evrenin yaratılışından günümüze dek var olan ve bu süreç içerisinde insanların yaşamlarını belli bir plan ve düzen içerisinde yönlendiren en önemli faktör olarak varlığını sürdürmüştür. Zamanın yaratılması insanların bu plan dâhilinde yapmakla yükümlü oldukları işleri nasıl bir zaman diliminde sonlandırdıkları ile ilişkilendirilebilir. İnsan yaratılış gereği nasıl yemek ve içmek zorunda ise aynı şekilde dinlenmek zorundadır. Bu bakımdan bireyin günlük ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra yenilenip yeni bir güne başlaya bilmesi ve yaşamını idame edebilmesi için dinlenmeye ihtiyacı vardır. Bu sebeple bireyin kendisine fiziksel ihtiyaçları dışında dinlenebileceği bir zaman dilimi yaratması zorunluluk arz etmektedir.

Zaman, kontrolümüz dışında gelişen ve birbirini takip eden olayların geçmişten bugüne gelip, geleceğe doğru kesintisiz bir şekilde devam eden bir süreçtir (144). Zamanı satın alamayız, biriktiremeyiz, ödünç alamayız hiçbir şekilde değiştiremeyiz. Tek yapabileceğimiz sahip olduğumuz zamanı en iyi şekilde değerlendirmektir (67). Scoot (1995) zamanın demokratik olduğunu herkesin aynı



zamana sahip olduğunu ve zamanın belli bir ritimde amansızca akıp giden paha biçilmez bir kaynak olduğunu ifade etmektedir. Bu nedenle zaman çok verimli bir biçimde kullanılmalıdır. Diğer bir ifadeyle, “zamandan, zaman tasarruf edilmeli” dir (49). Gürbüz ve Aydın (2012) zamanın kontrol altına alınarak miktar ya da niceliğinin artırılarak tasarruf edilemeyeceğini, ancak tasarruflu ve planlı şekilde kullanılması ile miktar ve niceliğinin arttırılabileceğini ifade etmektedir.

Bunun yanı sıra zaman tasarrufu iki ayrı şekilde daha varlığını göstermektedir. Birincisi, yapmakla yükümlü olduğumuz bir işi başkasına belli bir ücret karşılığında yaptırmak (hizmet alımı) ikincisi, köleliktir. Tarihsel gelişmelere baktığımızda kölelik kavramının toplumların (özellikle batı toplumlarında) zengin ya da elit kesimin daha iyi bir hayat yaşaya bilmek adına kendilerine hizmet etmek için ya satın alarak ya da savaş sonucu esir düşenleri köle olarak kullandıklarını bilmekteyiz. Emir (2012) yapılan savaşlar sonucu elde edilen kölelerin emeğine dayanan bir hayat tarzına geçişle birlikte mülkiyet sahibi kişilerin emekleri dışında kalan bir zamana sahip olduğunu belirtmektedir. Lanquar (1991) kölelik kavramının köle sahibi bireylere boş zaman kazandırdığını ve bunun da onların spora, müziğe, resme ve taş oymacılığına yönelmelerine sebep olduğunu belirtmektedir.

Kölelik kavramı modern toplumlarda varlığını ve geçerliliğini yitirse de hizmet alımı hala devam etmektedir.

#### **2.4. Boş Zaman’ın Tarihsel Süreci**

Boş zamanın günümüzdeki anlam ve sınırlılıklarını anlayabilmemiz için boş zamanın tarihsel süreç içerisinde nasıl değerlendirildiğini iyi anlamamız ve unutulmamalı ki bugünün dünyası geçmişin bir parçası olarak devam etmektedir. Bu bakış açısıyla baktığımızda boş zamanın geçmişini aydınlatmamız geleceğini daha iyi anlamamıza yardımcı olacaktır. Chick (2009) antropolojinin boş zamana katkısının minimal olduğunu fakat yine de bazı boş zaman araştırmacılarının çalışmalarında antropolojik veriler kullandığı ya da antropolojik perspektiften yararlandığını belirtmekte. Ayrıca, rekreasyon ve boş zaman hakkındaki bilgilerin arkeolojiden değil de yazılı kaynaklardan geldiğini belirtmekte. Örneğin, antik gezgin ve tarihçiler buna Herodotus da dahil (M.Ö 484-425), Orta Asya’daki oyun ve rekreasyonu, ve Tacitus (M.S 55-120) Alman kabileler arasındaki boş zaman

oyunları hakkında yazılar yazmıştır. Torkildsen (2005)'e göre boş zamanın ortaya çıkışı ilkel dönemlerde temel gıda ihtiyacının karşılanması için yapılan avcılık gibi aktivitelerden sonra gerçekleştirilen kutlamalarla ortaya çıktığını belirtmekte.

Farklı çevresel faktörlere ve farklı yaşam tarzlarına bağlı olarak zamanın anlamı da değişmektedir (3). Zaman ilk insanlar için güneşin doğuşuyla başlamış ve batışıyla bitmiştir. Gecenin gündüze dönüştüğü an zamanın başlangıcı gündüzün geceye dönüştüğü an ise zamanın bitişi olarak değerlendirilmiştir. Tabii burada kullanılan bitiş kelimesinin hayatın tamamıyla durduğu hiçbir aktivitenin yapılmadığı anlamına gelmemektedir. Bu doğal döngünün ve bundaki değişimlerin farkına varan insanoğlu bir nevi zamanında farkına vararak zamana (kullanılabilir zamana) karşı bir farkındalık oluşturmuştur.

Tarihsel süreç içerisinde gerçekleşen buluşlara göre insanlar kullanılabilir zaman dilimini genişleterek günlük zorunlu yapılması gereken aktivitelerin yapılış sürelerini de kısaltarak kendilerine özgü bir zaman dilimi oluşturmuşlardır. Her ne kadar bu o zamanki insanlar için herhangi bir sıfatla nitelendirilmese de günümüzde bu zaman dilimi "Boş Zaman" olarak nitelendirilmiştir. Chick (1985) farklı toplum ve kültürlerde boş zamanın süresi farklılık göstermekte ve bu konuda herhangi sistematik bir tanım bulunmamaktadır. Buna örnek olarak ta farklı toplumlarda kadınların doğurduğu çocuk sayısı ya da çocukların işe başlama yaşı gibi farklılıkların olduğunu belirtmektedir. 1608 yılında İngiltere'de spor uygulamaları ve dini çatışmaların önlenmesi için I. James tarafından yayımlanan "Book of Sports (sporların kitabı) çalışan insanların kilise saatleri dışında spor ile ilgilenebileceklerini yasal hale getirdi (159).

Akkaya (2008)'e göre 1778'de Fransa'da gerçekleşen sanayi devriminin bir sonucu olarak üretime duyulan ihtiyaç artmış. Bu artış çalışan bireye duyulan ihtiyacı da arttırmıştır. Bunun bir sonucu olarak da boş zaman ticaret düşmanı olarak nitelendirilmiştir. Bireylerin boş zaman kavramından kaçınmalarını sağlamak için içki içmeyi önleme, pazar günlerinin de çalışma günü olarak sayılması ve boş zamanın tembellik olarak nitelendirilmesi gibi çeşitli bahaneler üretilmiştir. Unesco (1960)'da yayınladığı raporda makineleşme ile birlikte gerçekleşen hızlı toplumsal

değişimlerin rekreasyon ve boş zamanı da değiştirdiğini belirtmektedir. Sanayileşme sürecine girilmesinin ilk yıllarında, çalışma çok fazla ön plana çıkartılmış (132).

Fakat daha sonraki yıllarda bilim ve teknolojiye oluşan baş döndürücü gelişmeler, insan emeğine daha az gereksinim duyulmasına ve çalışma sürelerinin giderek kısalmasına neden olmuştur. Hatta bu azalan gereksinimin doğal bir sonucu olarak 1920 yılında uluslararası anlamda çalışanların dinlenme süreleriyle ilgili bir toplantı bile düzenlenmiştir (Lanquar, 1991). Karaküçük (2005)' e göre 20.yy sonunda Amerika da çalışanların yıllık 200 gün serbest zamana sahip olacaklarını ve Almanya'da da haftalık 75 saat olan çalışma süresinin 38 saate ineceğini belirtmiştir.

Günümüz modern dünyasında gerçekleşen değişimlerin bir sonucu olarak boş zamana olan bakış açısının da değiştiğini görmekteyiz. Boş zaman kimi dönemlerde tembellik olarak anılsa da günümüzde boş zamanın önemi herkes tarafından fark edilmiş devletler ve politikacılar tarafından her bireyin yenilenmesi, dinlenmesi ve kendisini daha iyi hissetmesi için çeşitli yasal zorunluluklar getirilmiştir (5). Örnek vermek gerekirse Fransa'da boş zamanları değerlendirme bakanlığı bulunmaktadır. Bu bakanlığa göre; boş zamanları değerlendirmenin hem insanların doğal hakkı, hem de toplumsal hayatın anlamlı bir parçası olduğu kabul edilmiştir. Esas dayanak noktasının ise; boş zamanları değerlendirme faaliyetlerinin iş-ev-okul yaşantısı arasında hayatın dengesini oluşturması olmuştur. Bununla birlikte boş zamanları değerlendirme, sosyal hayatın devamlılığına ve gelişimine bir katkı olarak görülmüştür (2).

#### **2.4.1. Batı Toplumlarında**

Batı toplumlarında genellikle çalışma özgür insana ve egemen sınıflara layık olmayan alçaltıcı bir görev olarak değerlendirmiştir. Fakat bu değer yargısı 1789 Fransız Sanayi Devrimi ile kökünden yıkılmış, çalışma ve girişimcilik ruhunu temel erdemler olarak belirleyen bir ahlak anlayışı kök salmaya başlamıştır (158). 1750-1830 yılları arasında Britanya da sanayinin ilerlemesi ile birlikte köylerde yaşayan insanlar buldukları yerleri terk ederek büyük şehirlere yerleşmeye başlamıştır. Kişisel ve toplumsal olarak kalkınmak isteyen Britanya da insanlar haftalık 70 saatin üstünde çalışmışlardır (29). Devlet projeleriyle desteklenen ve zengin bir toplum olma ve refah seviyesini arttırma çabaları insanların sosyal haklarından mahrum

olmasına neden olmuştur. Lafargue (1991)' ye göre bu anlayış zamanla çocukların suiistimal edilerek günlük 12-14 saat çalışmalarına neden olmuştur.

Fakat özellikle 1870'lerden sonra çalışma saatleri ve tatil günleri belli standartlar çerçevesinde düzenlenmiştir (113). 1961'de çocuklar için zorunlu eğitim 16 yıla çıkarılarak eğitim ve boş zamanın önemi arttırılmıştır. Aynı şekilde çalışan kesimin çalışma saatleri düzenlenmiş ve erken emeklilik gibi seçenekler yasal dayanak altına alınmıştır (52).

Rönesansla birlikte sanat, resim, heykel traşlık ve mimarlık gibi gelişmeler ve sporda da şiddetin az olduğu organizasyonlar gerçekleştirilmiştir (62). Fakat İngiltere, Almanya, İsviçre ve Danimarka gibi bazı Avrupa ülkelerinde cimnastik savaşacak askerlerin fiziksel olarak hazırlanması amacıyla uygulanmıştır (62).

19.yy da batı toplumlarında rekreatif etkinliklere atf edilen değer toplumun her kesimi tarafından artmış. Bu durumun pozitif bazı sonuçları sosyal toplum olgusunun oluşmasına boş zamanın bir lüks değil de bir ihtiyaç olduğuna ve boş zamanın sadece çalışanlar için var olan bir kavram olmadığına toplumun her kesiminden bireyin herhangi bir şekilde katılım sağlayabileceği gibi modernist ve aktivistler tarafından planlı ve organizeli “pazar okulları, sosyal çay toplantıları, çeşitli turnuvalar, köpek yarışları, tilki avlama vb.” boş zaman etkinlikleri düzenlenmesine sebebiyet vermiştir (113).

Zorbanın aktardığına göre, 1918'de Eğitim Yasası ile yöresel eğitim kuruluşları, kamplar, fiziksel öğretim merkezleri, oyun alanlarının sağlanması kabul edilmiştir. 1925 yılında “Ulusal Oyun Alanları Örgütü” spor ve açık hava boş zaman etkinliklerini bütün ülkeye yaymak için kurulmuştur. 1964'de ulusal boş zaman değerlendirme merkezi olan kristal sarayı Londra'da açılmıştır (58)

#### **2.4.2. Antik Roma ve Yunan Toplumlarında**

Karanlık çağda, Roma yaşamını simgeleyen stadyumlar, amfi tiyatrolar ve hamamlar yıktırılmış, dini günlerde tiyatroya gidenler aforoz edilmiştir. Roma'nın, serbest zaman anlayışı, Hıristiyanlığın iş yaşamını ön plana çıkartan yaklaşımı ile yer değiştirmiştir (43).

Antik Yunan toplumlarında felsefe ve sanat genellikle toplumun aydın kesimi (filozoflar ve sanatçılar) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu düşünürler Yunan kültürünü ve felsefesini tüm dünyaya yaymışlardır. Yayılan düşüncelerin temelinde insan ve bu dünyadaki yeri vardır. Yunan düşünürler boş zamanı her bireyin hayatı ve anlamını sorgulaya bilmesi için sahip olması gereken en temel hak olarak görmüşlerdir.

Yunanlıların boş zaman görüşü serbest zamanlardan ziyade, kişinin eğitimiyle veya bireysel olarak gelişimiyle ilgiliydi. Yunanca orijinal (scholē) kelimesinin anlamı “durmak, duraklamak” tır. Yani sessizlik ve barış anlamı verir. Daha sonra serbest zaman veya kişiye özgü zaman anlamlarına gelmiştir (148).

Yunan toplumların da spor ve cimnastik salonları popüler dinlenme yerleriydi, Yunan gençler bu salonlarda çeşitli sportif aktivitelerde bulunarak zaman geçirirlerdi. Ayrıca toplumun yaşlı kesimi de buralarda çeşitli felsefi tartışmalar yapar ve eski kahramanlardan bahsederek zaman geçirirlerdi (62). Antik dönemde Ege Denizi'nin iki yakasında gelişen uygarlıklardaki, spor gösterileri, toplu gezintiler, felsefe tartışmaları, bilim ve güzel sanatlarla ilgili uğraşlar boş zaman etkinlikleri olarak göze çarpmaktadır (124).

Atinalılar için boş zaman yaşamın en kıymetli yönü, iş ise düşük yönü olarak ifade edilmiştir (17). Yunanlılara göre boş zaman görüşü “özgür bir insanın doğasının daha geniş bir parçası” olarak tanımlanmıştır. Yunanlılar boş zamanı kullanma kapasitesini doğrudan özgür insanın tüm hayatının temeli olarak görür. Boş zaman olarak nitelendirilen aktivitelerin temel aralığı, bununla beraber şiddetle sınırlandırılmıştır. Aristo sadece iki şeyin boş zaman olarak değer alabileceğini söylemiştir: Müzik ve derin düşünce. Derin düşünce Yunan kültüründe boş zamanın temel anahtarı olarak kabul görülmüştür (148).

Sylvester (1999)' a göre Aristo iş kavramını “iyi bir hayata ciddi bir tecavüz” olarak görmüştür. “insanlar sadece yaşamsal ihtiyaçlar için çalışmak zorunda olmaktan kurtarıldıkları zaman yaşamlarını iyiye dönüştürebilir”. Dahası Yunanistan'da çalışmamak anlamına gelen serbest zamanda iyi bir yaşam için bir şarttır. Aristo bu açıklamalara bağlı olarak mutluluğun da serbest zamana dayalı olduğunu belirtir (146). Fakat Yunan kültüründe kölelik kavramının yaygın olması

boş zaman kavramının sadece toplumun elit ve sınıf ayrıcalığı olan kesim için kullanılan bir tanım olarak yerini almasına sebep olmuştur (148, 159). Metcalfe (2006)'ya göre 1850 li yıllarda maden işçileri boş zamanın kendileri için çok önemli olduğunu anlamış ve çalışma planları dışındaki serbest zamanlarında bazı boş zaman aktiviteleri ile geçirmişlerdir.

Boş zaman kavramı Yunan kültüründe genellikle eğlence ve dinlenme olarak tanımlanmıştır. Birol, (2014)'e göre Yunan kültüründe profesyonel spor, eğlence ve yarışmalar “boş zaman ahlakının” doğumuna neden olmuştur. Romalılar ise bunu bir kültürel ahlak olarak değil de daha çok fiziksel üstünlük sağlayarak savaşlarda üstün başarı elde etmek amacıyla yapmışlardır. Fakat bu durum zaman içerisinde değişiklik göstermiştir. M.S. 354'te Romalıların yılda 200 güne yakın tatil günleri ve vatandaşların boş zamanlarını değerlendirmeleri ve dinlenmeleri için 800'den fazla umumi hamam yapılmıştır (5). Ayrıca Kement (2015) Romalılar döneminde boş vaktin değişik eğlenceler yoluyla en uygun şekilde geçirilmesi teşvik edilmiş ve kitle boş zaman türleri (oyunlar, sporlar, gladyatör dövüşleri vs.) bu dönem içerisinde yaygınlaşmış ve gündelik yaşamın bir parçası haline gelmiştir.

Eski Yunan ve Roma toplumlarında boş zaman sadece elit tabakanın sahip olabileceği bir kavramdı. Köleler için iş, ölene kadar sürüp giden bir olgu idi. Her toplumda her zaman iş yapmayan boş bir elit tabakanın olduğu ve bu seçkin kişilerin yaşamlarını çalışanlara bağlı olarak sürdürdükleri bilinmektedir (58).

### **2.4.3. Türk Toplumlarında**

Bin yılı aşkın bir geçmişe sahip olan Türk toplumlarında şüphesiz hayal edilemez değişimler gerçekleşmiştir. Türk tarihi hakkında bu güne kadar öğrendiklerimiz Türklerin hep savaşçı ve göçebe bir yaşam tarzına sahip olduklarını yerleşik hayatın Anadolu'yu fetih etmeleriyle birlikte başladığını bilmekteyiz. İlk Türk toplumlarında savaşa hazırlık için yapılan yarışmalar ya da savaş sonrası gerçekleştirilen kutlamalar birer boş zaman etkinliği olarak yerini almıştır.

Türk toplumlarındaki rekreasyon anlayışı zaman içerisinde değişim göstermiştir. Bu değişimin şekillenmesinde; Anadolu öncesi Türk toplumlarının, Selçukluların, Bizans İmparatorluğunun, Osmanlı İmparatorluğunun ve Batılı toplumların büyük rolü vardır (91). Ayrıca Birol (2014) Türklerin XI. yüzyılda

İslamiyet’i kabul etmesi ile birlikte boş zaman anlayışlarında bazı değişimler olduğunu belirtmekte. Aynı şekilde Sezgin (1987) Türk toplum hayatındaki değişimlerin başlangıcını İslam’ın kabulü, Anadolu’ya yerleşmek ve İstanbul’un fethi gibi üç önemli olaya bağlamıştır. Her ne kadar her toplum kendi içerisinde kendisine özgü bazı temel prensiplere sahip olsa da tarihsel süreç içerisinde toplumların birbirlerinden etkilendikleri yadsınamaz bir gerçektir. Bu etkileşim toplumların şekillenmesinde etkili olmuştur. Buna örnek verecek olursak özellikle Osmanlı döneminde toplum kadınlarının din dışı rekreasyon faaliyeti olarak yaygınlaşan ve günümüzde bazı Anadolu köy ve kasabalarında düğün eğlenceleri arasında varlığını sürdürdüğünü gördüğümüz geleneksel hamam eğlencelerinin Roma-Bizans kültürüne dayandığını söyleyebiliriz ( Sezgin, 1987).

Selçuklu döneminde, Lonca ismi verilen zanaat örgütlerinin doğuşu Ahilik ve rekreasyon uygulamalarına farklı bir yön kazandırmıştır. Lonca üyesi çalışan erkekler, iş bitiminde hep beraber yemekli, rakslı eğlencelere iştirak ederek vakit geçirirlerdi. Bu dönem de gerçekleştirilen çalışma ve çalışma dışı zamanın ayrıştırılması boş zaman kavramının yerleşmesi bakımından önem taşımaktadır (90).

Lewis (1973)’e göre; Osmanlı İmparatorluğu döneminde, rekreatif anlamda gerçekleştirilen etkinlikler en üst düzeyde İstanbul’da yaşanmıştır. Ramazan gecelerine özgü eğlenceler genellikle kahvehanelerde ve zenginlere ait evlerde oynatılan gölge oyunu Karagöz, açık havada oynanan orta oyunları, meddahlar tarafından icra edilen taklitli hikâyeler. Bayram günlerinde ise genellikle sportif etkinlikler organize edilmiştir. Bunların en önemlileri atlı iki takım arasında oynanan cirit ve milli bir spor olan okçuluktur. Dönemin rekreatif etkinlikleri arasında, tertiplenen av partilerinin de özel bir yeri vardı. Ayrıca ordunun her sefere çıkışı, Padişah emriyle bayram ilan edilmiş ve toplar atılıp, davullar çalınarak, mehter takımı gösterilerinden oluşan merasimler düzenlenmiştir (Sayman, 2011).

Osmanlı devletinin kuruluşundan yıkılışına kadar geçen süre zarfında rekreasyon ve boş zaman kavramlarında sürekli bir değişim yaşanmıştır. Bu değişimi etkileyen en büyük faktör ise devletin refah seviyesi olmuştur. Kanuni Sultan Süleyman döneminde askeri, ekonomik ve sosyal olarak en güçlü ve müreffeh dönemini yaşayan Osmanlı imparatorluğu boş zaman ve rekreasyon boyutunda en

önemli gelişmeleri 1703-1730 III Ahmed döneminde (Lale Devri) başlamasıyla yaşanmıştır. Daha önce var olan rekreasyon ve boş zaman etkinlikleri dışında tiyatral ve sanatsal gelişmeler ile bu dönem farklılık göstermektedir. Kia (2011)'in belirttiğine göre bu dönemde yapılan “Sadabat Sarayı” mutluluğun ve eğlencenin evi olarak anılmıştır. Daha sonraki dönemlerde en çarpıcı gelişmeler 1839-1876 yılları arasında gerçekleştirilen Tanzimat fermanıyla birlikte başlayan batılılaşma Osmanlı kültürel ve sosyal yapısında büyük değişikliklere neden olmuştur (133).

Osmanlı döneminde boş zaman etkinlikleri aynı sosyo-kültürel yapıya sahip insanların yaşadığı bölgelerde (mahalle) farklılıklar gösteriyordu. Farklı kültüre sahip bireyler aynı mahallede yaşıyor ve boş zaman etkinliklerini de kendi kültürel zenginliklerine göre gerçekleştiriyordu (22).

Birol (2014) Osmanlı İmparatorluğu döneminde boş zamanların genellikle pasif etkinliklerle geçirdiğini belirtmektedir. Davison (1999) Osmanlı döneminde kadınların genellikle boş zamanlarını mahallede ki bir evde toplanarak ya da çeşitli el işçilikleri yaparak geçirdiğini erkeklerin ise cami, hamam, kahvehane ve parklarda geçirdiğini belirtmektedir. Fakat bu durum Cumhuriyetin kurulması ile birlikte pasif etkinliklerden kurtarılıp, aktif hale getirilmiştir (25).

Cumhuriyetin ilanı ile birlikte siyasal, sosyal, ekonomik ve kültürel alanlarda önemli ölçülerde mesafeler kat edilmiştir. Batılılaşmanın da etkisiyle büyük şehirlerde kültür, eğitim ve yaşam biçiminde farklılaşmalar meydana gelmiştir bu değişim rekreasyon alanlarındaki değişimi de etkilemiştir (43). Fakat birçok savaş gören bu toplumun hem maddi hem de manevi bir çok sıkıntısı bulunmaktaydı. Kılbaş (2010) Cumhuriyet dönemi rekreasyon gelişimine yönelik yaptığı değerlendirmede; genç kesimin boş zamanlarını değerlendirmesinde çeşitli sıkıntıların yaşandığını ayrıca devlet kurumları arasındaki koordinasyonun yetersiz olduğuna değinmektedir. Fakat ilerleyen süreç içerisinde ülkede gerçekleşen gelişmeler ve sanayiye verilen önemle birlikte artan refah seviyesi boş zamana verilen değer artmasına neden olmuş hatta devlet tarafından bu hususta çeşitli önlemler alınmıştır. Kılbaş (2010)'a göre Devlet Planlama Teşkilatının da (DPT) ilk olarak boş zamanları değerlendirmenin sadece bir gençlik sorunu olarak ele aldığını fakat daha sonraki yıllarda gerçekleştirilen kalkınma planlarında rekreasyonun bir



kavram olarak yer aldığını belirtmektedir. Kalkınma planlarında gençlerin katılacağı kamp imkânlarının artırılması, yurdun çeşitli yerlerine gençlik merkezlerinin kurulması, üniversitelerde mediko-sosyal hizmetlerinin geliştirilmesi, gençlerin sanat ve edebiyata yönlendirilmesi ve bunun da kamu kurum ve kuruluşları tarafından desteklendiğini belirtmektedir (99).

Günümüzde eğitim imkanlarının artması, toplumun eskiye nazaran bilinçlenmesi ve ekonomik refah düzeyinin de artması ile birlikte boş zaman ve rekreasyon kavramlarının toplum bireyleri arasında bir farkındalık uyandırdığını görmekteyiz. Ayrıca rekreasyonun hükümet programları dışında yerel yönetimler ve sivil toplumları tarafından desteklenmesiyle rekreasyona olan katılımın her geçen gün arttığına şahit olmaktayız. Bu katılımın doğal bir sonucu olarak insanların daha çok rekreatif etkinliklere katılma isteği ve elde edilen pozitif geri bildirimlerin de katkısıyla rekreatif etkinlikler artık hükümet planlarına girmekte hatta daha da önemlisi dinlenme hakkının yasal olarak kayıt altına alındığını görmekteyiz. T.C. 1982 Anayasa'sının 50'nci maddesi çalışma şartları ve dinlenme hakkını garanti altına almaktadır (79). Aynı şekilde 1475 sayılı iş kanununun 1. Maddesine göre: İşin niteliği ve yürütümü bakımından işyerine bağlı bulunan yerlerde, dinlenme, çocuk emzirme, uyku, yıkanma, muayene ve bakım, beden veya mesleki eğitim yerleri ve avlu gibi sair eklentiler de iş yerinden sayılır (76).

## 2.5. Boş Zaman ve Din

Boş zamanın insanlık tarihi kadar eski bir geçmişe sahip olduğuna ve bunun tüm insanlar için keyfi olmanın yanında yeme ve içme kadar değerli olduğunu yukarıda belirttim. Yeterince dinlenmeyen bir insanın günlük yapmak zorunda olduğu kimi görevleri de sağlıklı bir şekilde gerçekleştiremeyeceği aşikârdır. Bu bakımdan kutsal dinler de incelendiğinde her kutsal dinin kendisine mensup bireylere çeşitli zaman dilimlerinde dinlenmeleri gerektiğini emrettiğini görmekteyiz.

İslam dininde Hz Muhammed'in hayatı inananlar için rol model olmuştur. Bu model günümüze çeşitli hadislerle ulaşmıştır. Hz Ali'nin aktardığına göre;

*"...Hz. Peygamber (s.a.s.) günlük zamanını üçe taksim ediyordu. Bir kısmını namaz kılmak ve Kur'an okumak gibi Allah Teâla'ya ibadete ayırıyordu. İkinci kısmını aile fertleriyle alakadar olmaya ayırıyordu; günlük ev işlerini yapıyor, ev*

*ihtiyaçlarından kendisine düşenleri yerine getiriyordu. Üçüncü kısımda ise, istirahat buyuruyordu. Ancak istirahat zamanını da ikiye böler ve bunun bir kısmında ashabın ileri gelenlerini huzuruna kabul ederek onlara gerekli bilgileri öğretir, onlar da huzurundan çıkınca öğrendiklerini ashabın bütününe öğretirlerdi." (77).*

Yukarıda ki hadiste belirtilen “istirahat zamanı” Hz Muhammed’in günlük olarak yapmak zorunda olduğu işlerin dışında kalan zamanını boş zaman etkinlikleri ile değerlendirdiğini görmekteyiz. Ayrıca İslam dininin kutsal bayramlarından olan Kurban ve Ramazan bayramları insanların genellikle bir iş yapmakla yükümlü olmadıkları ve bazı dini ritüellerini gerçekleştirmeleri gereken zaman dilimi olarak belirlenmesi din ve boş zaman olgusuna örnek verilebilir.

Tevrat’ta belirtilen “Mayasız Ekmek” ve “Fısıh” bayramları da birer dini ritüel olarak boş zamana örnek verilebilir. Ayrıca Tevrat’ta insanların çalışma hayatıyla ilgili olarak haftanın yedi gününden altısını çalışarak ve bir gününü de dinlenerek geçirmeleri gerektiğini yedinci günün (Şabat Günü) kutsal sayıldığı ve bu günde çalışmanın yasaklandığı belirtilmektedir.

*Şabat: Dinlenme Günü RAB Musa’ya şöyle buyurdu:*

*İsrailliler’e de ki, ‘Şabat günlerimi kesinlikle tutmalısınız. Çünkü o sizin benim aramda kuşaklar boyu sürecek bir belirtidir. Böylece anlayacaksınız ki, sizi kutsal kılan RAB benim. Şabat Gününü tutmalısınız. Kim onun kutsallığını bozarsa, kesinlikle öldürülmeli. O gün çalışan herkes halkının arasından atılmalı. Altı gün çalışılacak: ama yedinci gün Rab’be adanmış Şabat’tır, dinlenme günüdür. Şabat günü çalışan herkes kesinlikle öldürülmelidir.*

*İsrailliler, sonsuza dek sürecek bir antlaşma gereği olarak, Şabat Günü’nü kuşaklar boyu kutlamaya özen gösterecekler. Bu İsraillilerle benim aramda sürekli bir belirti olacaktır. Çünkü ben, Rab yeri göğü altı günde yarattım, yedinci gün işe son verip dinlendim.*

*Tanrı Sina Dağı’nda Musay’la konuşmasını bitirince, üzerine eliyle antlaşma koşullarını yazdığı iki taş levhayı ona verdi. (103).*

Arcangeli (2003)’e göre Hristiyanlar için kutsal olan Kitap’ı Mukaddese (Kutsal Kitap İncil) ütopik bir yaklaşımla bakıldığında Allah insanı özel yarattı bu yüzden onun (Hz. Adem) cennet bahçelerinde dinlenmeye ihtiyacı yoktu (ne ruhunun nede bedeninin) çünkü çalışmak onun göreviydi ve bu görevini yerine getirmekten ne şikâyet eder nede yorulurdu aksine bundan zevk alırdı. Bu yüzden oyun ve eğlence

bize günah olarak verildi. İnsan oğlunun mistik varoluş yeri olan cennet bahçelerinde iş ve boş zamanın bulanık olduğu (kesin bilginin olmadığı) yorgunluğun olmadığı ve dinlenmenin zorunlu olmadığı ütopyik bir dünya da rekreasyona da ihtiyaç yoktu.

Marksist düşüncenin öncülerinden olan Karl Marx işi ve boş zamanı birbirinden ayırmıştır. Hatta işsiz bir yaşamı ütopyik bir şekilde (çok uyu, çok kazan) olarak dile getirmiştir (11). Böylece, çalışılan zaman kutsallık dışı zaman, eğlence ve gerçekleştirilen ayinle kutsal zaman olarak anılmaya başlanmıştır. (95).

19.yy da din ve boş zaman tamamıyla farklı düşünülse de 19.yy sonlarına doğru kilisenin boş zaman üzerindeki etkisi Metodistlerin düzenledikleri sosyal toplantılar ile birlikte varlığını arttırmıştır. Zamanla sosyal aktivitelerin sadece Pazar günlerine özgü olmayacağı ve bunun daha da yaygınlaştırılması gerektiği düşüncesi yeni kilise ve chapellerin açılmasına yol açtı. Fakat bu akım zamanla sıradan bir hal alarak “Rasyonel Rekreatif” etkinlik haline geldi (112). Metcalfe (2006) ayrıca seküler aktivist ve metodistlerin köylerde kilisenin pazar günleri özellikle çocuklara yönelik eğitimler düzenlemesini (Sunday school) sağlayarak kilisenin toplum üzerindeki etkisini arttırmak için uğraşmışlardır.

Diğer taraftan Anglikan kilisesi de kasiyer, yönetici ve mühendislere yönelik cumartesi akşamları çeşitli organizasyonlar düzenlemiştir. Bu organizasyonlar zamanla gelişerek futbol kulüplerinin kurulmasına organizasyonun sadece cumartesi geceleri değil de haftanın diğer günlerine de yayılmasına dahası çeşitli dergi ve gazetelerde katılımın artmasını sağlamak amacıyla bazı ödül programlarının düzenlenmesi gibi çeşitli etkinlikler yapılmıştır (113).

Zorbanın aktardığına göre, 1870’li yıllarda kiliseler kriket ve futbol kulüplerini desteklemişlerdir. Futbolun insanları günahlardan ve alkolizm vs. gibi kötü alışkanlıklardan kurtaran bir araç olarak görmüşlerdir (58).

## **2.6. Rekreasyon ve Boş Zaman**

Bilim ve teknolojik gelişmeler bir taraftan insan hayatını kolaylaştırırken diğer taraftan kendisine fazla zaman ayırma olanağı vermektedir. Bu nedendir ki insanoğlu çalışma zamanının dışında kalan zamana da önem göstermektedir. Çalışma dışı zamanı kullanmaya da boş zaman kullanımı denilerek rekreasyon kavramını

ortaya çıkarmıştır (55). Metcalfe (2006) Rekreasyonun gerçekleştirilmesi için gerekli koşullardan birinin boş zaman olduğunu belirtmektedir.

Çeşitli rekreatif etkinliklerin özgürce yapılabildiği, iş ve çalışma saatleri dışında kalan kısım boş zamandır. Boş zamanın belirlenmesi, bu zamanın; eğitim, kültürel alışkanlıklar, imkan ve kişilik özelliklerine göre seçilen bazı etkinliklerle değerlendirilmesi ve boş zaman etkinlikleri içerisinde; çeşitliliği, hareketliliği, değişkenliği, aktif- pasif yönleri olan sporun önemli olduğu, özellikle hareketsizliği önleyici aktiviteleri içeren boş zaman sporları ile değerlendirilmesi önerilmektedir (102).

Gülez (1990) rekreasyonu; dinlenmek ve yeniden canlılık kazanmak amacıyla genellikle boş zamanlar içinde yapılan etkinlikler olarak tanımlarken. Aynı şekilde Ragheb ve Tate de rekreasyonu; bireylerin boş zamanlarını değerlendirmek için özgür iradeleriyle seçtikleri ve belirli kurallara bağlı olmadan katıldıkları etkinlikler olarak tanımlamakta. Özşaker (2012) bireyin dinlenme, rahatlama, bilgi ve görgüsünü arttırma, psikolojik ve fizyolojik zevklerinde doyumunu gerçekleştirme olarak tanımlamakta.

İnsanların çalışma saatleri dışında kalan boş zaman süreleri arttıkça bu süreleri olumlu kullanma zorunluluğu da doğmaktadır. Eğer çalışma dışı zamanlar rekreatif etkinliklerle zenginleştirilemezse boş zamanın çok olmasının da önemi kaybolmaktadır (102).

Rekreasyon olarak tanımlanan eğlenme, dinlenme ve boş vakitleri değerlendirme aktiviteleri yaşa, kişiye ve zamana göre değişmektedir. Bir bireyin rekreasyon olarak saydığı uğraşı diğer bir birey için aynı anlama gelmeyebilir. Bu nedenle insan karakteri ve onu etkileyen çevre faktörleri rekreasyonun çok çeşitli olduğunu göstermektedir (68).

Mobily (1989) rekreasyon ve boş zamanı bir konu (durum) hakkında sağladığı doyum hissi olarak tanımlamaktadır. Torkildsen rekreasyon ve boş zamanı tanımlarken ikisinin de birbirinden farklı iki terim olduğunu fakat birbirlerini tamamladıklarını belirtmektedir (159).

Son zamanlarda rekreasyon etkinlikleri yapmak zorunda olduğumuz işlerden arta kalan zaman boş zamanlarımızda gerçekleştirdiğimiz etkinliklerden çok artık bir kültür haline gelmiştir (155).

## 2.7. Rekreasyon

Rekreasyon kavramı, köken olarak Latinceye dayanmaktadır. Rekreasyon “yenilenme, tazelenme” anlamındaki “recreate” sözcüğünden gelmektedir. Bu anlamıyla rekreasyon çalışma faaliyetleriyle tükenen bedensel ve zihinsel kaynakların “yeniden yaratılması” amacını taşımaktadır (2). Fakat alan yazın incelendiğinde rekreasyonun farklı bilim insanları tarafından farklı anlamlarla tanımlandığını görmekteyiz. Jarvie ve Maguire (2002)’e göre rekreasyon anlam olarak kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Akyıldız (2013) bunu rekreasyon alanının çok geniş bir alana sahip olmasından kaynaklandığını belirtmektedir.

Rekreasyon ile ilgili yapılan bazı tanımlamalara baktığımızda. Kelly (1983) ve Smith (1987) rekreasyonu bir insanın temel gereksinimi olduğunu ve bunun isteğe bağlı bir zaman diliminde özgürce seçilen ve doyum sağlayan aktiviteler olarak. Hacıoğlu ve ark. (2003) rekreasyonu pasif ve aktif, grup veya ferdi olarak sporlara, kültürel fonksiyonlara, tabiat ve insan tarihinin değerlendirilmesine, gezilere, eğlencelere, zevk veren olaylara, resmi olmayan eğitime, katılma olarak. Canay (2005) rekreasyonun birçok tanıma sahip olduğunu fakat profesyonel anlamda rekreasyonun işten bağımsız, kendi içinde değerli olan, kişinin pek çok önemli ihtiyacını karşılayan kişinin zamanını dolu dolu geçirmesine yardımcı olan ve ayrıca mutluluk veren bir yaşam aracı olarak. Karaküçük (2005) rekreasyonu yapmakla yükümlü olmadığımız bir işin olmadığı zamanlarda yer kısıtlaması olmadan bireysel veya grup şeklinde bireyin yenilenmesi için boş zamanlarında gerçekleştirdiği aktiviteler bütünü ayrıca modern anlamda rekreasyonun işten bağımsız, kendi içinde değerli olan, kişinin pek çok önemli ihtiyacını karşılayan, dolu ve mutlu bir yaşam aracı olarak. Ağılönü (2007) rekreasyonu kelime anlamı olarak eğlendirmek, canlandırmak, dinlendirmek ve hayat vermek anlamlarına geldiğini. Bir başka tanımda ise rekreasyonun bireyin mesleki, ailevi, toplumsal ödevlerini yerine getirdikten sonra, bağımsız iradesiyle seçebileceği bir seri dinlenme, eğlenme, bilgi ve becerilerini artırma ve kendini yenileme uğraşlarına katılması olarak. Kılbaş

(2010) rekreasyonu bireyin önemli ya da zorunlu zamanları arasında bireyin yakaladığı bir zaman diliminde gerçekleştirdiği faaliyet olarak. Bu zaman dilimine de boş zaman. Ataman ve Yancı (2010) rekreasyonu rutin iş ve ya çalışma hayatı için tekrar enerji kazanmak üzere genellikle çalışma dışı zaman bölümünde, olumlu aktiviteleri içeren ve sosyal yaşamda kabul edilebilen serbest zaman etkinlikleri olarak. Kılbaş (2010) rekreasyonu bireyin üstünlük, güçlülük, canlılık, kabul görme, başarı, kişisel değer ve zevk almasını sağlayan ve bireyi doyuma ulaştıran bir duygu olarak. Arslan (2010) rekreasyonu bireysel, toplumsal ve kültürel farklılıklarla birlikte, rekreasyon anlayışının tamamen öznel algılamalara göre şekillenmesi nedeniyle ortak bir rekreasyon tanımı yapılamamakta olduğu fakat rekreasyonun kişi ya da toplumlara göre asla değişmeyecek kendine has özelliklerinin evselsen olduğunu. Özbey ve Çelebi (2011) rekreasyonu toplumun her yaş grubundan insanın ilgi ve yaratıcılığı nispetinde pasif ya da aktif bir şekilde katılabileceği etkinlikler bütünü olarak. Stebbins (2012) rekreasyonu, kişinin serbest zamanlarında, zorunluluk olmaksızın, isteği ile katıldığı, bireysel tatmin sağlayan, kendi yetenek ve becerilerini kullanabildiği aktiviteler şeklinde tanımlamaktadırlar.

Bucher & Bucher (1974)'e göre rekreasyon; “insanın öz benliğine uygun ve yapmaktan zevk aldığı, toplumsal, kültürel ve sportif etkinliklere katılarak, günlük yaşamın sıkıcılığından kurtulması ve başka insanlarla etkileşim içine girerek toplumsal kişilik kazanmasıdır” (Kılbaş, 2010).

*Bahadır (2010)'a göre İnsanın yoğun çalışma yükü, rutin hayat tarzı veya olumsuz çevresel etkilerden tehlikeye giren veya olumsuz etkilenen bedeni ve ruhi sağlığını tekrar elde etmek, korumak veya devam ettirmek, aynı zamanda zevk ve haz almak amacıyla, kişisel doyum sağlayacak, tamamen çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında kalan bağımsız ve bağlantısız boş zaman içinde, isteğe bağlı ve gönüllü olarak ferdi veya gurup içinde seçerek yaptığı etkinliklere rekreasyon denir.*

*Rekreasyon kavramının daha geniş açıklanabilmesi için şu tanımlayıcı ifadeler kullanılmaktadır.*

*1-Rekreasyon, boş zamanda yapılır. iş değildir ve kar gayesi taşımaz.*

*2-Rekreasyonda, kişi gönüllü olarak ve tamamen kendi arzusu ile etkinliklerde bulunur.*

*3- Rekreasyon faaliyetleri, katılma zevk veren, mutlu eden ve neşelendiren bir tarzda olur.*

4- *Rekreasyon faaliyeti, kişisel ve toplumsal fayda sağlar.*

5- *Toplumsal değerlere aykırı değildir. Yemek yeme, uyumak gibi hayati önem taşımaz.*

Günümüzde rekreasyon, insanlar için temel ve evrensel bir gereksinim haline gelmiştir. Bugün, artık kesin olarak bilinen bir şey vardır ki, o da birey ya da toplumların, fiziksel, ruhsal ve moral sağlıkları yönünden rekreasyona gereksinimleri vardır. Hatta birçok bilim adamı, rekreasyonun Dünya Barışı'na katkısı olacağı iddia etmektedirler (102). Karaküçük (2005) ise rekreasyonun kişinin temel gereksinimi olduğunu belirtmektedir.

## 2.8. Tarihsel Süreç İçerisinde Rekreasyon

Neolitik dönemlerde yaşayan insanların avlanma ve toplamaya yönelik olan yaşam tarzlarının temel bedensel becerilere dayanması rekreasyonun temelleri olarak değerlendirilebilir (62). Ayrıca günümüzde gerçekleştirilen arkeolojik kazılarda elde edilen bulgulara bakıldığında İ.Ö. 3000 yıllarında güreş, boks, eskrim ve okçuluğun Mezopotamya uygarlıklarından olan Sümerler ve Babiller tarafından yapıldığına ulaşılmaktadır (62).

Rekreasyonun tarihsel gelişimi incelendiğinde Asya toplumlarında oyunlar ve yarışmalar, daha çok dini törenler ve güçlülere karşı koyma amacı ile yapılmıştır. Ayrıca Mısır'da ortaya çıkan piramitler, resimler ve kazılar; özellikle elit tabakanın spor, dans, müzik tiyatro, avcılık ve savaş oyunları gibi rekreasyon aktivitelerine katıldıklarını göstermektedir (43).

Biol (2014)'e göre Preklasik (İsa'dan hemen önceki dönem) dönemde özellikle Mısır'da devlet yöneticileri, mutlak ve ilahi konumdaydılar. Kamu kurumlarının zorlayıcı yönetimi, zorunlu çalışma sistemi, sosyal hayatın genellikle zenginliğe dayanması, orta sınıfın boş zamanlarının olmaması dönemin başlıca özelliklerindendi. Dönemin bu özelliklerinden dolayı orta sınıf vatandaş rekreasyona vakit ayıramamış, imkan bulamamıştır. Sadece ayrıcalıklı sınıfı oluşturan bazı küçük aile grupları spor, savaş oyunları, avcılık vb. gibi rekreasyon etkinliklerine katılabilmişlerdir

Antik dönemlerde, örneğin Asurlular 'da yapılan toplu halk şenlikleri ve Eski İran'da Cennet adı verilen koruluklarda yapılan spor gösterileri belli başlı rekreasyon

aktiviteleri olarak değerlendirilir (124). Günümüzde hızla önemi artan rekreasyon faaliyetlerini daha etkili ve daha verimli hale getirebilmenin yolları aranmaktadır (25).

## 2.9. Rekreatif Faaliyetlerin Özellikleri

Rekreatif faaliyetler bireyin kendi istediği zaman diliminde ve özgürce katılım sağlayacağı tüm etkinlikleri kapsamaktadır. Bu etkinliklerin türü ve özelliklerine baktığımızda rekreasyon alanının hemen hemen toplumun her kesiminden insana hitap eden bir özelliğe sahip olduğunu görmekteyiz.

Bahadır (2010) rekreatif faaliyetlerin özelliklerini aşağıdaki gibi belirtmektedir:

- İş, ders, vazife veya mesai saatleri dışında kalan boş zaman da yapılan bir faaliyet olması.
- Ferdin tercih etme ve seçme haklarını tanıyan bir faaliyet olması.
- Devam ve iştirak etme mecburiyeti olmayan bir faaliyet olması.
- Toplumun ahlak anlayış ve kurallarına uyan bir faaliyet olması.
- Ferde haz ve neşe sağlayan bir faaliyet olması.
- Ferde kendini ifade etme ve yaratabilme imkanları sağlayabilen bir faaliyet olması.
- Organizmayı dinlendirici sağlık ve kuvvet kazandırıcı bir faaliyet olması.
- Öncelik her zaman kişiye aittir.

Rekreatif etkinlikler kendi içinde birçok özellik ihtiva etmektedir. Karaküçük (2005) bu özelliklerden bazılarını aşağıdaki gibi sıralamıştır.

- Rekreatif faaliyetlere katılımın gönüllülük esasına dayanması.
- Katılımcıya özgürlük hissi vermesi.
- Faaliyetlere katılımın ve devamlılığın zorunlu olmaması.
- Faaliyetin boş zamanda yapılması.
- Her yaş ve cinsteki insanların katılımına olanak tanınması.
- Her türlü mevsim ve ortama uygun olarak uygulanabilmesi.
- Rekreasyonun bir faaliyet gerektirmesi.
- Rekreatif etkinliklerde inisiyatif kişiye aittir.



- Haz ve neşe sağlayan bir faaliyet olması.
- Evrensel olarak uygulanabilir olması.
- Kişinin kendisini ifade etme ve yaratıcılığını geliştirmeye imkan sağlayan faaliyetler içermelidir.
- Rekreasyonun her kişiye göre bir amacı vardır.
- Katılımcıya kişisel ve toplumsal özellikler kazandırması beklenir.
- Rekreasyon toplumun değer ve yargılarına ters düşmemelidir.
- Aynı anda birden çok faaliyetin aynı anda gerçekleştirilebilmesi.
- Rekreasyon faaliyetinin rekreasyonistler tarafından üstlenilmesi.
- Rekreasyon eyleme planlı veya plansız beceri sahibi kişilerle veya beceri sahibi olmayan kişilerle organize veya organize olmamış mekanlarda gerçekleştirilir.
- Rekreasyon, rekreatif etkinliklere katılım sonucu ortaya çıkan bir deneyimdir.

## 2.10. Rekreasyon Etkinliklerinin Sınıflandırılması

Karaküçük (2008) rekreasyon etkinliklerini aşağıdaki şekilde sınıflandırmaktadır:

1. Amaçlarına göre rekreasyonun sınıflandırılması:

- a. Dinlenme amacıyla yapılan rekreasyon etkinlikleri,
- b. Kültürel amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri,
- c. Toplumsal amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri,
- d. Sportif amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri,
- e. Turizm amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri,
- f. Sanatsal amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri.

2. Çeşitli kriterlere göre rekreasyonun sınıflandırılması:

- a. Yaş faktörüne göre,
- b. Faaliyete katılanların sayısına göre,
- c. Zamana göre,
- d. Kullanılan mekâna göre,

e. Sosyolojik muhtevaya göre.

3. Fonksiyonel açıdan rekreasyonun sınıflandırılması:

a. Ticari rekreasyon,

b. Sosyal rekreasyon,

c. Uluslararası rekreasyon,

d. Estetik rekreasyon,

e. Fiziksel rekreasyon,

f. Orman rekreasyonu.

## **2.11. Rekreasyon ve Spor**

Rekreasyon ve spor arasındaki ilişkiyi net bir şekilde anlayabilmemiz için öncelikle spor'un tanımını değerlendirmeye başlamamız sağlıklı olacaktır. Barthes (2007)'ye göre spor beceri ve cesaret gerektiren belli bir amaç doğrultusunda gerçekleştirilen fiziksel aktivitelerin bütünü olarak tanımlanmaktadır. Bu tanıma bakıldığında ilkel toplumların en önemli yaşam unsurlarından olan toplayıcılık ve avcılığı göz önünde bulundurduğumuzda spor tarihinin insanlık tarihi kadar eski olduğu sonucuna varmaktayız. Rekreasyon kelimesinin gün geçtikçe farklı bilim adamları tarafından farklı değerlendirilmesi rekreasyon kelimesinin çok geniş bir çerçeveye sahip olduğunu göstermekte (110). Fakat bu çerçevenin en önemli parçalarından birinin spor olduğuna tanık olmaktayız. Daşoğlu, (2011)'e göre spor, rekreasyonun en kapsamlı ve ilgi çeken alanlarından birini oluşturmaktadır. Spor ve rekreasyon karşılıklı olarak birbirlerini etkiler. Spor, insanların rekreatif ihtiyaçlarını karşılamada önemli bir hareket alanı sağlarken, rekreasyonda sporun toplumda yaygınlaşması, tanınması ve sportif başarılar elde edilmesinde önemli roller üstlenmiştir.

Dünya sağlık örgütüne göre yaşam tarzındaki hızlı değişim, sanayileşme, şehirleşme ve ekonomik gelişmeler her ne kadar olumlu gelişmeler olarak görülse de bu gelişmeler beraberinde bazı dezavantajlarda getirmektedir. Bunlar bireyin sosyal olarak sahip olduğu zenginlikleri yitirmesi ve yalnızlaşması ayrıca teknolojik gelişmelerin getirdiği kolay yaşam tarzı aktif olan bireyi yavaşlatarak sedanter hale

getirmekte buda obezite, kronik ve çeşitli kalp hastalıkları riskini arttırmaktadır (166, 167).

Rekreasyon aktivitelerinin gerçekleştirilmesi genellikle spor aktiviteleri ile gerçekleştirilir. Fakat, Metcalfe (2006) rekreasyon ve sporun farklı yollara sahip olduğunu belirtmekte. Modern anlamda boş zamanın 1970’li yılların sonlarına doğru temellerinin atıldığını belirtmektedir.

Rekreatif sporların toplumda yaygınlaşmasının en önemli faktörlerinden biri rekreatif katılımın hem pasif hem de aktif şekilde gerçekleştirile bilme özelliğine sahip olmasıdır. Tamer, (1998)’e göre rekreatif etkinlikler aktif ya da pasif, bireysel ya da grupla, genç veya yaşlı, erkek veya kadın, kapalı veya açık alanlarda herhangi bir zamanda yapılabilen etkinliklerdir. Bu etkinlikler insanların dinlenme, eğlenme ve gelişmelerini sağlayan ve kapsam alanı sınırsız her bireye her zaman ve her yerde hitap eden etkinlikler olarak tanımlanmaktadır .

Bahadır (2010)’ a göre “Spor, rekreasyonun en kapsamlı, çeşitli ve ilgi çeken alanlarından birini oluşturmaktadır. Spor ve rekreasyon karşılıklı olarak birbirlerini etkilerler. Spor insanların rekreatif gereksinimlerini karşılamada önemli bir hareket alanı sağlarken, rekreasyonda sporun toplumsal yaygınlaşmasında ve sportif başarılar elde edilmesinde önemli roller üstlenmiştir. Spor bu rolünü genellikle herkes için spor veya sağlıklı yaşam için spor gibi etkinlik rollerini yerine getirerek gerçekleştirmektedir. Spor bir boş zaman uğraşısı olarak yani amatörce yapılan şekliyle Rekreatif faaliyet özelliği taşımaktadır. Dumas’a göre spor, insanın emrine ve hizmetinde olursa rekreasyon faaliyeti; eğer insan sporun emrine girerse o zamanda spor bir meslek özelliği taşıyarak rekreasyon faaliyeti kapsamı dışında kalmaktadır”. Karaküçük sporu tanımlarken amatör ve profesyonel olarak nitelemektedir. Sporun profesyonel yönünü mesleki olarak amatör yönünü ise rekreatif spor olarak nitelemektedir. Bir başka tanıma göre sporun kitle ve elit spor olarak ikiye ayrıldığını belirtmekte kitle sporu rekreasyonel spor elit spor ise profesyonel spor olarak ayrılmaktadır (90).

“Sportif faaliyetlerin katılım kolaylığı, çalışma rahatlığı, her yaşın, her cinsin ve herkesin zevk ve isteklerine yanıt verebilecek tercih olanağı vardır. Sosyalleştirici, toplumsal birliği sağlayıcı, sağlık kazandırıcıdır. Sanatsal ve folklorik değeri vardır.

Bütün bunların yanında rekreasyonla daha yakın ilgisi bakımından sporun çeşitlilik, değişkenlik ve hareket özelliklerinden bahsedebiliriz” (14).

Rekreatif amaçlı fiziksel etkinlikler, sorun çözme becerileri, yeni beceriler öğrenme, başarı ve başarısızlıklar adına yeni yollar bulmaları için harika bir olanak sağlamaktadır. Sorunlarıyla başa çıkma, risk alma ve daha çok özsaygı geliştirebilecekleri beceriler kazandırma gibi önemli fırsatlar sağlamaktadır (167). Erkal (1992) rekreatif sporların katılımcısına belirli bir fonksiyonu yerine getirmesiyle toplumdaki stütüsünü yükseltmekte ayrıca katılımcısının sosyal tabakalar arasında geçişler gerçekleştirebilmesini de sağlamaktadır. Cheska (1979) spor ve bazı diğer rekreatif etkinliklerin kültürel süreklilik bakımından bir mekanizma oluşturduğunu belirtmektedir (36).

Özellikle 1950’li yıllardan sonra gerçekleşen teknolojik reformlar ve bilgisayar teknolojisi insanların uzun süreler hareketsiz ya da kısıtlı hareketler ile geçirdiği uzun zaman dilimlerinin bireye olan negatif etkilerini kilo alma, derslerde başarısız olma, arkadaşlarından uzak durma ve insanlarla diyalog kurmama gibi çeşitli sonuçlar doğurduğu gözlemlenmiştir. Bu tarz olumsuz sonuçların önüne geçebilmek için her yaş grubuna ve beklentiye cevap verebilecek olan tek faktör olan sportif rekreasyon etkinliklerinin yaygınlaştırılması zorunluluk arz etmektedir (145).

Passmore ve French (2000) sosyal dünyanın Aborjinler için anlamlı bir hal alması rekreasyon sayesinde olduğunu belirtmekte. Fakat katılım sağlanmadan yalnız (pasif) bir şekilde gerçekleştirilen bazı rekreasyon etkinlikleri örneğin: televizyon izleme birey üzerinde olumsuz mental sağlık problemleri doğurduğunu belirtmektedir.

Iwasaki ve Mannell (2000)’e göre insanlar hayatın tüm safhalarında birçok stres veren olayla karşılaştığını belirtmektedirler. Bu bakımdan yukarıda bahsedilen tüm değerlendirmeler sportif rekreasyon faaliyetlerinin ne kadar elzem ve zaruri olduğu hakkında ki farkındalığımızı arttırmakta ayrıca bu faaliyetlerin yaygınlaştırılmasının zorunluluğunu göstermektedir.

## **2.12. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri**

Rekreasyona duyulan ihtiyacı ütöpik bir şekilde anlatmak gerekirse Kitab’ı Mukaddeste (Kutsal Kitap İncil) İnsanoğlu Allah tarafından özel bir şekilde

yaratıldığı için oyuna ya da eğlenceye ihtiyacı yoktu. Kutsal Kitapta onun (Hz. Adem) cennet bahçelerinde dinlenmeye ihtiyacı yoktu (ne ruhunun nede bedeninin) çünkü çalışmak onun göreviydi ve bu görevini yerine getirmekten ne şikâyet eder nede yorulurdu aksine bundan zevk alırdı. Bu yüzden oyun ve eğlence bize günah olarak verildi. İnsan oğlunun mistik varoluş yeri olan cennet bahçelerinde iş ve boş zamanın bulanık olduğu (kesin bilginin olmadığı) yorgunluğun olmadığı ve dinlenmenin zorunlu olmadığı ütopyik bir dünya da rekreasyona da ihtiyaç yoktu (11).

Ütopyik bakış açısını bırakıp gerçek hayata baktığımızda tartışılmaz bir gerçek olan mükemmel yaratılışın bir sonucu olan insan yorulur ve dinlenmeye ihtiyacı vardır. Her ne kadar ilk insanlar hakkında yeterli kanıtlara sahip olmasak dahi insan, fizyolojik olarak her zaman dinlenmeye ihtiyaç duymuş ve duyacaktır. İlkel toplumlarda gerçekleştirilen av organizasyonları ve sonrasında yapılan kutlamalar buna örnek verilebilir. Stebbinn (2012) ye göre cinsellikte bir boş zaman etkinliği olarak hayatımızda yer almaktadır. İnsan neslinin devamlılığını göz önünde bulundurduğumuzda net ve tartışmasız bir şekilde bunu söyleye biliriz “insan var oldukça rekreasyon da var olacaktır”. Ve rekreasyona duyulan ihtiyaçta devamlılığını sürdürecektir. Fakat farklı toplum ve zaman dilimine göre rekreasyona duyulan ihtiyaçta farklılık göstermiştir.

19.yy sonlarına doğru gerçekleşen sanayi devrimi tarımla ilgilenen ve gün boyu hareket etmek zorunda olan insanların hareketsiz bir yaşamla karşılaşmalarına neden olmuştur. Hareket etme ihtiyacını gidermek için insanlar rekreasyon etkinliklerine yönelmişlerdir (62). Rekreasyona duyulan ihtiyaç, rekreasyon faaliyetlerin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan ileri gelmektedir. Yılmaz (2007)’ a göre dünyanın her yerinde insanlar fiziksel, ruhsal ve toplumsal yapıları yönünden rekreasyona muhtaçtır. 21.yy yaşam koşullarına bakıldığında insanların genellikle hep iyiye ya da hep daha fazlaya olan ilgileri gün geçtikçe artmaktadır. Bunun bir sonucu olarak insanlar bazı ekonomik kazanımlar elde edebilmek için sağlıklarını ve kaybedilen sağlıklarını geri kazana bilmek için de kazanımlarını harcamaktadırlar. Fakat bilinçli toplumlarda insanların zaman yönetimlerini iyi planlaya bilmeleri ve beden sağlığının yanı sıra ruh sağlığının da bir zorunluluk olduğunu bilmeleri rekreasyona duyulan ihtiyacı arttırmıştır. Nitekim İslamiyet gibi bazı kutsal dinlerde de zaman yönetiminin iyi yapılması günün belli

bir kısmının aile bireylerine veya kişisel ihtiyaçların giderilmesi için ayrılması tavsiye edilmiştir.

Rekreatif faaliyetler yaşam kalitesini arttıran ve hayata anlam kazandıran faaliyetlerdir. Bu bakımdan dünyanın her yerinde insanlar fiziksel, ruhsal ve toplumsal yararları nedeniyle rekreatif faaliyetlere katılmaktadırlar (139). Demirel ve Harmandar (2009) spor bilimi dışında ki diğer alanlarda da yapılan çalışmalarda bireylerin kaliteli bir yaşam için boş zamanlarında düzenli olarak fiziksel aktivitelere katılması gerektiğini belirtmektedir. Bireyin fiziksel aktivite seviyesinde ki artış Tip II diyabet gibi bazı hastalıkların azalmasına da yardımcı olmaktadır (164). Wong ve ark. (2003) düzenli bir şekilde gerçekleştirilen rekreatif yürüyüşlerin kalp sağlığını olumlu bir şekilde etkilediğini ve yaşlılık dönemindeki uyum sürecini de kolaylaştırdığını belirtmektedir.

Karaküçük (2005) rekreasyona duyulan ihtiyacı bu şekilde belirtmektedir. “ fiziki sağlık gelişiminin yaratılması, ruh sağlığı kazandırılması, insanı sosyalleştirmesi, yaratıcılık, kişisel beceri ve yeteneğini geliştirmesi, çalışma başarısı ve iş verimine etkisi, ekonomik hareketlilik ve insanı mutlu etmesi gibi birçok neden içermektedir”. Bazı ruhsal gereksinimlerini doyurma ve bireyde zarar görmüş şeylerin yeniden yaratılması ya da iyileştirilmesi için rekreasyona ihtiyaç duyulmaktadır (99)

Modern anlamda bir sosyal kurum, bilgiler topluluğu ve profesyonel bir çalışma, alanı olarak rekreasyon; işten bağımsız, kendi içinde değerli olan, kişinin pek çok ihtiyacını karşılayan, dolu ve mutlu bir hayat aracıdır. Bu yaklaşımla rekreasyon insanların gönüllü olarak boş zamanlarında katıldıkları ve kişisel olarak doyum sağladıkları aktiviteler olarak tanımlanabilir (169). Mackenzie (1978)'e göre bireylerin sekiz saatin üzerindeki çalışmalarında, verimlerinin hızla düştüğünü belirtmiştir. Ülkemizde bu durum yasal olarak güvence altına alınmıştır. *4857 sayılı İş Kanunu'nun 63. maddesi, haftalık çalışma süresinin 45 saat olduğunu, aksi kararlaştırılmadıkça bu sürenin çalışma günlerine eşit olarak dağıtılacağını hükme bağlamaktadır* (78). Böylece, bireylere çalışma zamanı dışında, çeşitli faaliyetlerle uğraşıp, dinlenebilecekleri daha fazla zaman tanınmıştır.

Yaşadığımız dönemi tüm kurumlarıyla tanımlayan sanayileşmenin getirdiği toplumsal yapılanma ve ilişkilerin yanı sıra çevre sorunlarından kaynaklanan, insanda ve onun yaşadığı çevrede meydana gelen olumsuz değişim, çağdaş insanın rekreasyonel gereksinimlerinin artmasına yol açmıştır (124).

Rekreasyon faaliyetlerine olan talep şu başlıklar altında toplanabilir,

- Ekonomik verimlilik ve çalışma koşullarındaki gelişmeler (Serbest zamanların artışı),
- Harcanabilir gelirin artması,
- Şehirleşme, - Nüfus artışı,
- Teknoloji, - Kitle iletişim araçlarının etkisi, reklam propaganda,
- Kültürel etki düzeyi,
- Çevre bilincinin artması,
- Siyasi otorite ve diğer kurumların etkisi (Bırol, 2014).

Kılbaş (2010), bireylerin rekreasyon etkinliklerine katılımında etkili olan temel ihtiyaçları şu şekilde sıralamıştır.

- Gruplaşma ihtiyacı,
- Kültürel etkileşim ihtiyacı,
- İletişim ihtiyacı,
- Eğitim ihtiyacı,
- Ödüllendirme ihtiyacı,
- Kendini yenileme ihtiyacı,
- Bütünleşme ihtiyacı.

Torkildsen (2005)'e göre günümüzde tüm yaş sınıflarına mensup bireylerin rekreasyona olan ihtiyacı artmıştır. Karaküçük (2005) te yaptığı çalışmasında rekreasyona duyulan ihtiyacı “kişisel ve toplumsal” olarak ayırmakta. Robinson (2003) rekreasyonun, fiziksel, sosyal ve psikolojik iyi olma hali üzerinde pozitif bir etkiye sahip olduğunu. Ayrıca düzenli olarak yapılan fiziksel etkinliklerin bireyin mental olarak güçlü olmasına katkı sağladığını belirtmektedir (10, 23, 42).

Lin ve Pao (2011) rekreasyona duyulan ihtiyacı kaliteli bir yaşama olan ihtiyaç olarak tanımlamaktadırlar. Sevil ve ark. (2012) ise rekreasyona duyulan ihtiyacı “kişisel, toplumsal ve psikolojik” olarak sınıflandırmaktadır.

### 2.12.1. Bireysel Nedenler

Sosyal yapıcılığın en önemli faktörlerinden biri olan rekreasyon katılımcısının deneyerek, isteyerek ve tecrübe ederek öğrenmesine olanak sağlamaktadır. Sarol (2013) te bireylerin kendilerini keşfetmesi veya ne tür becerilere sahip olduklarını anlamasının en kolay yolunun denemek olduğunu belirtmektedir. Bir başka ifade bu durumun gerçekleşebilmesi ancak kişinin istediği veya sevdiği bir işi yapmasına bağlıdır. Bunun da gerçekleşebilmesi rekreasyon ile mümkündür. Ayrıca Smale (2010) bu süreç içerisinde bireyin gevşemesi ve rahatlamasının yanı sıra bilgisinin de arttığını. Janssen (2004) rekreatif etkinliklerin bireyin yaşam kalitesini arttırdığını. American Planning Association (2003) bireyin kaygı ve depresyon düzeyini azalttığını. Coleman ve Iso-Ahola (2001) rekreasyon aktivitelerine katılmanın bireyi strese karşı koruduğu ayrıca strese karşı mücadele ettiğini. Kılbaş (1994)’e göre birey sosyal stütü ve ikinci bir kimlik oluşturmak amacı için katılım sağlayabileceğini belirtmektedirler.

Amerika’daki ulusal park servisi açık alan rekreatif etkinliklerin bireyin fiziksel ve zihinsel iyi olma haline kritik katkılarının olduğunu belirtmekte (162). Fiziksel faydaların yanı sıra, öz-güven, zihinsel tedavi ve ruhsal olarak iyi olmasına katkı sağlamaktadır (152).

Karaküçük (2005)’e göre rekreasyona duyulan ihtiyaç, rekreasyon faaliyetlerinin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan ileri gelmektedir. Karaküçük rekreasyona duyulan bireysel ihtiyacın nedenlerini aşağıdaki gibi sıralamaktadır.

1. Fiziki sağlık gelişimi yaratması: Gelişen teknolojiyle birlikte sedanter yaşam biçiminin yaygınlaşması bireyin tüketmesi gereken günlük enerji miktarının sarf edilmemesi ve bunun bir sonucu olarak da çeşitli sağlık problemlerinin ortaya çıkması.
2. Ruh sağlığı kazandırması: Bireyin günlük yaşam içerisinde karşılaştığı aile, iş, okul ve bazı çevresel nedenlerin sebep olduğu stres ve depresyon gibi



ruhsal bozuklukların bireyin özgür iradesi sonucu seçtiği rekreatif faaliyetin bireye özgürlük hissi tattırarak onun ruhsal zenginlik kazanmasına yardımcı olması. Aynı şekilde Boud ve Lawson da (2002) zaman diliminin nasıl kullanılacağını kişinin kendi özgür iradesi ve sağduyusuna bağlamıştır.

3. İnsanı sosyalleştirmesi: Rekreatif etkinliklerinin daha çok grupsal olarak gerçekleştirilmesi ve bu grubun bir parçası olan bireyin diğer grup üyeleriyle iletişim kurması ya da bazı durumlarda kurmak zorunda kalması bireyin sosyalleşmesine yardımcı olmaktadır. Ayrıca bireyin bazen katıldığı sanatsal ve sportif etkinlikler bireye tamamlayıcı bir statü kazandırarak sosyalleşmesine yardımcı olmaktadır.
4. Kişisel beceri ve yeteneklerin geliştirilmesi: Bireyin hoşlanarak yaptığı bir aktivite esnasında aktivitenin gerektirdiği gerekli beceri ve yetenek seviyesinin farkına varması ve bunun geliştirilmesi için çaba göstermesi.
5. Yaratıcı gücü geliştirmesi: Yaratıcılık her bireyin sahip olupta fark edemediği meziyetlerden bir tanesidir. Rekreatif etkinlikler esnasında karşılaşılan bazı sorunların çözümü veya çocukların bir araya gelerek yeni bir oyun keşfetmesi gibi bazı yaratıcı fikirlerin ortaya çıkması.
6. Çalışma başarısı ve iş verimliliğine etkisi: Bireyin sürekli aynı iş ile uğraşması bazı durumlarda işin sıradanlaşmasına ve işe olan ilginin (performansın) kaybolmasına sebep olmaktadır. Bu bakımdan iş yerinde gerçekleştirilen bazı rekreatif molaların çalışanın yenilenmesine ve iş verimliliğinin artmasına sebep olmaktadır.
7. Ekonomik hareketlilik sağlaması: Bireyin hobi olarak yaptığı hayvancılık veya tarımsal etkinlikler sonucunda maddi kazanımda elde edebilmesi.
8. İnsanı mutlu etmesi.

Bucher (1972)'e göre günümüzde mutlu, sağlıklı ve çağdaş insan rekreasyonla uğraşan insandır. Caldweel (2005) boş zaman katılımının bireyin duygusal, bilişsel, sosyal sağlığı ve iyi olması açısından çok önemli bulmaktadır. Robinson (2003) rekreasyonun sağladığı bireysel katkıların dolaylı olarak toplumsal pozitif çıktılarının elde edilmesini sağladığını belirtmiştir. Fontaine (2000) fiziksel aktivitenin mental olarak bireyin gelişimine katkıda bulunduğunu belirtmiştir

### 2.12.2. Toplumsal Nedenler

Toplumsal fayda olarak rekreasyonunu ele aldığımızda ilk aklımıza gelen sportif rekreasyon olmaktadır. Çünkü sportif rekreasyon hem bireysel hem de grup olarak gerçekleştirilen aktiviteler bütünüdür. Modern çağın en büyük hastalıklarından biri olan iletişimsizlik hastalığını yenebilmemiz için elimizdeki en önemli araç rekreasyondur. Artan gelir, büyüyen şehirler ve geniş aile yapısından çekirdek aile yapısına geçilen bu dönemlerde rekreasyonun hiçbir şekilde bir biri ile diyalogu olmayan bireyleri bir araya getirmesi rekreasyona duyulan en büyük ihtiyaç olarak görülmektedir. Kusursuz bir toplumun huzurlu bir bireye, bireyinde rekreasyona ihtiyacı vardır. Sarol (2013) toplumsal olarak rekreasyona duyulan ihtiyacı her kesimden bireyin birbirini tanınmasına, dostluk kurmasına ve ortak amaçlar etrafında çalışmasına olanak sağlayan bir araç olarak tanımlamaktadır. Modern yaşamda karşılaştığımız

Ekonomik statü, toplumsal mevkii, ırk, milliyet, eğitim ve kültürel farklılık gibi birçok etmen insanları birbirinden ayırmakta. Komşuluk, birlik ve arkadaşlık bağları da giderek zayıflamaktadır. Bu bakımdan grup aktivitesi olarak gerçekleştirilen boş zaman etkinlikleri bireylerin birbiri ile iletişim kurma ve bazı konularda paylaşım yapmalarına olanak tanıyarak dayanışma ortamı yaratması açısından önemlidir.

Rekreasyon, sosyal olarak bütünsel fayda sağladığı için toplumsal olarak önemli bir rol oynamaktadır (128). American Planning Association (2003) suç oranının azalmasında yardımcı olduğunu ve insanlar arasındaki güven duygusunu da arttırdığını belirtmekte. Bireyin toplumsal statü içerisinde aktif olarak yer almasının bir sonucu olarak sosyalleşmesini, böylece yalnızlaşmaktan ve yalnızlıktan kurtulacağını ayrıca sağlıklı bir gelişim gerçekleştireceğini belirtmektedir (135). Heintzman (1997) fiziksel olarak dezavantajlı durumda olan bireylerin çeşitli aktivitelere katılarak diğer bireylerin yaşam kalitesi hakkındaki farkındalıklarını arttırdığını. Emir (2012)' e göre boş zaman toplumsal olarak desteklenmeli ve teşvik edilmelidir.

Karaküçük (2005) rekreasyona duyulan ihtiyacın toplumsal nedenlerini aşağıdaki gibi sıralamaktadır.

1. Toplumsal dayanışma ve bütünleşmeyi sağlaması: Rekreasyon bir toplum içerisinde bulunan ve farklı din, ırk, sosyal konum, eğitim ve ekonomik farklılıklara sahip olan bireylerin rekreatif etkinlikler sayesinde bir araya gelerek sahip oldukları tüm farklılıkları bir tarafa bırakarak bütünleşmesini sağlamaktadır.
2. Demokratik bir toplumun yaratılmasına olanak sağlaması: Demokratik toplumlarda bireyin sahip olduğu farklılıkların belli bir rekreatif etkinlik amacıyla bir araya gelen bireylerin sahip oldukları kimlikler her ne olursa olsun bireyin karşısındaki bireye saygı göstermesi demokratik bir toplumun yaratılmasına yardımcı olmaktadır.

Kılbaş (2010) toplumsal olarak rekreasyona olan ihtiyacı tanımlarken, kendisiyle barışık olan bir bireyin çevresindeki insanlarla da barışık olacağı kendisini huzurlu hissedilen bireyin toplumsal huzurun sağlanması için de çaba göstereceğini ifade etmektedir.

### **2.12.3. Psikolojik Nedenler**

Psikolojik ihtiyaçların karşılanması ve doyurulması fizyolojik ihtiyaçlara bağlıdır. Maslow' un ihtiyaçlar hiyerarşisine de baktığımızda ilk sırada fiziksel ihtiyaçların temin edilmesi gelmektedir. Her insanın kendine özgü ihtiyaçları vardır ve bu ihtiyaçlar bireyin belli davranışları göstermesi için güdülenmesine neden olur. İnsanların ihtiyaçlarını tamamen veya mükemmellekle tatmin edilmesi nadiren oluşan bir durumdur. Bu nedenle insanlar bir şeyin eksikliğini duyduğu zaman bu eksikliği ortadan kaldıracak amaçlı eylemlerde bulunarak tatmin olmak ister (134).

Emir (2012)'e göre boş zaman disiplinler arası bir konu ve kişisel bir davranış formu olarak psikoloji ile ilişkilidir. Rekreasyon çalışmalarının bireyin mental performans, fiziksel performan, sağlık, yaratıcılık ve kültürel gelişmeler açısından önemli bir kavram olduğunu belirtmektedir (119). Caldweel (2005) kitap okuma, gezi ve kültürel ziyaretler içeren boş zaman aktivitelerine katılan bireyin bilişsel ve psikolojik olarak gelişim sağladığını belirtmiştir. Balcı ve ark. (2002) serbest zamanın pozitif yönde kullanımının ruhen sağlıklı gençlerin gelişimine katkı da bulunduğunu. Raglin (1990) ve Paluska & Schwenk (2000) düzenli olarak gerçekleştirilen aktivitelerin bireyin mental olarak güçlü olmasını sağladığını

belirtmektedirler. Mannell ve Kleiber (1997) boş zamanın bireyin psikolojisine katkı sağlayan birçok faktöre sahip olduğunu bunlardan bazılarını öğrenme, bireysel gelişim ve mental hastalıklara karşı mücadele etme olduğunu belirtmektedir.

Mannell ve Kleiber boş zamanın psikolojik faydaları hakkında yedi teori üzerinde tartışmışlardır (111):

1. *Keeping Idle Hands Busy Theory*: bireylerin bir işle meşgul oldukları zaman mutlu oldukları.
2. *Psychological Hedonism Theory*: bireylerin boş zamanı kullanarak mutlu olma, dinlenme ve eğlence arzusunu gerçekleştirmek (tamamlamak).
3. *Need-Compensation Theory*: bireylerin günlük hayatta karşılayamayacağı zorunlu ihtiyaçlarının boş zaman etkinlikleri ile karşılanması.
4. *Personal Growth Theory*: bireylerin kendilerini geliştirerek gerçek potansiyellerine ulaşması.
5. *Identity Formation and Affirmation Theory*: bireylerin birbirlerine verdiği geri bildirim ve mesajların bireyin gelişim sürecindeki kimlik oluşumuna nasıl yardımcı olduğu.
6. *Buffer and Coping Theory*: bireyin günlük hayatta karşılaşacağı zor durumlara karşı mücadele edebilmesi (dayanması).
7. *Activity and Substitution Theory of Aging*: bireyin yaş gelişimine bağlı olarak gerçekleştirdiği aktivitelerin zamanla başka aktivitelerle yer değiştirmesi.

“Psikolojik yarar hali, insanın ruh sağlığını ifade etmektedir. Ruh sağlığının iyi olması da kişinin kendisiyle ve çevresiyle sürekli bir denge ve uyum içinde olmasıdır” (Yörükoğlu, 1980’den aktaran: 58).

### 2.13. Rekreasyonun Amacı

Rekreasyon, kelime anlamı olarak çok geniş bir yelpazeye sahip bu bakımdan birçok araştırmacı rekreasyonu tanımlarken farklı yol ve yöntemler izlemiştir. Bu sebepten dolayı kesin ve net sınırlar dâhilinde bir tanım yapmak ve ya rekreasyonu sınırlamak oldukça güçtür.

Rekreatif etkinliklere katılım bireyin yaşına, cinsiyetine, eğitim durumuna, sosyal statüsüne ve ekonomik özgürlüğüne göre çeşitlilik gösterebilir. Farklı bilim insanlarına göre rekreasyona katılım amacının farklı tanımlandığını görmekteyiz.

Örnek vermek gerekirse; Robinson (2003) katılımcısına pozitif katkılar sağladığı için. Szabo ve Abraham (2012) birey üzerindeki pozitif etkileri arttırdığını ve negatif etkileri azalttığı için. Tarrant ve ark. (1994) ve Hartig (1991) fiziksel olarak sağladığı yararlar için. Biddle (1995) ve Brown ve ark. (2000) fiziksel olarak aktif ve mental olarak sağlıklı olma gibi farklı amaçlar için katılım sağlanmaktadır.

Ekinci (2016)'ye göre rekreasyonun amaçlarından biride bireyin sosyalleşmesi ve daha çok arkadaş edinmesini sağlamaktır. Bu şekilde gelişen şehirlerde azalan sosyal ilişkilerin bireyleri yalnızlığa itmesi bunun bir sonucu olarak da genç neslin yalnızlığını gidermek için oyun salonlarına veya en yakınlarındaki bilgisayar ve mobil uygulamalarla baş başa kaldığı bununda oyun bağımlısı bir nesille sonuçlanacağını belirtmektedir.

Bu bakımdan hem bireysel olarak hem de toplumsal olarak rekreasyona olan ihtiyaç her geçen gün daha da önemli bir hal almaktadır. Bu sebeple rekreasyon hakkındaki bilgilendirmenin gerek sivil toplum kuruluşları gerek üniversiteler ve en önemlisi hükümet programlarında yer alarak siyasi olarak da toplumsal bütünleşmeyi sağlayan en önemli faktörlerden biri olan rekreasyonun yaygınlaştırılması ve toplumun her kesiminden bireyin bundan yararlanmasını amaçlamak zorunluluk arz etmektedir.

### 3. YÖNTEM

#### 3.1. Çalışmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinlikler hakkındaki farkındalıklarının araştırılmasıdır. Rekreatif etkinliklerin kendileri için ne anlam ifade ettiğini ve rekreasyondan gerçek anlamda nasıl kazanımlar elde edebileceklerini belirlemektir.

#### 3.2. Çalışmanın Deseni

Çalışma deseni amaca uygun olduğu düşünülen nicel araştırma yöntemlerinden tarama araştırması (cross-sectional/survey) tekniği ele alınmıştır. Bu yöntem sosyal ve spor bilimlerinde yoğun şekilde kullanılan bir yöntem olmakla birlikte genellikle evren üzerinden elde edilen veriler çeşitli ilişkilerin incelenmesi için kullanılır ve genele yordanabilir (65). Ölçek geliştirme çalışmaları, genellikle deneysel süreç ya da kuramsal süreçler ile gerçekleştirilir. Deneysel süreçte literatür ya da uzman yaklaşımları sayesinde aday ölçek formu elde edilir ve hedef kitle ile benzer özellikler taşıyan bir örneklem grubuna deneme uygulaması yapılarak ölçek maddelerine ilişkin psikometrik özellikler belirlenerek ideal maddelerden nihai form elde edilir (168).

#### 3.3. Çalışma Grubu

Çalışma 2 aşamadan oluşmaktadır. Birinci aşamada basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen 140 üniversite öğrencisi gönüllü olarak yer almıştır. Fakat 8 öğrencinin veri toplama aracına verdiği cevaplar eksik olduğu için değerlendirme dışı tutulmuştur. Basit seçkisiz örnekleme/basit tesadüfi örnekleme yöntemine (simple random sampling) göre evrende yer alan her bir örnekleme biriminin eşit seçilme olasılığı bulunmaktadır (31, 85, 163,38). Bu aşamada pilot çalışma yapılmıştır.

İkinci aşamada da birinci aşamada olduğu gibi basit seçkisiz yöntemle seçilen 980 üniversite öğrencisi yer almıştır. Fakat outliers test sonuçlarına göre 39 veri toplama aracı çalışma dışı tutularak 941 öğrencinin (360 kadın, 581 erkek) verileri üzerinden 2. aşama gerçekleştirilmiştir. Bu aşamada veri toplama aracının geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Bu doğrultuda açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör

analizlerinin yanı sıra çalışma doğrultusunda belirlenen hipotezler sınanmıştır. Comrey ve Lee (1992) faktör analizinde yeterli örneklem büyüklüğü için 50'nin çok zayıf, 100'ün zayıf, 200'ün orta, 300'ün iyi, 500'ün çok iyi ve 1000'in mükemmel olduğunu belirtmektedirler. Faktör analizinde en az 300 örneklem sayısının uygun olduğu genel kural olarak ortaya konmaktadır.

### **3.4. Veri Toplama Aracı**

Çalışmada veri toplama aracı olarak pilot çalışma için araştırmacı tarafından düzenlenen 3 soruluk kişisel bilgi formunun yanı sıra uzman görüşlerinden sonra son halini alan 45 maddelik anket kullanılmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik aşamasında ise 10 soruluk kişisel bilgi formu ve pilot çalışma sonucunda madde faktör yükü düşük olan (.288) bir sorunun çıkartılmasıyla 44 maddeye indirgenen anket formu kullanılmıştır. Ankete verilen cevaplar 1 –kesinlikle katılmıyorum' dan 5- kesinlikle katılıyorum şeklinde 5' li likert tipi değerlendirme yöntemi kullanıldı. Veri toplama aracının oluşturulma aşaması aşağıda detaylı şekilde açıklanmıştır.

### **3.5. Veri Toplama Aracının Oluşturulması**

Ölçek geliştirilirken literatürde belirtilen ölçek hazırlama aşamaları incelenmiş (31) ve çalışmada bu araştırmacıların önerileriyle tutarlı olarak şu üç aşama izlenmiştir: 1) Problemin tanımlanması, 2) Ölçek maddelerinin oluşturulması ve uzman görüşünün alınması, 3) Ölçeğin ön uygulamasının yapılması ve son şeklinin verilmesi.

Veri toplama aracının geliştirilmesi aşamasında ilgili literatür incelenmiş ve direkt olarak rekreasyon farkındalığı ile ilgili bir ölçüm aracına ne ülkemizde nede dış alan yazında rastlanmamıştır. Fakat benzer konularda yapılan bazı çalışmalar (85, 92, 86, 70, 93, 26, 107, 111) biçimsel ve içerik olarak incelendikten sonra araştırmacı tarafından üretilen 55 maddelik bir soru formu oluşturuldu.

Bu form daha sonra odak grup görüşmeleri kapsamında 20 üniversite öğrencisine dağıtılarak görüşleri alındı. Odak grubun büyüklüğü hakkında yapılan çalışmalara baktığımızda önemli olan faktörün odak grubun fazla büyük olmaması ve odak grup çalışmasında önemli olan bir diğer faktörün de kendini tekrarlayan odak grubun ideal sayı olduğudur (7). Odak grup görüşmeleri sorulara verilen cevaplarda doyuma ulaşıncaya tekrar edilmiş ve 4. tekrarda doyuma ulaşıldığı gözlemlenmiştir.

Soru formunun kapsam geçerliliğinin belirlenmesi amacıyla uzman görüşlerine dayalı nitel sonuçları, istatistiksel nicel sonuçlara dönüştüren Lawshe kapsam geçerlilik oranları hesaplanmıştır. Bu teknikte uzmanların maddelere yönelik görüşleri toplanarak hesaplanmakta en az 5 en fazla 40 uzman görüşüne ihtiyaç duyulmaktadır. Maddeler hakkında yapılan değerlendirme “madde hedeflenen yapıyı ölçüyor”, madde yapı ile ilişkili ancak gereksiz” ya da “madde hedeflenen yapıyı ölçmez” şeklinde derecelendirmeleri istenmiştir (168).

Rekreasyon alan uzmanlarının (akıcılık, açıklık, ifadelerin yazımı ve anlaşılabilirlik) ve Türk Dili uzmanlarının (dilün uygun kullanımı açısından) sorular hakkındaki görüşleri alındıktan sonra anlamsal olarak karmaşıklık içeren maddeler çıkartıldı. Elde edilen uzman görüşü sonuçları madde madde incelenerek her bir madde için Lawshe kapsam geçerlilik oranı (KGO) aşağıdaki formül kullanılarak hesaplandı.

$$KGO=(N_G \div N/2)-1$$

$N_G$  : maddeye yönelik görüş belirten toplam uzman sayısı,

$N$  : değerlendirmede yer alan toplam uzman sayısı,

Bu formüle göre, KGO değeri 0 ya da negatif olan maddeler (uzmanların yarısının ya da yarısından fazlasının madde hakkındaki görüşünün “gerekli” olmadığı hakkında görüş belirtmesi) soru formundan çıkartılmalıdır (7).

Uzman görüşleri sonucunda 55 soruluk soru formundan sınır olarak kabul edilen değerlerin altında kalan 10 sorunun çıkartılmasıyla 45 soruluk nihai form oluşturularak veriler toplandı

Bu çalışmada yanıtlayıcı merkezli uygulama yöntemi kullanıldı. Torgerson (1958), ölçekleri uygulanış biçimine göre iki grupta toplamaktadır; (a) yanıtlayıcı merkezli ve (b) gözlemleyici merkezli ölçekler. Çoktan seçmeli testler, tutum ölçekleri, anketler gibi ölçme araçları yanıtlayıcı merkezli ölçekler kapsamındadır (168).

Pilot çalışma neticesinde elde edilen veriler değerlendirildiğinde 5 numaralı maddenin madde toplam korelasyon katsayısı. 30’ un altında olduğundan ölçekten çıkartıldı. Büyüköztürk (2002) .30 ve .50 arası yük değerinin orta düzeyde bir büyüklük olarak tanımlamakta ve değişken çıkartmada bu değerlerin dikkate



alınması gerektiğini belirtmektedir. 2. Aşamada yapılan açıklayıcı faktör analizi değerlendirildiğinde ölçeğin 3 faktör altında toplandığı görüldü. Fakat madde 6'nın hiçbir faktör altında toplanmadığı, madde 16 ve madde 33' ün de iki faktörde birden toplanması sonucu bu maddeler de çıkartılarak 41 maddelik 3 faktörlü ölçek elde edildi.

Elde edilen faktörlerin adlandırılması aşamasında Dumazedier'in boş zamanın üç temel fonksiyonundan: *eğlenme* (entertainment) ve *kendini geliştirme* (self improvement) fonksiyonları alt boyutlarımızdan "haz eğlence" ve "kendini geliştirme" ile, Bammel ve Bammel'in *kişisel toplum kuramı* (personal community theory) alt boyutlarımızdan "sosyal başarı" alt boyutlarının adlandırılmasında kaynak alınmıştır (90) .

Ayrıca rekreasyon farkındalığı ile ilgili Mannell ve Kleiber (1997) şu teorileri öne sürmektedir:

1. *Keeping Idle Hands Busy Theory*: bireylerin bir işle meşgul oldukları zaman mutlu oldukları.
2. *Psychological Hedonism Theory*: bireylerin boş zamanı kullanarak mutlu olma, dinlenme ve eğlence arzusunu gerçekleştirmek (tamamlamak).
3. *Personal Growth Theory*: bireylerin kendilerini geliştirerek gerçek potansiyellerine ulaşması.
4. *Buffer and Coping Theory*: bireyin günlük hayatta karşılaşacağı zor durumlara karşı mücadele edebilmesi (dayanması) ve sosyal olarak başarılı olması.

Bu çalışmanın gerçekleştirilmesinde ve şekillenmesinde yukarıda belirtilen çalışmalar ve teoriler yönlendirici olmuştur.

### **3.6. Çalışma Prosedürü ve Verilerin Toplanması**

Öncelikle çalışmanın gerçekleştirile bilmesi için Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulundan ve Sağlık Bilimleri Enstitüsünden gerekli izinler ve etik raporlar alındı. Daha sonra çalışmanın gerçekleştirileceği fakültelere dilekçe yoluyla başvurularak veri toplamak için gerekli izinler alındı. Veriler randevu tarihlerinde araştırmacı tarafından ders başlangıçlarında olmak kaydıyla – geçerli açıklamalar yapılarak- yüz yüze görüşme yöntemi kullanılarak toplandı.

### 3.7. Verilerin Analizi

Verilerin analizi aşamasında izlenen yol aşağıda detaylı şekilde açıklanmasının yanı sıra şekil 2 de görsel olarak yer almaktadır.

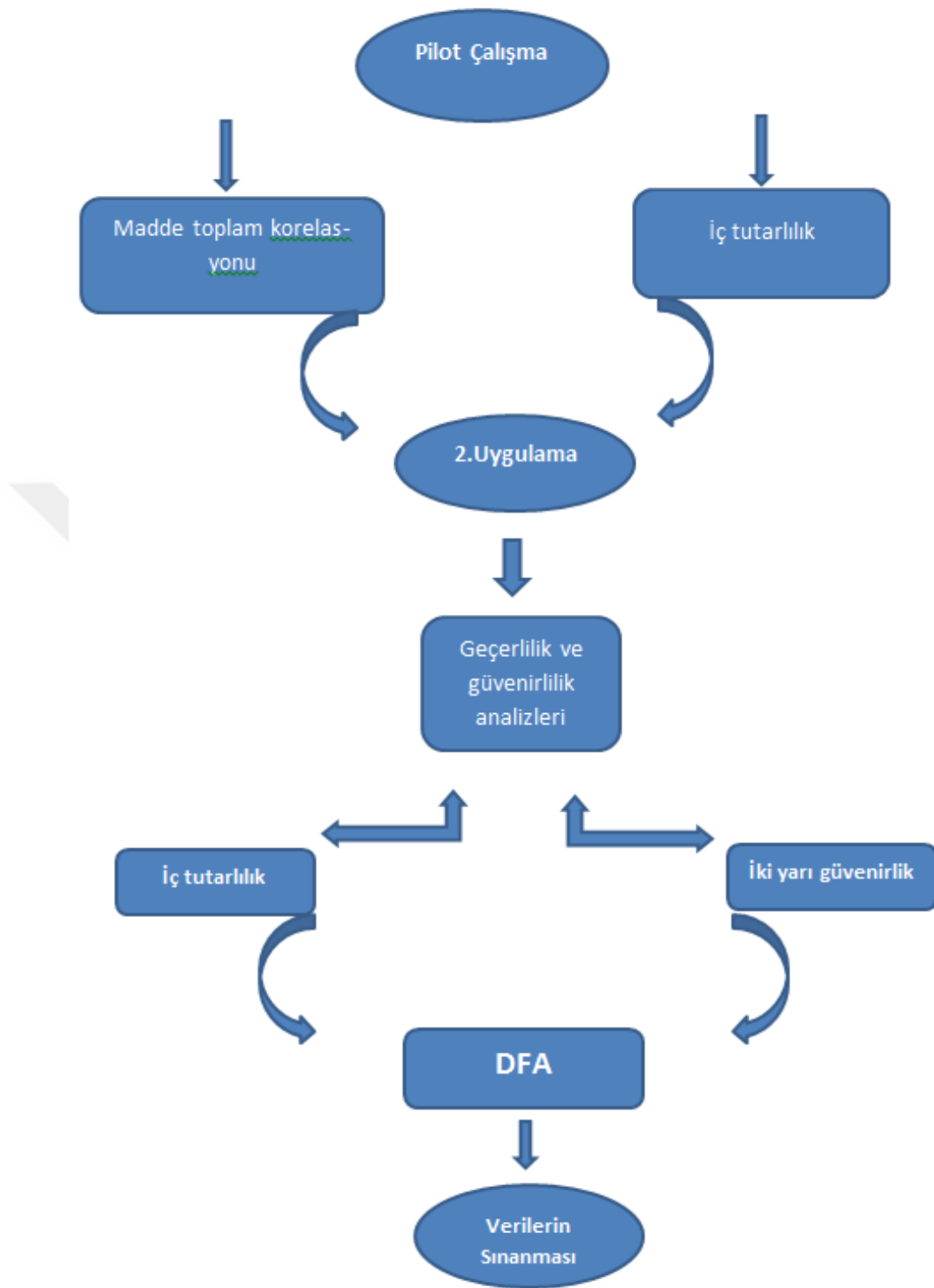
#### 3.7.1. Pilot Uygulama

Verilerin analizi aşamasında 45 madde olan veri toplama aracının pilot uygulaması yapılmıştır. Pilot uygulamada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ve madde toplam kolerasyon değerleri incelenmiştir. Pilot çalışmada öğrencilere uygulanan ölçek 45 maddeden oluşan beşli likert tipi (1= tamamen katılıyorum, 2=katılmıyorum, 3= kararsızım, 4= katılıyorum, 5= tamamen katılıyorum) ile derecelendirilmiştir. Pilot çalışmaya ilişkin bulgular tablo 1 de yer almaktadır.

#### 3.7.2. Geçerlik, Güvenirlik ve Hipotezlerin Sınanması

Bu aşamada veri toplama aracının geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılmasının yanı sıra çalışma doğrultusunda belirlenen hipotezler sınanmıştır. Bu aşamada ilk olarak pilot çalışma neticesinde 44 maddeye düşen veri toplama aracının açıklayıcı faktör analizi (AFA) yöntemiyle örtük yapısı açıklanmıştır. Verilerin faktör analizi için uygunluğu Kaiser-Meier-Olkin (KMO) ve Barlett' s test of Sphericity testleri ile incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre KMO değeri 0,941 Barlett testi X2 değeri ise 17346,65 ( $p<0.001$ ) olarak hesaplanmıştır. KMO' nun .60 dan yüksek, Barlett testinin de anlamlı çıkması verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir (137).

Daha sonra ölçeğin boyutlarının belirlenmesi amacıyla yapılan açıklayıcı faktör analizinde verilerin faktör yapısı varimax rotasyonu yöntemi ile faktör analizine tabi tutuldu ve ölçeğin toplam varyansın % 43' ünü açıklayan üç boyutlu bir yapıyı desteklediği belirlenmiştir. İlgili literatür incelenmiş ve bu alt boyutlar (1. boyut Haz/Eğlence, 2. boyut Sosyal/Başarı 3. boyut Kendini Geliştirme) olarak adlandırılmıştır ( bak: Tablo 2). Açıklayıcı faktör analizi ile elde edilen örtük yapının model uyumunun incelenmesi amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır (bak. Şekil 2, tablo 3). DFA neticesinde doğrulanan faktörler ve toplam ölçek için iç tutarlılık ve iki yarı güvenilirlik analizleri ile veri toplama aracının güvenilirliği test edilmiştir. Analiz sonuçları tablo 3' de yer almaktadır.



Şekil 3.1. Veri analizinde izlenen yol

## 4. BULGULAR

### 4.1. Pilot Çalışmaya Ait Bulgular

Bu bölümde yapılan pilot çalışmaya ait bulgular yer almaktadır.

**Tablo 4.1.** Pilot çalışmaya ait bulgular

Madde no	Madde Toplam Korelasyonu	Madde çıkarıldığında Cronbach's Alpha
s1	.414	.963
s2	.611	.963
s3	.402	.963
s4	.429	.963
<b>s5</b>	<b>.288</b>	<b>.964</b>
s6	.488	.963
s7	.517	.963
s8	.434	.963
s9	.703	.962
s10	.621	.963
s11	.710	.962
s12	.660	.962
s13	.657	.962
s14	.472	.963
s15	.575	.963
s16	.683	.962
s17	.596	.963
s18	.646	.962
s19	.715	.962
s20	.658	.962
s21	.638	.963
s22	.653	.962
s23	.758	.962
s24	.536	.963
s25	.709	.962
s26	.552	.963
s27	.713	.962
s28	.690	.962
s29	.633	.963
s30	.708	.962
s31	.674	.962
s32	.726	.962
s33	.715	.962
s34	.699	.962
s35	.386	.963
s36	.642	.962
s37	.649	.962
s38	.584	.963
s39	.703	.962
s40	.345	.964
s41	.594	.963

Madde no	Madde Toplam Korelasyonu	Madde çıkarıldığında Cronbach's Alpha
s42	.688	.962
s43	.711	.962
s44	.639	.962
s45	.627	.962
Toplam ölçek Cronbach' s Alpha		.963
Madde sayısı		45

140 katılımcı ile yapılan pilot çalışmada, madde havuzunda bulunan 45 sorunun madde toplam korelasyon değerleri ve iç tutarlık kat sayıları hesaplanmıştır. Madde toplam korelasyon katsayısı için .30 eşik olarak alınmıştır (31). Analiz sonucuna göre 5 numaralı maddenin madde toplam korelasyon katsayısı .30' un altında olduğundan ve ilgili madde çıkartıldığında maddelerin toplamı için hesaplanan iç tutarlık katsayısında artış gözleendiğinden dolayı madde 5 çıkartıldı.

#### 4.2. Rekreasyon Farkındalık Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Rotated Component Matrix<sup>a</sup>

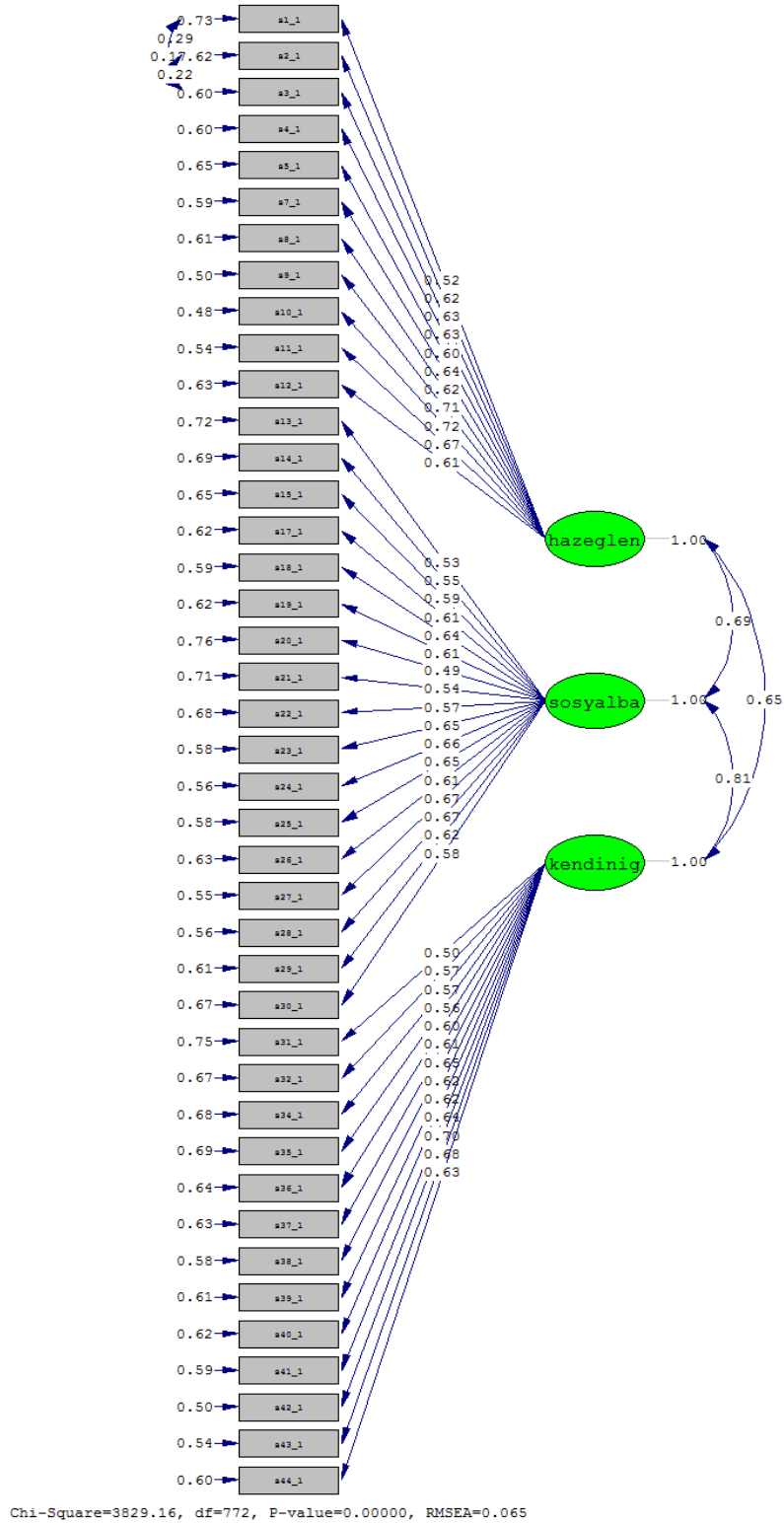
	Component		
	1	2	3
S(26)	,680		
S(25)	,669		
S(24)	,656		
S(27)	,639		
S(23)	,621		
S(18)	,609		
S(28)	,582		
S(17)	,581		
S(15)	,553		
S(29)	,542		
S(14)	,530		
S(19)	,508		
S(22)	,468		
S(13)	,451		
S(30)	,449		
S(20)	,442		
S(21)	,404		
S(2)		,738	
S(10)		,703	
S(3)		,685	
S(1)		,669	
S(7)		,634	
S(4)		,626	
S(8)		,608	
S(9)		,607	
S(11)		,589	
S(5)		,549	
S(12)		,531	
S(41)			,698
S(36)			,645
S(42)			,631
S(40)			,614
S(43)			,608
S(37)			,597
S(35)			,585
S(38)			,575
S(49)			,557
S(44)			,508
S(34)			,487
S(32)			,432
S(31)			,404

Açıklanan toplam varyans %43.327

Açıklayıcı faktör analizi sonucu ölçek 3 faktör altında toplandığı görüldü. Analiz sonuçlarına göre madde 6 hiçbir faktör altında toplanmadığı, madde 16 ve madde 33' ün iki faktörde birden toplandığı sonucuna ulaşıldı. Bu nedenle ilgili

maddeler ölçekten çıkartılmıştır. 41 maddelik veri toplama aracı toplam varyansın %43' ünü açıklamaktadır. Madde faktör yüklerine bakıldığında ise faktörlerde yer alan her bir maddenin faktör yükünün .40' in üzerinde olduğu görülmektedir. AFA sonrasında ortaya konan 3 faktörlü yapı üzerinde DFA uygulandı. Ölçeğe ilişkin DFA sonuçları şekil 1' de Path grafiğinde gösterilmiştir.





Şekil 4.1. Rekreasyon farkındalık ölçeği Path grafiği



**Tablo 4.2.** Veri toplama aracı için uyum indeks değerleri

Uyum İndeksi	Mükemmel Uyum Ölçütü	Kabul Edilebilir Uyum Ölçütü	Araştırma Bulgusu	Sonuç
<b>X2/df</b>	$\leq 3$	4-5	3829.16	Kabul edilebilir uyum
<b>RMSEA</b>	$\leq .05$	.05-.10	0.065	Kabul edilebilir uyum
<b>CFI</b>	$\geq .95$	$\geq .90$	0.96	Mükemmel uyum
<b>NNFI</b>	$\geq .95$	$\geq .90$	0.96	Mükemmel uyum
<b>NFI</b>	$\geq .95$	$\geq .90$	0.95	Mükemmel uyum
<b>IFI</b>	$\geq .95$	$\geq .90$	0.96	Mükemmel uyum
<b>RFI</b>	$\geq .95$	$\geq .90$	0.95	Mükemmel uyum
<b>GFI</b>	$\geq .90$	$\geq .85$	0.85	Kabul edilebilir uyum
<b>AGFI</b>	$\geq .90$	$\geq .85$	0.85	Kabul edilebilir uyum

Kaynak: (Seçer, 2015, s. 122; 114, 74).

41 maddeli ölçek için birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre X2/df, RMSEA, GFI ve AGFI değerlerine ilişkin uyum değerlerinin kabul edilebilir uyum düzeyinde NNFI, CFI, NFI, IFI ve RFI değerlerine ilişkin uyum değerlerinin ise mükemmel uyum düzeyinde olduğu anlaşılmaktadır. Veri toplama aracına ait güvenilirlik analiz sonuçları tablo 3' te yer almaktadır.

**Tablo 4.3.** Veri toplama aracı için güvenilirlik sonuçları

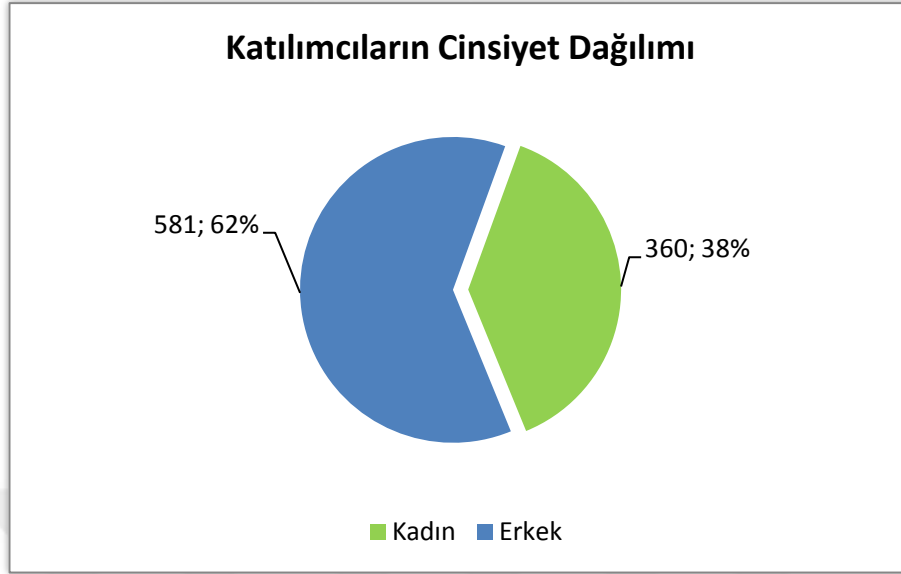
	İç Tutarlık	İki Yarı Güvenirlik
Toplam Ölçek	.948	.967
Haz/Eğlence	.885	.839
Sosyal/Başarı	.905	.862
Kendini Geliştirme	.884	.860

Analiz sonuçlarına göre toplam ölçek ve alt boyutlar için hesaplanan gerek iç tutarlık gerekse de iki yarı güvenilirlik sonuçları yüksektir.

### 4.3. Çalışma Hipotezlerine Ait Bulgular

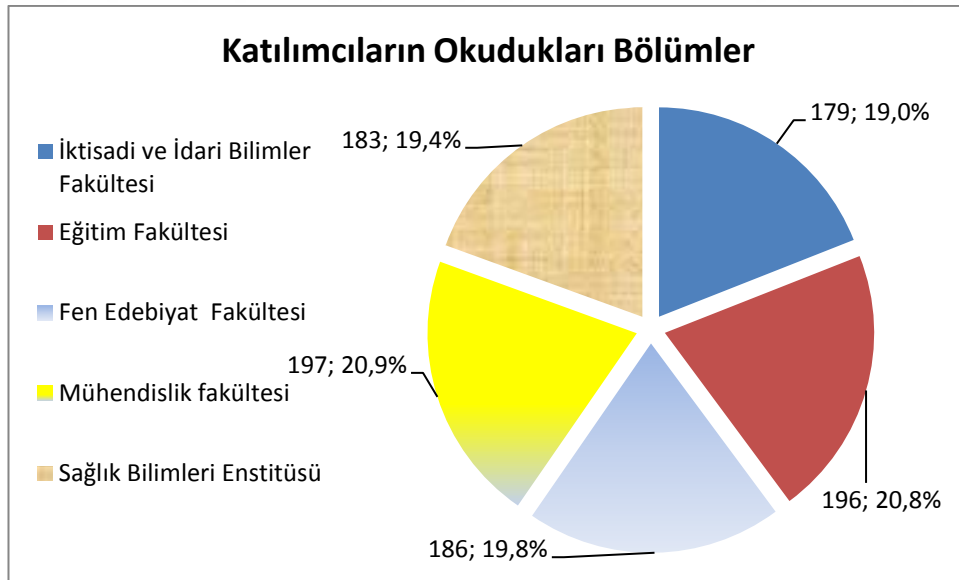
Bu bölümde katılımcıların genel özelliklerine ve çalışma hipotezlerinin sınanmasına yönelik bulgular yer almaktadır.

#### 4.3.1. Katılımcıların Genel Özelliklerine İlişkin Bulgular



**Grafik 4.1.** Katılımcıların cinsiyetlerinin dağılımları

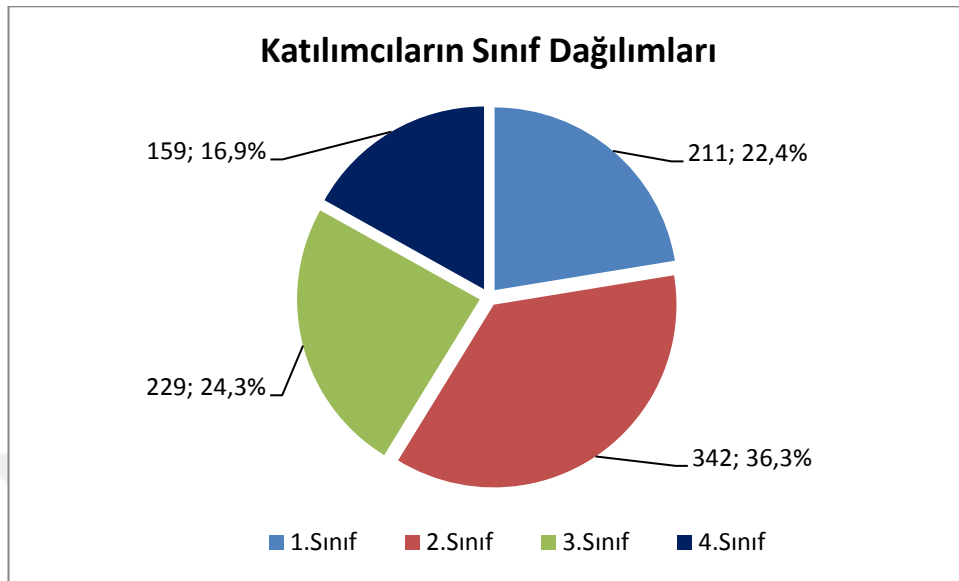
Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin cinsiyetlerine göre dağılım oranlarına bakıldığında %38' i n=360 kadın %62' si n=581 ise erkek olduğu anlaşılmaktadır.



**Grafik 4.2.** Katılımcıların okudukları bölüm dağılımları

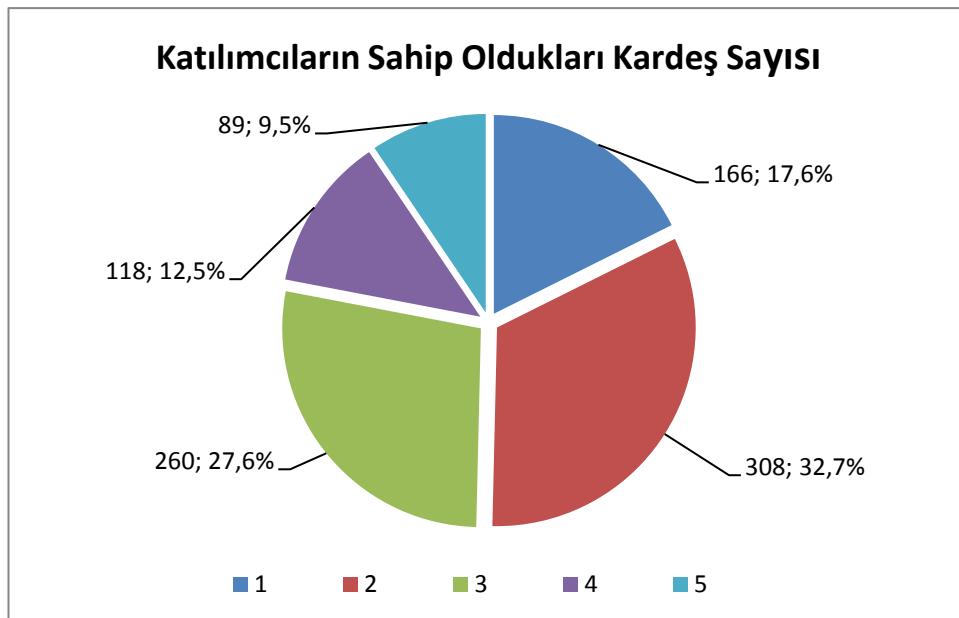
Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin okudukları fakülte ve enstitülere bakıldığında katılımcıların %19'u n=179 İktisadi ve idari bilimler fakültesinde, %20,8'i n=196 Eğitim fakültesinde, %19,8'i n=186 Fen edebiyat

fakültesinde, %20,9'u n=197 Mühendislik fakültesinde ve %19,4'ü n=183 Sağlık bilimleri enstitüsünde eğitim görmektedir.



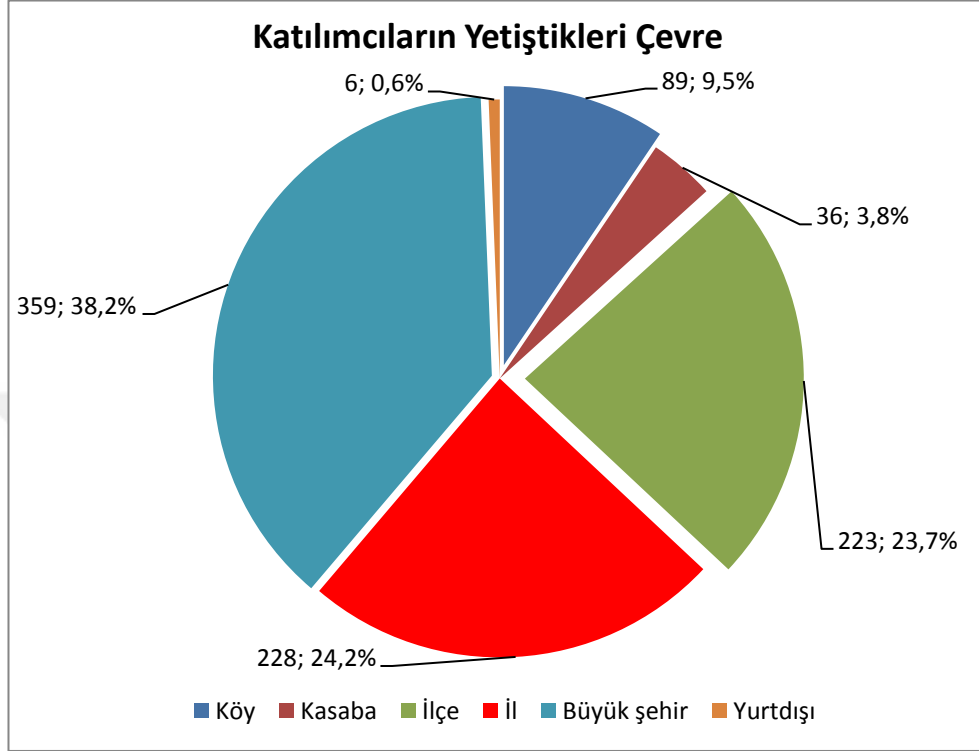
**Grafik 4.3.** Katılımcıların sınıflarının dağılımları

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin %36,3'ü n=342 2. Sınıf %24,3'ü n=229 3. Sınıf, %22,4'ü n=211 1. Sınıf, %16,9'u n=159 4. Sınıf öğrencisi olduğu anlaşılmaktadır.



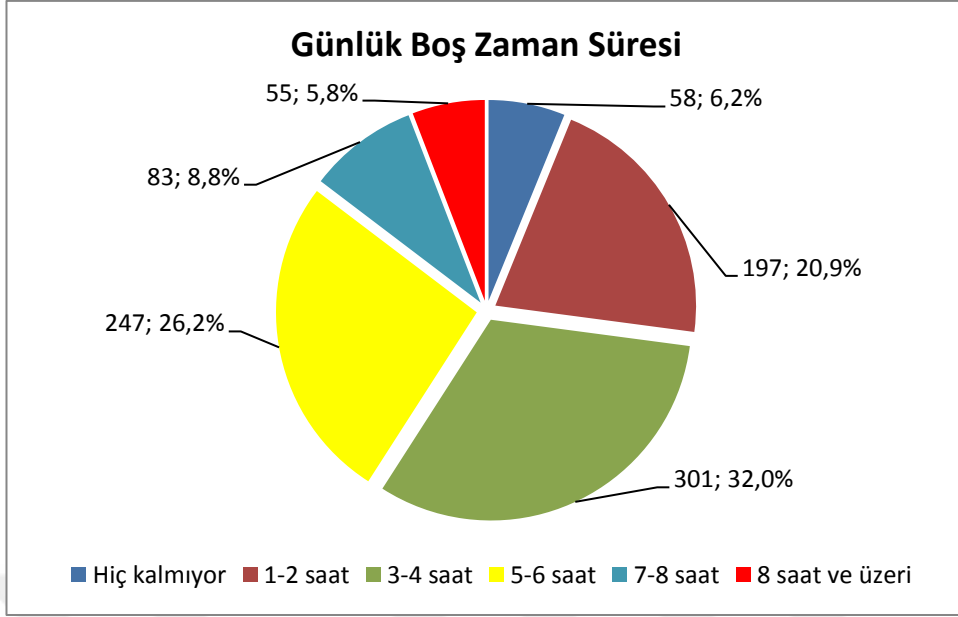
**Grafik 4.4.** Katılımcıların sahip oldukları kardeş sayıları

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin %32,7'si n=308 2 kardeşe, %27,6'sı n=260 3 kardeşe, %17,6'sı n=166 1 kardeşe, %12,5'i n=118 4 kardeşe, %9,5'i n=89 5 kardeşe sahiptir.



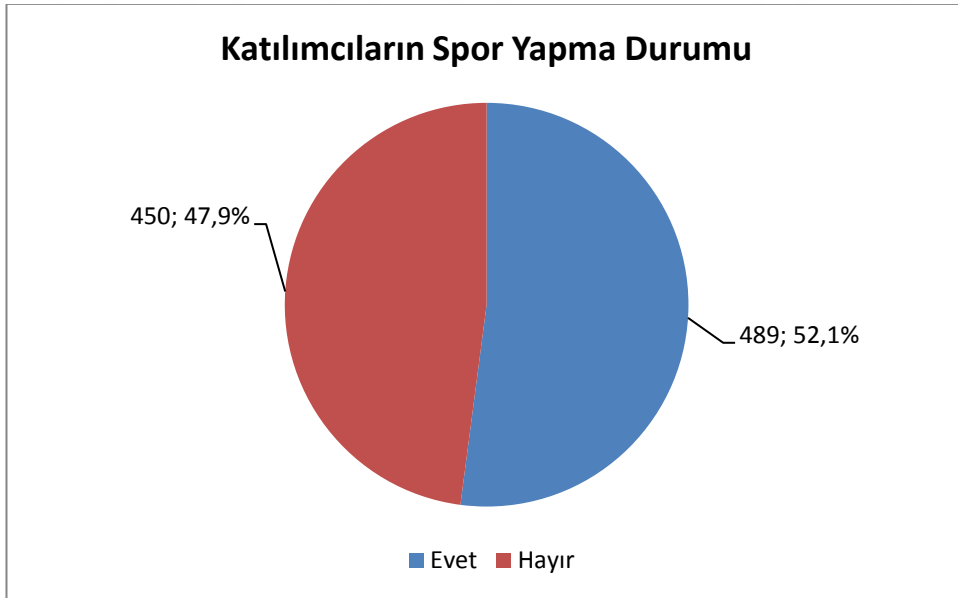
**Grafik 4.5.** Katılımcıların yetiştikleri çevreye göre dağılımları

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin %38,2'si n=359 büyük şehirlerde, %24,2'si n=228 illerde, %23,7'si n=223 ilçelerde, %9,5'i n=89 köylerde, %3,8'i n=36 kasabalarda ve %0,6'sı n=6 yurtdışında yetişmiştir.



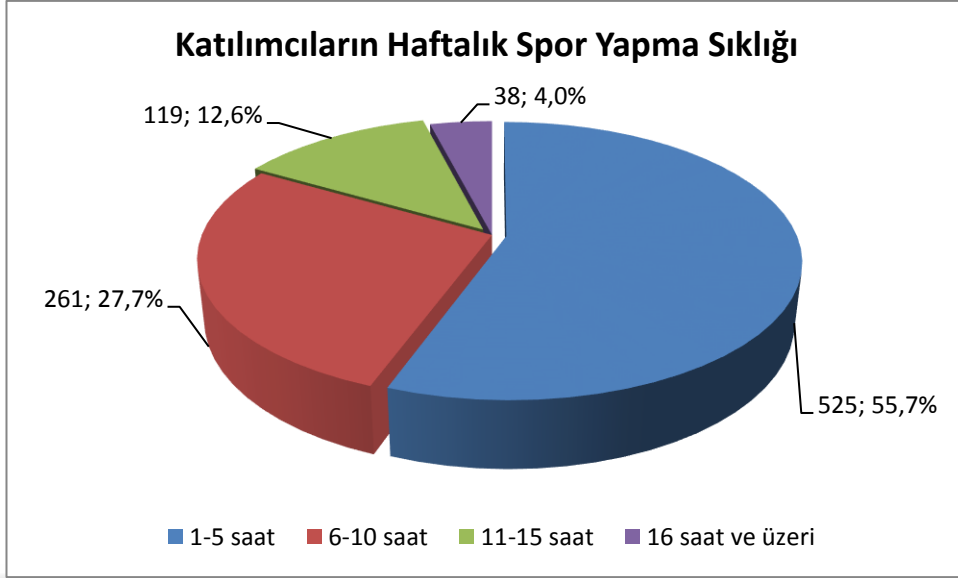
**Grafik 4.6.** Katılımcıların günlük sahip oldukları boş zaman süreleri

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin %32'si n=301 3-4 saat, %26,2'si n=247 5-6 saat, %20,9'u n=197 1-2 saat, %8,8'i n=83 7-8 saat, %6,2'si n=58 boş zamanın hiç kalmadığına ve %5,8'i n=55 8 saat ve üzeri boş zamana sahip olduğu anlaşılmaktadır.



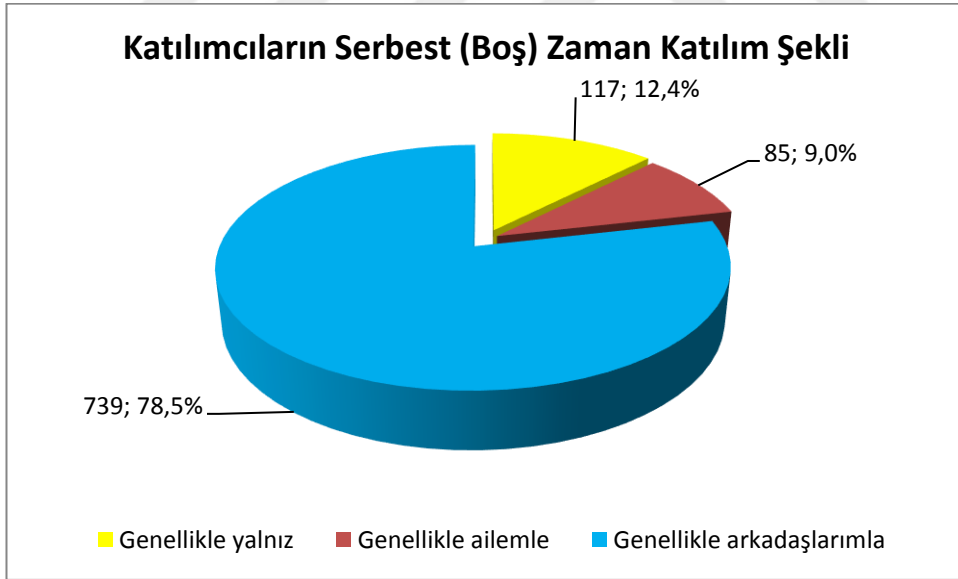
**Grafik 4.7.** Katılımcıların spor yapma durumu

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin %52,1'i n=489 spor yapıyor, %47,9'u n=450 spor yapmıyor.



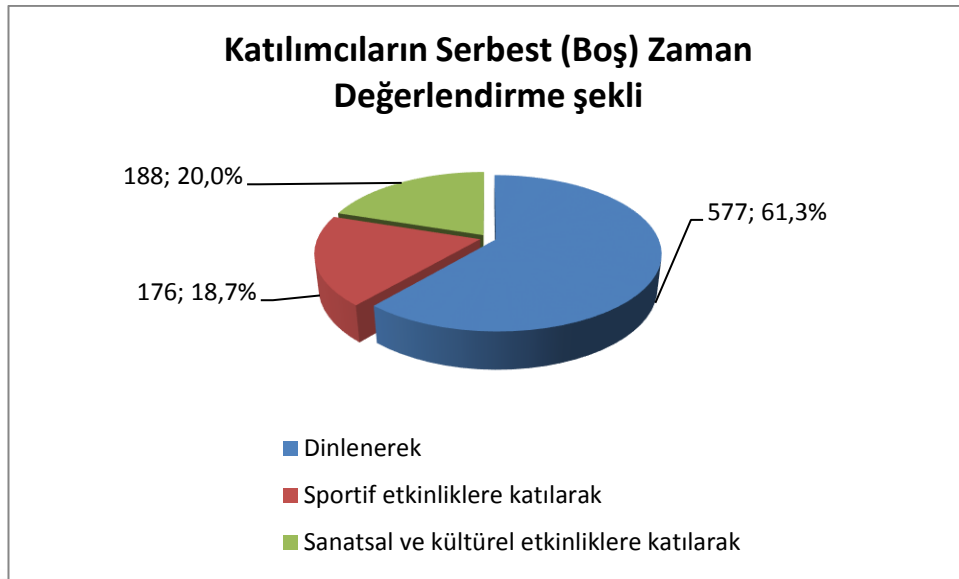
**Grafik 4.8.** Katılımcıların haftalık spor yapma sıklığı (saat)

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin %55,7'si n=525 1-5 saat, %27,7'si n=261 6-10 saat, %12,6'sı n=119 11-15 saat ve %4'ü n=38 16 saat ve üzeri spor yapmaktadır.



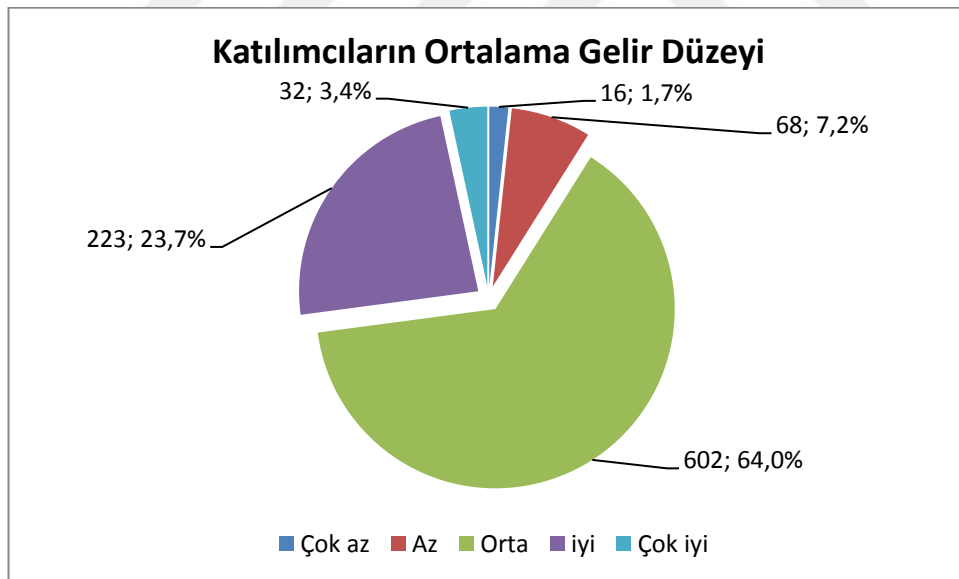
**Grafik 4.9.** Katılımcıların serbest (boş) zaman katılım şekilleri

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin %78,5'i n=739 genellikle arkadaşlarla, %12,4'ü n=117 genellikle yalnız, %9'u n=85 genellikle aileleriyle vakit geçirmektedirler.



**Grafik 4.10.** Katılımcıların serbest (boş) zaman değerlendirme şekli

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin %61,3'ü n=577 dinlenerek, %20'si n=118 sanatsal ve kültürel etkinliklere katılarak, %18,7'si n=176 sportif etkinliklere katılarak boş zamanlarını değerlendirmektedirler.



**Grafik 4.11.** Katılımcıların aylık ortalama gelir düzeyleri

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin %64,'ü n=602 orta, %23,7'si n=223 iyi, %7,2'si n=68 az, %3,4'ü n=32 çok iyi ve %1,7'si n=16 çok az gelir seviyesine sahiptir.

#### 4.3.2. Hipotez 1. Rekreasyon Farkındalığını Ölçmek Amacıyla Geliştirilen Veri Toplama Aracının Geçerlilik ve Güvenirliliği

Pilot çalışma neticesinde 44 maddeye düşen veri toplama aracının açıklayıcı faktör analizi (AFA) yöntemiyle örtük yapısı açıklanmıştır. Verilerin faktör analizi için uygunluğu Kaiser-Meier-Olkin (KMO) ve Barlett' s test of Sphericity testleri ile incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre KMO değeri 0,941 Barlett testi X2 değeri ise 17346,65 ( $p < 0.001$ ) olarak hesaplanmıştır. KMO' nun .60 dan yüksek, Barlett testinin de anlamlı çıkması verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir (Seçer, 2015: 79).

Açıklayıcı faktör analizi ile elde edilen örtük yapının model uyumunun incelenmesi amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır (bak. Şekil 2, tablo 3). DFA neticesinde doğrulanan faktörler ve toplam ölçek için iç tutarlık ve iki yarı güvenirlilik analizleri ile veri toplama aracının güvenirliliği test edilmiştir. Analiz sonuçları tablo 3' de yer almaktadır.

Elde edilen bu sonuca göre hipotez 1 reddedildi.

#### 4.3.3. Hipotez 2. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Rekreasyon Farkındalıkları

**Tablo 4.4.** Cinsiyet durumuna göre manova testi sonuçları

	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart sapma
<b>Haz Eğlence</b>	Kadın	360	4,10	0,65
	Erkek	581	4,07	0,63
	Toplam	941	4,08	0,64
<b>Sosyal Başarı</b>	Kadın	360	4,11	0,55
	Erkek	581	4,03	0,57
	Toplam	941	4,06	0,56
<b>Kendini Geliştirme</b>	Kadın	360	4,18	0,55
	Erkek	581	4,09	0,58
	Toplam	941	4,12	0,57

Katılımcıların cinsiyetlerine göre rekreasyon farkındalığı incelendiğinde herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir Wilk's  $\lambda = .016$ ,  $F(1-939) = 2.300$ ;  $p = .076$ , partial  $\eta^2 = .007$ . Her bir alt boyut için .016 anlamlık düzeyinde ayrıca yapılmış olan ANOVA test sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyetlerine göre hiç bir alt boyutta anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (sırasıyla  $p = .539$ ,  $p = .034$ ,  $p = .026$ ;  $p > .016$ ).



Elde edilen sonuçların anlamlı olmaması kadın ve erkeklerin rekreatif anlamda farklı beklentilere sahip olduğu bu nedenle sonuçların anlamlı olmadığı söylenebilir. Hudson (2000) yapmış olduğu çalışmada, boş zaman faaliyetlerine katılmada cinsiyete bağlı önemli farklılıklar olduğunu belirtmektedir.

Elde edilen bu sonuca göre hipotez 2 kabul edilmiştir.

#### 4.3.4. Hipotez 3. Katılımcıların Spor Yapıp Yapmama Durumlarına Göre Rekreasyon Farkındalıkları

**Tablo 4.5.** Spor yapma durumuna göre manova testi sonuçları

	Spor Yapma	N	Ortalama	Standart sapma
Haz Eğlence	Evet	491	4,13	0,64
	Hayır	450	4,03	0,63
	Toplam	941	4,08	0,64
Sosyal Başarı	Evet	491	4,09	0,56
	Hayır	450	4,02	0,56
	Toplam	941	4,06	0,56
Kendini Geliştirme	Evet	491	4,15	0,58
	Hayır	450	4,10	0,57
	Toplam	941	4,12	0,57

Katılımcıların spor yapıp yapmama durumlarına göre rekreasyon farkındalıkları incelendiğinde herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir Wilk's  $\lambda = .079$ ,  $F(1-939) = 2.272$ ;  $p = .079$ ,  $\text{partial } \eta^2 = .007$ . Her bir alt boyut için  $.016$  anlamlık düzeyinde ayrıca yapılmış olan ANOVA test sonuçlarına göre katılımcıların spor yapma durumlarına göre haz eğlence alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmişken ( $p = .010$ ;  $p < .016$ ), sosyal başarı ve kendini geliştirme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (sırasıyla  $p = .539$ ,  $p = .034$ ,  $p > .016$ ).

Elde edilen bu sonuç sportif amaçlı katılım sağlanan rekreatif etkinliklerin birincil temel amacının katılım sağlanan etkinlikten haz ve eğlence elde etmek olduğu söylenebilir. Avşar (2014)'ün "beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sosyal beceri düzeylerinin belirlenmesi" adlı çalışması ile paralellik göstermektedir. Avşar'ın elde ettiği sonuçlara göre beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sosyal duyarlılık ve sosyal kontrol alt boyutlarında vermiş olduğu cevapların anlamlı olmadığını belirtmiştir. Fakat Akgün (1986) spor etkinliklerinin bireyi sosyal,

duygusal gelişim yönünden de olumlu katkılar sağladığını. Aynı şekilde bu etkinliklerin yaratıcılık ve liderlik gibi yetenekleri de işlevsel hale getirdiğine değinmektedir.

Elde edilen bu sonuca göre hipotez 3 kabul edilmiştir.

#### 4.3.5. Hipotez 4. Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Şekillerine Göre Rekreasyon Farkındalıkları

**Tablo 4.6.** Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme şekillerine göre manova sonuçları

		N	Ortalama	Standart Sapma
Haz Eğlence	Dinlenerek	577	4,03	0,63
	Sportif etkinliklere katılarak	180	4,18	0,62
	Sanatsal ve kültürel etkinliklere katılarak	184	4,16	0,66
	Toplam	941	4,08	0,64
Sosyal Başarı	Dinlenerek	577	4,02	0,56
	Sportif etkinliklere katılarak	180	4,07	0,57
	Sanatsal ve kültürel etkinliklere katılarak	184	4,15	0,56
	Toplam	941	4,06	0,56
Kendini Geliştirme	Dinlenerek	577	4,08	0,56
	Sportif etkinliklere katılarak	180	4,20	0,64
	Sanatsal ve kültürel etkinliklere katılarak	184	4,18	0,53
	Toplam	941	4,12	0,57

Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme biçimlerine göre rekreasyon farkındalıkları incelendiğinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir Wilk's  $\lambda = .981$ ,  $F(2-938) = 3.036$ ;  $p = .006$ ,  $\text{partial } \eta^2 = .010$ . Bu farklılıkların hangi alt boyutlarda olduğunun belirlenmesi için .016 anlamlık düzeyinde yapılan ANOVA test sonuçlarına göre haz/eğlence alt boyutundaki farklılık istatistiki açıdan anlamlı bulunurken ( $p = .004$ ;  $p < .016$ ), sosyal başarı ve kendini geliştirme alt boyutlarında ki farklılıklar istatistiksel açıdan anlamlı değildir (sırasıyla  $p = .031$ ,  $p = .018$ ;  $p > .016$ ).

Bu sonuca göre bireyin boş zamanlarında katılım sağladığı rekreatif etkinlikteki öncelikli amacının dinlenmek olduğu söylenebilir. Fakat Ekinci ve ark. (2015) bireyin genellikle boş zamanlarında katılım sağladığı rekreatif etkinlikteki temel beklentisinin sosyalleşme olduğunu belirtmektedir.

Elde edilen bu sonuca göre hipotez 4 reddedildi.

#### 4.3.6. Hipotez 5. Katılımcıların Okudukları Fakülteye Göre Rekreasyon Farkındalıkları

**Tablo 4.7.** Katılımcıların okudukları fakülteye göre manova sonuçları

	Fakülte-Enstitü	N	Ortalama	Standart Sapma
Haz Eğlence	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	179	4,19	0,51
	Eğitim Fakültesi	196	3,97	0,73
	Fen Edebiyat Fakültesi	186	4,06	0,62
	Mühendislik fakültesi	197	4,01	0,63
	Sağlık Bilimleri Enstitüsü	183	4,21	0,65
	Toplam	941	4,08	0,64
Sosyal Başarı	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	179	4,14	0,53
	Eğitim Fakültesi	196	3,97	0,58
	Fen Edebiyat Fakültesi	186	4,02	0,53
	Mühendislik fakültesi	197	4,00	0,60
	Sağlık Bilimleri Enstitüsü	183	4,16	0,55
	Toplam	941	4,06	0,56
Kendini Geliştirme	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	179	4,21	0,50
	Eğitim Fakültesi	196	4,05	0,66
	Fen Edebiyat Fakültesi	186	4,02	0,49
	Mühendislik fakültesi	197	4,09	0,60
	Sağlık Bilimleri Enstitüsü	183	4,25	0,57
	Toplam	941	4,12	0,57

Katılımcıların öğrenim gördükleri fakülte değişkenine göre rekreasyon farkındalıkları incelendiğinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir Wilk's  $\lambda = .963$ ,  $F(4-936) = 2.947$ ;  $p = .000$ , partial  $\eta^2 = .012$ . Bu farklılıkların hangi alt boyutlarda olduğunun belirlenmesi için .016 anlamlık düzeyinde yapılan ANOVA test sonuçlarına göre her bir alt boyutta anlamlı olduğu tespit edilmiştir (sırasıyla  $p = .000$ ,  $p = .002$ ,  $p = .000$ ;  $p < .016$ ).

Elde edilen bu sonuca göre enstitü ya da fakülte fark edilmeksizin üniversite düzeyinde eğitim gören tüm öğrencilerin rekreatif etkinlikler hakkında anlamlı düzeyde bir farkındalığa sahip olduğu söylenebilir.

Bu sonuç, Julian ve Dawn (2006)'nın “ üniversite öğrencilerinin rekreatif alan kullanımları hakkındaki farkındalıkları” adlı çalışması ile paralellik göstermektedir. Julian ve Dawn yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin %91'inin rekreatif etkinlik alanları hakkında farkındalığa sahip olduğu ve bunu da genellikle sağlıklı yaşamak adına katılım sağladıkları rekreatif etkinliklerin bir sonucu olarak değerlendirmektedir.

Elde edilen bu sonuca göre hipotez 5 reddedildi.



## 5. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklerin sağladığı faydalar hakkındaki farkındalıklarının araştırılması için bir veri toplama aracının geliştirilmesidir. Rekreasyon farkındalığı; rekreasyon etkinliklerinin bireylere sağladığı faydalar hakkındaki farkındalıkları ile ilgili bir kavramdır. Literatür incelendiğinde Mannell ve Stynes (1991: 461) rekreasyona katılımın sağladığı faydaları 21 kategoride incelemiştir. Bu kategoriler psikolojik, fizyolojik, çevresel, sosyal ve ekonomik vb. olarak karşımıza çıkmaktadır. Driver (1990) de benzer şekilde rekreasyona katılımın fiziksel, psikolojik ve sosyal faydalarından bahseder. Bireylerin bu faydalar hakkındaki farkındalıkları onların rekreasyona katılımlarında ve aktivite seçimlerinde etkin rol oynayabilmektedir (53).

Schwenk (2000) düzenli olarak gerçekleştirilen aktivitelerin bireyin mental olarak güçlü olmasını sağladığını belirtirken; Sawyers (1994) ve Chodzko-Zajko (1998) bireyin toplumsal statü içerisinde aktif olarak yer almasının bir sonucu olarak sosyalleşmesini, böylece yalnızlaşmaktan ve yalnızlıktan kurtulacağını ayrıca sağlıklı bir gelişim gerçekleştireceğini belirtmektedir. Bu çalışmalar rekreasyona duyulan ihtiyacın önemini ortaya koymaktadır. Bu ihtiyacın tam olarak giderilebilmesi için de rekreatif etkinliklerin bilinçli bir şekilde gerçekleştirilmesi gerekmektedir. Bilinçli bir şekilde gerçekleştirilen rekreatif etkinlikler hem bireysel hem de toplumsal anlamda büyük kazanımlar sunacaktır.

Çalışma bulguları incelendiğinde pilot çalışma neticesinde elde edilen iç tutarlık katsayısı ve madde toplam kolerasyon puanlarının yeterli olduğu düşünülmektedir. Nitekim Büyüköztürk (2012) madde toplam kolerasyon puanının test maddelerinden alınan puanlar ile testin toplam puanı arasındaki ilişkiyi açıkladığını belirtirken, genel olarak madde toplam kolerasyonunun .30 ve daha yüksek olması gerektiğini ifade etmektedir. Ayrıca toplam iç tutarlık katsayısının da yeterli düzeyde olduğu düşünülmektedir (64). Çalışmada geliştirilmek istenen veri toplama aracının örtük yapısının belirlenmesi için Açıklayıcı Faktör Analizi yapıldı. Varimax döndürmesi sonucunda sonuçları veri toplama aracının toplam varyansın %43.371'ini açıklayan 3 faktörde toplanan 41 maddeli bir yapıyı desteklediğini göstermiştir. Açıklanan örtük yapının uyumu ise doğrulayıcı faktör analizi yöntemi

ile test edilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre 41 madde ve 3 faktörlü yapı için uyum indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu tespit edilmiştir (Erkorkmaz vd, 2013, Çapık 2014, Seçer 2015, 98, Schumacker ve Lomaks 2010, 85). Veri toplama aracının geçerli olduğunun anlaşılmasından sonra ölçek güvenirlik, iç tutarlık ve iki yarı güvenirlik yöntemleri ile sınanmıştır. Analiz sonuçlarına göre toplam ölçek ve alt boyutlar için hesaplanan iç tutarlık ve iki yarı güvenirlik sonuçlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir (64). Ölçek için hesaplanan bir toplam puan olmamakla birlikte, ölçeğe verilen cevaplar 1 –kesinlikle katılmıyorum-, 5 –kesinlikle katılıyorum- şeklinde 5’ li likert tipi ölçek üzerinden değerlendirilmektedir. Dolayısıyla ilgili alt boyuttan alınan puan yükseldikçe o alt boyut hakkındaki farkındalığın arttığı söylenebilir.

## 6. SONUÇ

1. Çalışma bulguları 41 madde ve 3 boyuttan oluşan Rekreasyon Farkındalık ölçeği' nin (RFÖ) üniversite öğrencilerinin rekreasyon farkındalıklarını ölçebilecek bir araç olduğu sonucunu göstermektedir.
2. AFA ve DFA bulguları sonucunda 41 maddeden oluşan Rekreasyon Farkındalık Ölçeği'nin faktör deseni ve model yapısı doğrulanmış ve Türkiye'deki üniversite öğrencileri için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak ortaya çıkmıştır. Ölçeğin toplam iç tutarlılık güvenilirliği .94 alt boyutlara ait iç tutarlılık güvenilirlikleri ise haz eğlence .88, sosyal başarı .90 ve kendini geliştirme .88 olarak bulundu.
3. Rekreasyon farkındalık ölçeği Mannell ve Kleiber (1997) *Keeping Idle Hands Busy Theory*: bireylerin bir işle meşgul oldukları zaman mutlu oldukları, *Psychological Hedonism Theory*: bireylerin boş zamanı kullanarak mutlu olma, dinlenme ve eğlence arzusunu gerçekleştirmek (tamamlamak), *Personal Growth Theory*: bireylerin kendilerini geliştirerek gerçek potansiyellerine ulaşması ve *Buffer and Coping Theory*: bireyin günlük hayatta karşılaşacağı zor durumlara karşı mücadele edebilmesi (dayanması) gibi teoriler ile desteklenerek teorik anlamda da geçerliliğini korumaktadır.

## 7. ÖNERİLER

Yapılan literatür taraması ve çalışma bulguları doğrultusunda şu öneriler sunulmaktadır:

1. Alan yazında rekreasyon ile ilgili çalışmalar incelendiğinde ülkemizde rekreasyon alanında yapılan çalışmalarda bazı durumlarda kavram karmaşası yaşandığı düşünülmektedir. Bu sebeple genellikle kullanılan “Serbest Zaman” ya da “Boş Zaman” kavramlarının gerek etimolojik olarak gerekse de içerik olarak daha net anlaşılmasının sağlanmasının gerekliliği düşünülmektedir.
2. Bu çalışmada üniversite öğrencileri için rekreasyon farkındalık ölçeği geliştirilmiştir. Her ne kadar çalışma bulguları ölçek için olumlu düşünmemizi sağlasa da farklı örneklemeler üzerinde yeniden geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmasında fayda olduğu düşünülmektedir.
3. Çalışma bulguları neticesinde bireylerin yetiştikleri çevre faktörü incelendiğinde çevrenin bireylerin rekreatif etkinlikler hakkındaki farkındalıklarını arttırdığı görülmüştür. Buna göre rekreatif hizmetlerin genellikle şehir merkezlerine değil de imkanlar nispetinde köy ve kasabalarda da yapılması rekreasyon bilincini arttıracaktır.
4. Çalışma bulguları neticesinde bireylerin boş zaman etkinliklerine genel olarak katılma şekli ile rekreatif etkinlikler hakkındaki farkındalıklarının boş zamanlarını genellikle arkadaşlarıyla geçiren bireyler açısından daha anlamlı olduğunu gösterdi. Bu bakımdan insanların sosyalleşme bilmesi için gerek üniversite kampüslerinde gerek şehir merkezlerinde bu anlamda çeşitli yatırımların yapılması sosyal bir toplum kurma önündeki büyük bir engeli ortadan kaldıracığı düşünülmektedir.
5. Her ne kadar çalışmanın alanda yapılacak benzer çalışmalara katkı sağlayacağı ve yol gösterebileceği düşünülse de çalışmanın başında ifade edilen sınırlılıkların kaldırılarak veya minimize edilerek çalışmanın farklı örneklemeler üzerinde yapılmasında fayda olduğu düşünülmektedir.



## KAYNAKÇA

1. Açıkalın A. (1998). *Toplumsal, Kurumsal ve Teknik Yönleriyle Okul Yöneticiliği*, (4. Basım), Pegem Yayınları, Ankara.
2. Ağılönü A. (2007). *Yerel Yönetimlerde Rekreasyon Hizmetleri ve Model Belirleme (Fethiye Örneği)*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
3. Akatay A. (2003). *Örgütlerde Zaman Yönetimi*, Selçuk üniversitesi sosyal bilimler dergisi Sayı 10, 281-300.
4. Akgün N. (1986). *Egzersiz Fizyolojisi*, Ege Üniversitesi BESYO Yayınları, İzmir.
5. Akkaya S. (2008). *Üniversite Öğrencilerinin Popüler Kültür Etkinlikleri ve Boş Zaman Alışkanlıkları*, Doktora Tezi, Anadolu üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
6. Akyıldız M. (2013). *Boş Zamana "Ciddi" Bir Bakış: Boş Zaman Araştırmalarında Ciddi Boş Zaman Teorisi*, Pamukkale Journal of Sport Sciences, 4(2) p. 46-59.
7. Akyıldız M. (2013). *Ciddi ve Kayıtsız Katılımcıların Kişilik Özellikleri ile Boş Zaman Tatmini Arasındaki İlişki*, Anadolu üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Eskişehir.
8. Akyıldız M. (2013). *Ciddi ve Kayıtsız Katılımcıların Kişilik Özellikleri ile Boş Zaman Tatmini ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişki*, Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Eskişehir.
9. American Planning Association, (2003). How Cities Use Parks to Improve Quality of Life in Older Persons, Presidents Council on Physical Fitness and Sport Research Digest, 3 (4).
10. Anderson R.J., & Brice, S. (2011). *The mood-enhancing benefits of exercise: Memory biases augment the effect*, Psychology of Sport & Exercise, 12, 79–82.
11. Arcangeli A. (2003). *Recreation in the Renaissance, Attitudes towards Leisure and Pastimes in European Culture, 1425–1675*.

12. Arslan S. (2010). *Yetişkin Kent Halkının Belediyelerin Serbest Zaman Eğitimi İle Rekreasyon Etkinliklerinin Sunumuna ve Yaşam Kalitesine Etkisine İlişkin Görüşleri (Ankara Büyükşehir Belediyesi Örneği)*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yaşam Boyu Öğrenme ve Yetişkin Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.
13. Atalay A, Akbulut A.K, Yücel A.S. (2013). *Bireylerin Sosyal Algı ve Sosyalleşme Düzeylerinin Gelişiminde Rekreasyonel Uygulamaların Önemi*, Uluslararası Hakemli Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi, 1 (1), 18-29.
14. Ataman Yancı H.B. (2010). *Öğretilebilir Zihinsel Engeli Olan Çocukların Ruhsal ve Sosyal Uyumunda Sportif Rekreasyonun Önemi*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.  
Australia: Phillip Institute of Technology.
15. Avşar Z. (2014). *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi*, Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi XVII (2), 111-130
16. Bahadır T.K. (2010). *Rekreasyon Faaliyetlerine Katılan 13-15 Yaş Grubu Öğrencilerin Yaşam Kalitesi ve Bazı Psikolojik Özelliklerinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
17. Bakır M. (1990). *Rekreasyon ve Turizm İlişkisinin Turizm Politikalarının Oluşturulmasındaki Önemi*, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm programı, İstanbul.
18. Balcı V. (2003). *Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması*, Milli Eğitim Dergisi, 158, 161-173.
19. Balcı V., Demirtaş, M., Gürbüz, B., İlhan A, Ersöz V. (2002). *Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması*, 7. Uluslararası Spor Bilimleri 123-131.
20. Balcı A. (2011). *Sosyal Bilimlerde Araştırma: Yöntem, Teknik ve İlkeler*, 9. Baskı, Pegem Akademi, Ankara
21. Bammel G. & Bammel Lei L. B. (1992). *Leisure and Human Behaviour*, W.C. Brown Puplication, 2<sup>nd</sup> Edition, Atlanta.

22. Behar C. (2003). *A Neighborhood in Ottoman Istanbul: Fruit Vendors and Civil Servants in the Kasap Ilyas Mahalle*, Albany: State University of New York.
23. Berger B.G., & Motl, R.W. (2000). *Exercise and mood: A selective review and synthesis of research employing the Profile of Mood States*, Journal of Applied Sport Psychology, 12, 69–92.
24. Biddle S. (1995). *Exercise and psychological health*, Research Quarterly for Exercise and Sport, 66, 292–297.
25. Birol S.Ş. (2014). *Sportif Rekreasyon Uygulama Politikaları Üzerine Bir Araştırma*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
26. Bona L.D. (2000). *What are the Benefits of Leisure? An Exploration Using the Leisure Satisfaction Scale*, British Journal of Occupational Therapy 63(2).
27. Boud B., M., Lawson, F. (2002). *Tourism and Recreation: Handbook of Planning and Design*, Architectural Press, 1.
28. Brown W.J., Mishra, G., Lee, C., & Bauman, A. (2000). *Leisure time physical activity in Australian women: Relationship with well being and symptoms*, Research Quarterly for Exercise and Sport, 71, 206–216.
29. Bull C., Hoose, J., Weed, M. (2003). *An Introduction to Leisure Studies*. London: Prentice – Hall.
30. Burton N, Turrell G and Oldenburg B. (2003). *Participation in Recreational Physical Activity: Why do Socioeconomic Groups Differ?* Health Education Behavior, 30(2), 225-244.
31. Büyüköztürk Ş, Kılıç Çakmak E, Akgün Ö.E, Karadeniz Ş, Demirel F. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, 11. Baskı, Pegem Akademi, Ankara.
32. Büyüköztürk Ş. (2002). Faktör Analizi: Temel Kavramlar ve Ölçek Geliştirmede Kullanımı, Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, sayı 32, 470-480
33. Caldwell L. L. (2005). *Leisure and health: Why is leisure therapeutic?*, British Journal of Guidance & Counselling, 33(1), 7-26.
34. Canay A. (2005). *Çocuğunuz ve Siz*, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.

35. Carrel A. (1977). *Yarınlara Doğru*, (Çeviri. R. Özek). Yağmur Yayınları, 3. Baskı, İstanbul.
36. Chick G. (2009). *Leisure and culture: Issues for an anthropology of leisure*, Leisure Sciences, 20(2), 111-133, DOI: 10.1080/01490409809512269.
37. Chodzko zajko W.J. (1998). *Implications for Health and Quality of Life in Older Persons*, Presidents Council on Physical Fitness and Sports Research Digest, pp 1-8,
38. Coleman Denis; Iso-Ahola, Seppo E. (2001). *Effects of Recreation and Park District on Human Development and Other Benefits*, Excerpt from CRPD Draft Master Plan Update.
39. Çokluk Ö., Şekercioğlu G., Büyüköztürk Ş. (2012). *Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik SPSS ve LISREL Uygulamaları*, Pegem Akademi 2. Baskı, Ankara.
40. Çoruh Y. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Rekreatyonel Eğilimleri ve Rekreatyonel Etkinliklere Katılımına Engel Olan Faktörler (Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Örneği)*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
41. Çubuk M. (1984). *Turizmin Dinlenme-Eğlenme ve Boş Zamanları Değerlendirme İle Bütünleşmesi*, Yeniden Tanım Denemesi ve Turizm Planlamasında Sistemli Bir Yaklaşım, Mimar Sinan Üniversitesi Yayını, İstanbul.
42. Dasilva S.G., Guidetti, L., Buzzachera, C.F., Elsangedy, H.M., Krinski, K., De Campos, W., Baldari C. (2011). *Psychophysiological response to self-paced treadmill and overground exercise*, Medicine & Science Sports & Exercise, 43, 1114–1124.
43. Daşoğlu U.D. (2011). *İstanbul İli Bahçelievler Belediyesi Sorumluluğundaki Spor Salonlarının Rekreatyon Sporları ve Rekreatyon Liderliği Açısından Geliştirilmesi ve Faydalılık Durumu*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
44. Davison R. H. (1999). *Nineteenth Century Ottoman Diplomacy and Reforms*, Isis Press, İstanbul.

45. Demir C. ve Demir, N. (2007). *Bireylerin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılmalarını Etkileyen Faktörler İle Cinsiyet Arasındaki İlişki: Lisans Öğrencilerine Yönelik Bir Uygulama*, Ege Akademik Bakış Dergisi, 6(1), 36-48.
46. Demir E. (2016). *Zaman Yönetiminin İşletme Verimliliği Üzerindeki Etkisi: Aşkale A.Ş. Gümüşhane Çimento Fabrikası Uygulaması*, The Journal of International Scientific Researches 1(3).
47. Demiray U. (1987). *Açıköğretim Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zamanları Değerlendirme Eğilimleri*, Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme). Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir.
48. Demirel E. T., Ramazanoğlu F. (2005). *Yöneticiler Açısından Etkin Zaman Yönetimi Tekniklerinin Değerlendirilmesi*, Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları.
49. Demirel M. (2009). *Rekreasyonel Etkinliklere Katılım ve Çevresel Duyarlılık*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
50. Demirel M., Harmandar D. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Etkinliklere Katılımlarında Engel Oluşturabilecek Faktörlerin Belirlenmesi*, Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 6 (1), 839–846.
51. Driver, B.L. (1990). *The North American experience in measuring the benefits of leisure*. In E. Hamilton-Smith (Ed.), Proceedings National
52. Dumazedier J. Latouche, N (1962). *Work And Leisure In French Society*, Associated with the Centre d'Etudes Sociologiques, Paris Summarized by permission from Indistiruel Relations.
53. Dustin, D.L., & Goodale, T. L. (1997). *The social cost of individual benefits*. Parks & Recreation, 32(7), 20-22.
54. Eckert A., Allen, L. (1998). *Benefits-based programming: Improving the health of seniors*, Park and Recreation Administration 33(7),21-28.
55. Ekici S., Can S., Beyaz, Ö. (2006). *Yerel yönetimlerde (belediyelerde) rekreasyonun yeri ve belediyelerin rekreasyon faaliyetlerine yaklaşımlarının değerlendirilmesi*, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Muğla.

56. Ekinçi N.E., Üstün, Ü.D., Özer, Ö. (2016). *An Investigation of the Relationship Between Digital Game Addiction, Gender and Regular Sport Participation*, Journal of Education Culture and Society, DOI: 10.15503/jecs20162.298.303.
57. Ekinçi ve ark. (2015). *Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Algularının Rekreatif Etkinliklere Katılımları ve Bireysel Değişkenlere Göre incelenmesi*, Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, 2 (2), 71-78
58. Emir E. (2012). *Rekreatif Etkinliklere Katılımın Önündeki Engellerin Belirlenmesi: Üniversite Öğrencileri Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
59. Erdemli A. (2008). *Spor Yapan İnsan*, Nadir kitap E-Yayımları, ss.209-210, Ankara.
60. Eren E. (1996). *Yönetim ve Organizasyon*, Beta Basım Yayım Dağıtım, 3. Baskı, İstanbul.
61. Erkal M. (1992). *Sosyolojik Açıdan Spor*. Filiz Kitapevi, İstanbul.
62. Ertüzün E. (2013). *Kadınların Sportif Rekreatif Aktivitelere İlişkin Sağlık İnançları*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
63. Fontaine K. R. (2000). *Physical activity improves mental health*, The Physician and Sports Medicine, 28(10), 83–84.
64. George D, Mellory P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A Simple Guide and Reference, 11.0 update*. 4. Baskı, Allyn & Bacon, Boston.
65. Gratton C, Jones I. (2010). *Research Methods for Sport Studies*, Second Edition, Routledge, London.
66. Gratton C. (2000). *Economics of Sport and Recreation*, London, U.K., Sport Pres.
67. Güçlü N. (2001). *Zaman Yönetimi. Kurum ve uygulamada eğitim yönetimi*, Sayı: 25, 87-100.
68. Gültekin E. (1990). *Peyzaj Mimarlığı*. Çukurova Üniversitesi Ziraat Fakültesi Yayınları Sayı: 53, Adana.

69. Gümüş H. (2016). *Rekreasyonel Alanların Kullanım Etkenlerinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
70. Gürbüz, B., Özdemir, A. S. ve Karaküçük, S. (2007). *Meaning of leisure time scale: evaluation of psycho-metric characteristics on Turkish University students. International Mediterranean Sport Science Congress Book of Abstracts. Antalya.*
71. Hacıoğlu ve ark. (2003). *Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi Örnek Animasyon Uygulamaları*, Detay Yayıncılık, Ankara.
72. Hartig T., Mang, M., & Evans, G. W. (1991). *Restorative effects of natural environment experiences*, Environment and Behavior, 23(1), 3–26.
73. Heintzman P. (1997). Putting Some Spirit Into Recreation Services for People With Disabilities, Journal of Leisurability, 24(2).
74. Hooper D., Coughlan, J., & Mullen, M. (2008). *Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit*. Articles, 2.
75. Howe C.Z., Carpenter, G. (1985). *Programming Leisure Experiences*, Prentice-Hall; Inc 3. New Jersey.
76. <http://docplayer.biz.tr/3375477-1475-sayili-is-kanunu.html> (11.04.17).
77. <https://sorularlailslamiyet.com/peygamberimizin-asm-yirmi-dort-saati-yani-bir-gunu-nasildi-nasil-yasardi> 17.04.17.
78. <https://www.csgeb.gov.tr/home/contents/FAQ/IsKanunu> Erişim Tarihi: 06.04.17.
79. <https://www.tbmm.gov.tr/anayasa/anayasa82.htm> (11.04.17).
80. Hudson S. (2000). *The Segmentation of Potential Tourists: Constraint Differences between Men and Women*, Journal of Travel Research, 38(4), 363-368.
81. Iwasaki Y., Mannell, R.C. (2000). *Hierarchical Dimensions of Leisure Stress Coping*, Leisure Sciences, 22:163–181.
82. Janssen M.A. (2004). *The Effects of Leisure education on Quality of Life in Older Adult*,. Therapeutic recreation Journal, 38(3), 275-288.
83. Jarvie G. and Maguire, J. (2002). *Sport and Leisure in Social Thought*, Ppublished in the Taylor &Francis e-Library.

84. Jensen C. R., Guthrie, S. P. (2006). *Outdoor Recreation in America*. Sixth Edition. USA: Human Kinetics; 2006.
85. Julian A. R., Dawn K. W. (2006) *Awareness and Use of a University Recreational Trail*, Journal of American College Health, 54:4, 227-230, DOI: 10.3200/JACH.54.4.227-230.
86. Julian R. (2010). *Perceptions of the Availability of Recreational Physical Activity Facilities on a University Campus*, Journal of American College Health, <http://dx.doi.org/10.3200/JACH.55.4.189-194>.
87. Karaküçük S ve Gürbüz B. (2007). *Rekreasyon ve Kent(li)leşme*, Ankara: Gazi Kitabevi, s.107.
88. Karaküçük S. (2001). *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme*. 3.Baskı, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
89. Karaküçük S. (2008). *Rekreasyon boş zamanları değerlendirme*, Gazi Kitabevi, (6.Baskı) Ankara.
90. Karaküçük S.(2005). *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme*, Gazi Kitabevi 5. Baskı, Ankara.
91. Karaküçük, S. (1999). *Rekreasyon (Boş Zaman Değerlendirme)*, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
92. Katner A. et al. (2011). *Fishing, fish consumption and advisory awareness among Louisiana's recreational fishers*, Environmental Research 111(8), 1037-1045.
93. Kaya S. (2016). *The Relationship between Leisure Satisfaction and Happiness among College Students*, Universal Journal of Educational Research 4(3): 622-631, DOI: 10.13189/ujer.2016.040322
94. Kelly J. (1983). *Recreation Planning and Management*. Venture Publishing State College, Pennsylvania.
95. Kement Ü. (2015). *Doğaya Yönelik Gerçekleştirilen Rekreatif Etkinliklerde Tüketicilerin Çevre Dostu Rekreasyon Davranışlarının İncelenmesi: Kamping Örneği*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
96. Kemp K., Pearson, S. (1997). *Leisure and Tourism*, Longman Press, 2. Great Britain.



97. Kılbaş Ş. (1994). *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme*, Gazi Yayınları Ankara.
98. Kılbaş Ş. (2001). *Rekreasyon ve Boş Zamanı Değerlendirme*, Anaca Yayınları, İstanbul.
99. Kılbaş Ş. (2010). *Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme*, Gazi Kitapevi, Ankara.
100. Kia M. (2011). *Daily Life in the Ottoman Empire*, The Greenwood Press Daily Life Through History Series.
101. Kocaeski S., Sevil, T., Şimşek, K. Y., Katırcı, H. Çelik, O. ve Çeliksoy, M. A. (2012). *Boş zaman ve Rekreasyon*, Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir.
102. Körmükçü F.Y. (2009). *Kocaeli İli Derince İlçesi Rekreasyon Tesislerinin*
103. Kutsal Kitap (2010). *Eski ve Yeni Antlaşma* (Tevrat,Zebur,İncil). Azar Basım İstanbul S.S.90 (31bölüm18).
104. Lafarque P. (1991). *Tembellik Hakkı*, (Çev: V. Günyol), Telos Yayınları, 3. Basım. İstanbul.
105. Lanquar R. (1991). *Turizm-seyahat Sosyolojisi*, İletişim yayınları, İstanbul.
106. Lapa T.Y, Ağyar E, Bahadır Z. (2012). *Yaşam Tatmini, Serbest Zaman Motivasyonu, Serbest Zaman Katılımı: Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenleri Üzerine Bir İnceleme (Kayseri İli Örneği)*, Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 10 (2), 53,59.
107. Lee Y.D. & Lin H.C. (2011). *Leisure motivation and life satisfaction: Test of mediating effect of leisure benefit*. Journal of Information and Optimization Sciences 32 (3).
108. Lewis R. (1973). *Osmanlı Türkiye'sinde Gündelik Yaşam (adetler ve gelenekler)*, (Çev. M. Poroy), Doğan Kardeş Yayınları, İstanbul, 208s. (Akt. Sayman, M. (2011). Koruma – Kullanma Dengesi Kapsamında İzmir - Özdere – Kalemlik Örneğinde Orman İçi Dinlenme Alanlarının Rekreasyon Potansiyelinin Saptanması, Ege Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, İzmir).

109. Lin T.C., Pao, T.P. (2011). *Leisure Activities' Selection and Motivation*, International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 1 (3).
110. Madrigal R. (2006). *Measuring The Multidimensional Nature Of Sporting Event Performance Consumption*, Journal of Leisure Research, Vol.58 No.3, 267-268.
111. Mannel, R.C., Kleiber, D.A. (1997). *A Social Psychology of Leisure*, State College, PA: Venture Pupliching.
112. Metcalfe A. (1990). *Sport and Space: A Case Study of the Growth of Recreational Facilities in East Northumberland, 1850–1914,*” IJHS 7(3), p.354.
113. Metcalfe A. (2006). *Leisure and Recreation in a Victorian Mining Community*, The Social Economy of Leisure in North-East England, 1820–1914, Pupliched by Rotledge.
114. Meydan C.H. & Şeşen, H. (2011). *Yapısal Eşitlik Modellemesi AMOS Uygulamaları* (1.Baskı). Ankara: Detay Yayıncılık.
115. Mobily K. E. (1989). *Meanings of recreation and leisure among adolescents*, Leisure Studies, 8:1, 11-23, DOI: 10.1080/02614368900390021
116. Müftügil S. (1993). *Dinlence ve Turizm İlişkisi*, İçinde: Yarcan Ş. Seyahat Yönetimi. I. Baskı, 63-71, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
117. Özbey S., Çelebi, M. (2011). *Rekreasyon temelleri*. İçinde: N. Mirzeoğlu (Edt.), Spor bilimlerine giriş, Spor Yayınevi, s. 241-270, Ankara.
118. Özkalp E. (1997). *Davranış Bilimlerine Giriş*, Anadolu Üniversitesi Yayınları, Yayın No: 1027, Eskişehir.
119. Özşaker M. (2012). *Gençlerin Serbest Zaman Aktivitelerine Katılamama Nedenleri Üzerine Bir İnceleme*, Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 2; 14 (1): 126-131.
120. Paluska S.A., & Schwenk, T.L. (2000). *Physical activity and mental health: Current concepts*, Sports Medicine, 29, 167–180.
121. Parker R., Downie G.R. (1981). *Recreational therapy: A model for consideration*, Therapeutic Recreation Journal, 54 (3) 22-27.

Parks Forum Briefing Papers.

122. Parr M. G., Lashua, B. D. (2004). *What is leisure? The perceptions of recreation practitioners and others*, Leisure Sciences, 26(1), 1-17.
  123. Passmore A., French, D. (2000). 'A model of leisure and mental health in Australian adolescents', Behaviour Change, 17: 208–21.
  124. Pehlivanoğlu M.T. (1976). *Rekreasyon ve orman içi rekreasyon planlaması*, Journal of the faculty of forestry istanbul university, Series A, 26(2) 143-170.
- Physical activity, metabolic factors and the incidence of coronary heart disease and type 2 diabets, Archives of Internal Medicine, 160(14), 2108-2116.*
- PublicHealth, Help Children Learn, Create Safer Neighborhoods. City
125. R. C. Mannell and D. J. Stynes, (1991). "A retrospective: The benefits of leisure", in B. L. Driver, P. J. Brown, and G. L. Peterson (eds.), Benefits of Leisure, State College, PA, Venture Publishing, Inc.
  126. Ragheb M.G., Tate, R.L. (1993). *A behavioral model of leisure participation based on leisure attitude, motivation and satisfaction*. Leisure Studies. 12: 61-70.
  127. Raglin J.S. (1990). *Exercise and mental health: Beneficial and detrimental effects*, Sports Medicine, 9, 323–329.
  128. Robinson J.A (2003). *Perceived Freedom and Leisure Satisfaction of Mothers With Preschool-Aged Children*, Master Thesis.Ohio University Faculty of College of Healt and Human Services, Ohio.
  129. Roland B. (2007). *What is Sport?*, Yale University press. (transleted by Richard Howard).
  130. Rubin J., Flowers, N. M., Gross, D. R. (1986). *The adaptive dimensions of leisure*. American Ethnologist, 13, 524-536.
  131. Russel R. V. & Frances K. S. (1996). *Leisure as Burden: Sudanese Refugee Women*, Journal of Leisure Research, 28(2), 108-121.
  132. Sağcan M. (1986). *Rekreasyon ve Turizm*, Cumhuriyet Basımevi, İstanbul.
  133. Sajdi D. (2007). *Ottoman Tulips, Ottoman Coffee, Leisure and Lifestyle in the Eighteenth Century*, Academic Studies, an imprint of I.B.Tauris & Co Ltd, p.34.

134. Sarol H. (2013). *Uyarlanmış Rekreatif Fiziksel Aktivitenin Otizmli Bireylerin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
135. Sawyers J. K (1994). *The Preschool Playground*, The Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 65 (6) p.32-33.
136. Scoot M. (1995). *Zaman Yönetimi*, (A.Ç. Çelik Çev.) Rota Yayın Yapım Tanıtım, İstanbul.
137. Seçer İ. (2015). *Psikolojik test geliştirme ve uyarlama süreci* (1.Baskı). Ankara: Anı yayıncılık. ISBN: 978-605-170-014-4
138. Sevil T. (2015). *Terapötik Rekreatif Aktivitelere Katılımın Yaşlıların Algıladıkları Boş Zaman Tatmini, Yaşam Tatmini ve Yaşam Kalitesine Etkisi*, Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Eskişehir.
139. Sevil ve ark. (2012). *Boş Zaman ve Rekreatif Yönetimi*. 1. Baskı. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayın.
140. Sezgin S. (1987). *Türk Toplumunun Rekreatif Alışkanlıkları: İstanbul Örneği*. Doktora Tezi, Mimar Sinan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Coğrafya Anabilim Dalı, İstanbul.
141. Smale B. (2010). *Leisure and Culture: A Report of the Canadian Index of Wellbeing (CIW)*, Canadian Index of Wellbeing, 1- 147.
142. Smith D.H., Theberge, N. (1987). *Why People Recreate*. Life Enhancement Publications.
143. Smith H. W. ( 1998). *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası*, (Çeviren: A. Çelbiş) Sistem Yayıncılık, İstanbul.
144. Smith H., Hyrum, W. (1998). *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası: Üretkenliği ve İç Huzuru Arttırmak İçin Kanıtlanmış Stratejiler*, (A. Çelbiş, Çev.). Sistem Yayıncılık, İstanbul.
145. Spracklen K. (2015). *Digital Leisure, the Internet and Popular Culture, Communities and Identities in a Digital Age*, Macmillan Publishers, London.
146. Stebbins R.A. (2012). *The Idea of Leisure First Principles*, Transaction Publishers, New Jersey.

147. Stebbins R.A. (2016). *Serbest Zaman fikri Temel İlkeler* (Çevirenler: M.Demirel., N.E.Ekinci., Ü.D.Üstün., U.İşık ve O. Gümüşgöl) 1. Baskı, Spor Yayınevi, Ankara
148. Suiçmez H. (2000). *Türkiye ve İngiltere'deki Sportif Rekreasyon Yöneticilerinin Karakteristik Özellikleri*, Doktora Tezi, KATÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Trabzon.
149. Szabo A., Abraham, J. (2013). *The psychological benefits of recreational running: A field study*, Psychology, Health & Medicine, 18(3), 251–261, <http://dx.doi.org/10.1080/13548506.2012.701755>
150. Şimşek M. Ş. (1999). *Yönetim ve Organizasyon*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
151. Tamer K. (1998). *Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Liderlik Eden Antrenörlerin Lider Davranış Boyutları*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ankara.
152. Tardona D.R., Bozeman, B.A., Pierson K.L. (2014). *A Program Encouraging Healthy Behavior, Nature Exploration, and Recreation through History in an Urban National Park Unit*, Journal of Park and Recreation Administration, 32(2) pp. 73–82.
153. Tarrant M. A., Manfredi, M. J., & Driver, B. L. (1994). *Recollections of outdoor recreation experiences: A psycho-physiological perspective*, Journal of Leisure Research, 26(4), 357–371.
154. Tekin G, Amman M.T, Tekin A. (2009). *Serbest Zamanlarda yapılan Fiziksel Egzersizin Üniversite Öğrencilerinin Depresyon ve Atılganlık Düzeylerine Etkisi*, Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 6 (2), 148-159.
155. Tel M. ve Köksalan, B(2008), *Öğretim Üyelerinin Spor Etkinliklerinin Sosyolojik Olarak İncelenmesi: Doğu Anadolu Örneği*, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 18(1), 261-278.
156. Terzioğlu A ve Yazıcı M. (2003). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Anlayış ve Alışkanlıkları (Atatürk Üniversitesi Örneği)*, Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi, 5(2), 1–31.

157. Tezcan M. (1982). *Sosyolojik Açıdan Boş Zamanları Değerlendirme*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları, Ankara.
158. Tolan B. (1993). *Sosyoloji*, Adım Yayıncılık, Ankara.
159. Torkildsen G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. 5th ed. London: Routledge.
160. Türk Dil Kurumu, [http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com\\_content&view=category&id=50](http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_content&view=category&id=50). Erişim Tarihi: 05.04.17.
161. Unesco (1960). *International Social Science Journal*, Published Quarterly Vol. XII, No. 4.
162. United States Department of Interior. (2005). *National Park Service legacy initiative and 4-year plan: Doing business in the 21st century*, Washington D. C. National Park Service.
163. Ural A, Kılıç İ. (2011). *Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS İle Veri Analizi*, 3. Baskı, Detay Yayıncılık, Ankara.
164. Wannamethee S.G., Shaper, A.G., & Albert, K.G.M.M. (2000). Workshop on Measurement of Recreation Benefits (pp.1-57). Bandoora,
165. World Health Organization (2002). *The world health report 2002: reducing risks, promoting healthy life*.
166. World Health Organization (2003). *Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases*, WHO Technical Report Series 916.
167. Yaman M., Arslan, S. (2009). *Çocuk ve Gençlik Suçlarının Önlenmesinde Rekreatif Sporlar*, Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, Sakarya.
168. Yurdağül H. (2005). *Ölçek Geliştirme Çalışmalarında Kapsam Geçerliği için Kapsam Geçerlik İndekslerinin Kullanılması*, XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi ss.1-6.
169. Zorba E. (1999). *Herkes İçin Spor ve Fiziksel Uygunluk*, Neyir Matbaası, Ankara.

**EKLER****Ek 1: Resmi İzin Yazıları**

**T.C.**  
**DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU MÜDÜRLÜĞÜNE**

Kurumunuz bünyesinde ekte sunmuş olduğum anket çalışmasını, Enstitümüz Yönetim Kurulu Onayı ve Üniversitemiz Etik Kurulu Başkanlığı Onayı alındıktan sonra yapmak istiyorum. Tarafıma gerekli iznin verilmesi hususunda;

Gereğini bilgilerinize arz ederim.

*Nurullah Emir EKİNCİ*  
*24.04.2012*  
*[Signature]*

**EKLER:**  
İlgili Çalışma/ Anket Örneği

**İLETİŞİM:**  
Telefon :0554 799 90 93  
Mail :nemir.ekinci@dpu.edu.tr

Doç.Dr. Adnan ERSOY  
Yüksekokul Müdürü  
*uygundur*

*[Signature]*

## Etik kurul izni

Evrak Tarih ve Sayısı: 12/06/2017-E.27183



T. C.  
DÜMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Etik Kurul



Sayı : 56120658-300-  
Konu : Kurul Değerlendirme

Sayın Nurullah Emir EKİNCİ

İlgi : 10/05/2017 tarihli ve 77976620-300-22390 sayılı yazı.

İlgi yazınız ile kurulumuza gönderilen evraklar, 08 Haziran 2017 tarih ve 2017/5 sayılı toplantıda gündeme alınmış olup, alınan karar ekte gönderilmektedir.  
Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

***e-imza***

Prof. Dr. İsmail Göktay EDİZ  
Başkan

DAĞITIM:  
Gereği:  
Sayın Nurullah Emir EKİNCİ

Bilgi:  
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü






T. C.  
DÜMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Etik Kurul Başkanlığı

Toplantı Tarihi: 08/06/2017  
Toplantı Sayısı: 2017/05

**GÜNDEM 13** : Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'nün 10.05.2017 tarihli ve E-22390 sayılı yazısı gereğince, İlgili Enstitünün Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora öğrencisi Nurullah Emir EKİNCİ'nin "**Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinlikler Hakkındaki Farkındalıklarının Araştırılması**" konulu anket çalışmasının etik açıdan uygunluğu üzerine görüşme;

**KARAR 13** : Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'nün 10.05.2017 tarihli ve E-22390 sayılı yazısı gereğince, İlgili Enstitünün Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora öğrencisi Nurullah Emir EKİNCİ'nin "**Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinlikler Hakkındaki Farkındalıklarının Araştırılması**" konulu anket çalışmasının etik açıdan uygunluğu üzerine görüşüldü. Yapılan görüşmeler ve değerlendirmeler sonucunda, **etik açıdan bir sakınca olmadığına ve başvurunun uygunluğuna oy birliği ile,**

Karar Verilmiştir.

  
Prof. Dr. İ. Göktaş EDİZ  
Etik Kurul Başkanı  
09 Haziran 2017

## Ek 2: Çalışmada Kullanılan Veri Toplama Aracı

### A -- Kişisel bilgi formu

Bu ölçeğin amacı, günlük yaşantınızdaki karşılaştığınız problemlere genel olarak nasıl tepki gösterdiğinizi belirlemeye çalışmaktır. Elde edilen bilgiler bilimsel amaçlı olarak kullanılacaktır. Başka bir amaç için kullanılmayacaktır. İlginiz için teşekkür ederiz.

#### Cinsiyetiniz?

Kadın ( )	Erkek ( )
-----------	-----------

#### Bölümünüz?

Lütfen belirtiniz. (.....)

#### Sınıfınız?

1. Sınıf ( )	2. Sınıf ( )	3. Sınıf ( )	4. Sınıf ( )
--------------	--------------	--------------	--------------

#### Ailedeki Kardeş Sayınız?

1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
-------	-------	-------	-------	-------

#### Yetiştirdiğiniz çevre?

Köy ( )	Kasaba ( )	İlçe ( )	İl ( )	Büyükşehir ( )	Yurtdışı ( )
---------	------------	----------	--------	----------------	--------------

#### Günlük yapmakla zorunlu olduğunuz işler dışında kendinize ayırdığınız süre ne kadardır?

Hiç kalmıyor ( )	1-2 Saat ( )	3-4 Saat ( )	5-6 Saat ( )	7-8 Saat ( )	8 Saat ve üzeri ( )
------------------	--------------	--------------	--------------	--------------	---------------------

#### Spor yapıyor musunuz?

Evet ( )	Hayır ( )
----------	-----------

#### Haftalık spor yapma sıklığınızı (saat) olarak belirtiniz?

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

#### Serbest (Boş) zaman etkinliklerine genel olarak katılma şeklinizi belirtiniz?

Genellikle yalnız ( )	Genellikle ailemle ( )	Genellikle arkadaşlarımla ( )
-----------------------	------------------------	-------------------------------

#### Boş zamanlarınızı genellikle nasıl değerlendiriyorsunuz?

Dinlenerek ( )	Sportif etkinliklere katılarak ( )	Sanatsal-Kültürel etkinliklere katılarak ( )
----------------	------------------------------------	--

#### Sizin veya Ailenizin Aylık Ortalama Geliri

Çok az ( )	Az ( )	Orta ( )	İyi ( )	Çok iyi ( )
------------	--------	----------	---------	-------------

## B -- Rekreasyon farkındalık ölçeği 1. form.

REKREATİF ETKİNLİKLERE KATILMAK	Tamamen Katılmıyorum	Katılmıyorum	Karasızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
HAZ - EĞLENCE					
1- Fiziksel tatmin sağlar.	1	2	3	4	5
2- Zindelik kazandırır.	1	2	3	4	5
3- Ruhunu dinlendirir.	1	2	3	4	5
4- Günlük sıkıntılardan uzaklaşmamızı sağlar.	1	2	3	4	5
5- Bağımsızlık hissi kazandırır.	1	2	3	4	5
6- Boş zaman tatmini sağlar.	1	2	3	4	5
7- Duygusal tatmin sağlar.	1	2	3	4	5
8- Heyecan verici deneyimler yaşatır	1	2	3	4	5
9- Eğlendiricidir,	1	2	3	4	5
10- Yaşam kalitesini artırır.	1	2	3	4	5
11- Yenilenmeye yardımcı olur.	1	2	3	4	5
12- Olumsuz düşüncelerden arındırır.	1	2	3	4	5
SOSYAL - BAŞARI					
13- Zamanı iyi planlamamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
14- Suç oranını azaltır	1	2	3	4	5
15- Çalışma kapasitesini artırır.	1	2	3	4	5
16- Yeni yetenek ve bilgilerin kazanımı için fırsatlar sağlar	1	2	3	4	5
17- Başarı duygusu kazandırır.	1	2	3	4	5
18- Çalışma ortamında verimlilik sağlar.	1	2	3	4	5
19- Toplumsal fayda sağlar.	1	2	3	4	5
20- Kültürel çeşitliliği ve bütünlüğü sağlar	1	2	3	4	5
21- Aidiyet duygusu kazandırır	1	2	3	4	5
22- Yeni arkadaşlıklar kurmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
23- Sosyal tatmin sağlar.	1	2	3	4	5
24- Eğitimde başarıyı artırır.	1	2	3	4	5
25- İyi bir gelecek kurmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
26- Statü kazandırır.	1	2	3	4	5
27- Boş zamanın verimli kullanımına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
28- Yaratıcılık becerisi kazandırır.	1	2	3	4	5
29- Sosyal davranışlarımızı kontrol etmemize yardımcı olur.	1	2	3	4	5
30- Sosyalleştirir	1	2	3	4	5
31- Toplumsal kurallara uygun yaşamamızı sağlar	1	2	3	4	5
KENDİNİ GELİŞTİRME					
32- Zamanı iyi kullanmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
33- Düşünme, öğrenme, hafıza ve konsantrasyonu geliştirir	1	2	3	4	5
34- Yeniliklere açık olma hissi kazandırır.	1	2	3	4	5
35- Doğa bilincini geliştirir	1	2	3	4	5
36- Kötü alışkanlıklardan uzak tutar.	1	2	3	4	5
37- Sağlıklı iletişim kurmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
38- Bireyin çevresini tanımasına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
39- Özgüveni artırır.	1	2	3	4	5
40- Doğa ile olan bağlarımızı güçlendirir.	1	2	3	4	5
41- Stres ve kaygıyı azaltır.	1	2	3	4	5
42- Bireyin kendisini tanımasına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
43- Öz saygıyı artırır	1	2	3	4	5
44- Kendini değerli görmesine katkı sağlar.	1	2	3	4	5
45- Bağımsız hareket edebilmesini sağlar.	1	2	3	4	5

## C--Rekreasyon farkındalık ölçeği 2. form.

REKREATİF ETKİNLİKLERE KATILMAK	Tamamen Katılmıyorum	Katılmıyorum	Karasızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
<b>HAZ - EĞLENCE</b>					
1- Fiziksel tatmin sağlar.	1	2	3	4	5
2- Zindelik kazandırır.	1	2	3	4	5
3- Ruhunu dinlendirir.	1	2	3	4	5
4- Günlük sıkıntılardan uzaklaşmamızı sağlar.	1	2	3	4	5
5- Boş zaman tatmini sağlar.	1	2	3	4	5
6- Duygusal tatmin sağlar.	1	2	3	4	5
7- Heyecan verici deneyimler yaşatır	1	2	3	4	5
8- Eğlendiricidir,	1	2	3	4	5
9- Yaşam kalitesini artırır.	1	2	3	4	5
10- Yenilenmeye yardımcı olur.	1	2	3	4	5
11- Olumsuz düşüncelerden arındırır.	1	2	3	4	5
<b>SOSYAL - BAŞARI</b>					
12- Zamanı iyi planlamamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
13- Suç oranını azaltır	1	2	3	4	5
14- Çalışma kapasitesini artırır.	1	2	3	4	5
15- Yeni yetenek ve bilgilerin kazanımı için fırsatlar sağlar	1	2	3	4	5
16- Başarı duygusu kazandırır.	1	2	3	4	5
17- Çalışma ortamında verimlilik sağlar.	1	2	3	4	5
18- Toplumsal fayda sağlar.	1	2	3	4	5
19- Kültürel çeşitliliği ve bütünlüğü sağlar	1	2	3	4	5
20- Aidiyet duygusu kazandırır	1	2	3	4	5
21- Yeni arkadaşlıklar kurmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
22- Sosyal tatmin sağlar.	1	2	3	4	5
23- Eğitimde başarıyı artırır.	1	2	3	4	5
24- İyi bir gelecek kurmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
25- Statü kazandırır.	1	2	3	4	5
26- Boş zamanın verimli kullanımına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
27- Yaratıcılık becerisi kazandırır.	1	2	3	4	5
28- Sosyal davranışlarımızı kontrol etmemize yardımcı olur.	1	2	3	4	5
29- Sosyalleştirir	1	2	3	4	5
30- Toplumsal kurallara uygun yaşamamızı sağlar	1	2	3	4	5
<b>KENDİNİ GELİŞTİRME</b>					
31- Zamanı iyi kullanmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
32- Düşünme, öğrenme, hafıza ve konsantrasyonu geliştirir	1	2	3	4	5
33- Yeniliklere açık olma hissi kazandırır.	1	2	3	4	5
34- Doğa bilincini geliştirir	1	2	3	4	5
35- Kötü alışkanlıklardan uzak tutar.	1	2	3	4	5
36- Sağlıklı iletişim kurmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
37- Bireyin çevresini tanımasına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
38- Öz güveni artırır.	1	2	3	4	5
39- Doğa ile olan bağlarımızı güçlendirir.	1	2	3	4	5
40- Stres ve kaygıyı azaltır.	1	2	3	4	5
41- Bireyin kendisini tanımasına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
42- Öz saygıyı artırır	1	2	3	4	5
43- Kendini değerli görmesine katkı sağlar.	1	2	3	4	5
44- Bağımsız hareket edebilmesini sağlar.	1	2	3	4	5

## D -- Rekreasyon farkındalık ölçeği 3. son form.

REKREATİF ETKİNLİKLERE KATILMAK	Tamamen Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
<b>HAZ - EĞLENCE</b>					
1- Fiziksel tatmin sağlar.	1	2	3	4	5
2- Zindelik kazandırır.	1	2	3	4	5
3- Ruhunu dinlendirir.	1	2	3	4	5
4- Günlük sıkıntılardan uzaklaşmamızı sağlar.	1	2	3	4	5
5- Boş zaman tatmini sağlar.	1	2	3	4	5
6- Heyecan verici deneyimler yaşatır	1	2	3	4	5
7- Eğlendiricidir,	1	2	3	4	5
8- Yaşam kalitesini artırır.	1	2	3	4	5
9- Yenilenmeye yardımcı olur.	1	2	3	4	5
10- Olumsuz düşüncelerden arındırır.	1	2	3	4	5
<b>SOSYAL - BAŞARI</b>					
11- Zamanı iyi planlamamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
12- Suç oranını azaltır	1	2	3	4	5
13- Çalışma kapasitesini artırır.	1	2	3	4	5
14- Yeni yetenek ve bilgilerin kazanımı için fırsatlar sağlar	1	2	3	4	5
15- Başarı duygusu kazandırır.	1	2	3	4	5
16- Toplumsal fayda sağlar.	1	2	3	4	5
17- Kültürel çeşitliliği ve bütünlüğü sağlar	1	2	3	4	5
18- Aidiyet duygusu kazandırır	1	2	3	4	5
19- Yeni arkadaşlıklar kurmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
20- Sosyal tatmin sağlar.	1	2	3	4	5
21- Eğitimde başarıyı artırır.	1	2	3	4	5
22- İyi bir gelecek kurmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
23- Statü kazandırır.	1	2	3	4	5
24- Boş zamanın verimli kullanımına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
25- Yaratıcılık becerisi kazandırır.	1	2	3	4	5
26- Sosyal davranışlarımızı kontrol etmemize yardımcı olur.	1	2	3	4	5
27- Sosyalleştirir	1	2	3	4	5
28- Toplumsal kurallara uygun yaşamamızı sağlar	1	2	3	4	5
<b>KENDİNİ GELİŞTİRME</b>					
29- Zamanı iyi kullanmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
30- Düşünme, öğrenme, hafıza ve konsantrasyonu geliştirir	1	2	3	4	5
31- Yeniliklere açık olma hissi kazandırır.	1	2	3	4	5
32- Doğa bilincini geliştirir	1	2	3	4	5
33- Sağlıklı iletişim kurmamıza yardımcı olur.	1	2	3	4	5
34- Bireyin çevresini tanımasına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
35- Öz güveni artırır.	1	2	3	4	5
36- Doğa ile olan bağlarımızı güçlendirir.	1	2	3	4	5
37- Stres ve kaygıyı azaltır.	1	2	3	4	5
38- Bireyin kendisini tanımasına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
39- Öz saygıyı artırır	1	2	3	4	5
40- Kendini değerli görmesine katkı sağlar.	1	2	3	4	5
41- Bağımsız hareket edebilmesini sağlar.	1	2	3	4	5

## Ek 3: SPSS Çıktıları

### 1. Pilot çalışmaya ait bulgular

```

GET
  FILE='D:\PHYSICAL EDUCATION\PHYSICAL EDUCATION\ÇALIŞMALAR\DOKTORA TEZ\DOKTORA
  TEZ\ilk veriler.sav'.
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
RELIABILITY
  /VARIABLES=s1 s2 s3 s4 s5 s6 s7 s8 s9 s10 s11 s12 s13 s14 s15 s16 s17 s18 s1
  9 s20 s21 s22 s23 s24
    s25 s26 s27 s28 s29 s30 s31 s32 s33 s34 s35 s36 s37 s38 s39 s40 s41 s42 s4
  3 s44 s45
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA
  /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
  /SUMMARY=TOTAL.

```

#### Reliability

```

[DataSet1] D:\PHYSICAL EDUCATION\PHYSICAL EDUCATION\ÇALIŞMALAR\DOKTORA TEZ\DOK
  TORA TEZ\ilk veriler.sav

```

#### Scale: ALL VARIABLES

##### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	140	91,5
	Excluded <sup>a</sup>	13	8,5
	Total	153	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,963	45

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
≤1	4,3571	,92193	140
≤2	4,3000	,80198	140
≤3	4,3286	,82621	140
≤4	4,3071	,89681	140
≤5	3,9000	1,10134	140
≤6	4,3071	,92056	140
≤7	3,8714	,97333	140
≤8	4,2429	,95112	140
≤9	4,2571	,92426	140
≤10	4,2000	,94603	140
≤11	4,0643	1,05401	140
≤12	4,1286	,89638	140
≤13	4,0357	,91676	140
≤14	3,7929	1,12203	140
≤15	4,2857	,85902	140
≤16	4,2929	,80909	140
≤17	4,3714	,80772	140
≤18	4,1714	,87279	140
≤19	4,1857	,90232	140
≤20	3,8286	1,24625	140
≤21	3,6143	1,22672	140
≤22	4,2643	,86174	140
≤23	4,1714	,87279	140
≤24	4,1571	,93894	140
≤25	3,6571	1,31823	140
≤26	3,8500	1,03830	140
≤27	4,2857	,82485	140
≤28	4,2500	,77853	140
≤29	3,9357	1,19478	140
≤30	4,4071	,71868	140
≤31	3,9571	1,07202	140
≤32	4,2857	,72256	140
≤33	4,2071	,79111	140
≤34	4,2214	,82294	140
≤35	4,2000	,84988	140
≤36	4,0571	1,01621	140
≤37	4,3143	,76887	140
≤38	4,3000	,84564	140

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
≤39	4,3500	,84755	140
≤40	4,2429	,91251	140
≤41	4,1929	,85576	140
≤42	4,1000	,96186	140
≤43	4,2429	,78540	140
≤44	4,1857	,89431	140
≤45	4,0286	,94407	140

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
≤1	182,3500	657,740	,414	,963
≤2	182,4071	652,502	,611	,963
≤3	182,3786	660,438	,402	,963
≤4	182,4000	657,637	,429	,963
≤5	182,8071	660,660	,288	,964
≤6	182,4000	654,328	,488	,963
≤7	182,8357	651,548	,517	,963
≤8	182,4643	656,150	,434	,963
≤9	182,4500	644,321	,703	,962
≤10	182,5071	647,388	,621	,963
≤11	182,6429	639,253	,710	,962
≤12	182,5786	647,267	,660	,962
≤13	182,6714	646,711	,657	,962
≤14	182,9143	649,906	,472	,963
≤15	182,4214	652,231	,575	,963
≤16	182,4143	649,381	,683	,962
≤17	182,3357	652,944	,596	,963
≤18	182,5357	648,697	,646	,962
≤19	182,5214	644,625	,715	,962
≤20	182,8786	635,287	,658	,962
≤21	183,0929	637,150	,638	,963
≤22	182,4429	648,752	,653	,962
≤23	182,5357	643,833	,758	,962
≤24	182,5500	651,602	,536	,963
≤25	183,0500	629,515	,709	,962
≤26	182,8571	647,922	,552	,963

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
s27	182,4214	647,569	,713	,962
s28	182,4571	650,164	,690	,962
s29	182,7714	638,523	,633	,963
s30	182,3000	651,679	,708	,962
s31	182,7500	640,462	,674	,962
s32	182,4214	650,907	,726	,962
s33	182,5000	648,727	,715	,962
s34	182,4857	648,223	,699	,962
s35	182,5071	660,611	,386	,963
s36	182,6500	644,013	,642	,962
s37	182,3929	652,096	,649	,962
s38	182,4071	652,243	,584	,963
s39	182,3571	647,138	,703	,962
s40	182,4643	661,157	,345	,964
s41	182,5143	651,518	,594	,963
s42	182,6071	643,665	,688	,962
s43	182,4643	649,099	,711	,962
s44	182,5214	648,280	,639	,962
s45	182,6786	647,184	,627	,962

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
186,7071	678,180	26,04189	45



---

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
s39	4,3500	,84755	140
s40	4,2429	,91251	140
s41	4,1929	,85576	140
s42	4,1000	,96186	140
s43	4,2429	,78540	140
s44	4,1857	,89431	140
s45	4,0286	,94407	140

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
s1	182,3500	657,740	,414	,963
s2	182,4071	652,502	,611	,963
s3	182,3786	660,438	,402	,963
s4	182,4000	657,637	,429	,963
s5	182,8071	660,660	,288	,964
s6	182,4000	654,328	,488	,963
s7	182,8357	651,548	,517	,963
s8	182,4643	656,150	,434	,963
s9	182,4500	644,321	,703	,962
s10	182,5071	647,388	,621	,963
s11	182,6429	639,253	,710	,962
s12	182,5786	647,267	,660	,962
s13	182,6714	646,711	,657	,962
s14	182,9143	649,906	,472	,963
s15	182,4214	652,231	,575	,963
s16	182,4143	649,381	,683	,962
s17	182,3357	652,944	,596	,963
s18	182,5357	648,697	,646	,962
s19	182,5214	644,625	,715	,962
s20	182,8786	635,287	,658	,962
s21	183,0929	637,150	,638	,963
s22	182,4429	648,752	,653	,962
s23	182,5357	643,833	,758	,962
s24	182,5500	651,602	,536	,963
s25	183,0500	629,515	,709	,962
s26	182,8571	647,922	,552	,963

---

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
s27	182,4214	647,569	,713	,962
s28	182,4571	650,164	,690	,962
s29	182,7714	638,523	,633	,963
s30	182,3000	651,679	,708	,962
s31	182,7500	640,462	,674	,962
s32	182,4214	650,907	,726	,962
s33	182,5000	648,727	,715	,962
s34	182,4857	648,223	,699	,962
s35	182,5071	660,611	,386	,963
s36	182,6500	644,013	,642	,962
s37	182,3929	652,096	,649	,962
s38	182,4071	652,243	,584	,963
s39	182,3571	647,138	,703	,962
s40	182,4643	661,157	,345	,964
s41	182,5143	651,518	,594	,963
s42	182,6071	643,665	,688	,962
s43	182,4643	649,099	,711	,962
s44	182,5214	648,280	,639	,962
s45	182,6786	647,184	,627	,962

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
186,7071	678,180	26,04189	45

## 2. Esas Uygulamaya Ait Sonuçlar

### 2.1. Katılımcıların genel özellikleri

```

FREQUENCIES VARIABLES=CİNSİYET BÖLÜM_FAKÜLTE SINIF KARDEŞ_SAYISI YETİŞTİĞİNİZ_
ÇEVRE
  GÜNLÜK_BOŞ_ZAMAN SPOR_YAPIYORMUSUNUZ HAFTALIK_SPOR_YAPMA_SIKLIĞI BOŞ_ZAMAN
_KATILIM_ŞEKLİ
  BOŞ_ZAMAN_DEĞERLENDİRM_ŞEKLİ AYLIK_ORTALAMA_GELİR
  /STATISTICS=MEAN
  /ORDER=ANALYSIS.

```

#### Frequencies

Statistics											
	CİNSİYET	BÖLÜM_FAKÜLTE	SINIF	KARDEŞ_SAYISI	YETİŞTİĞİNİZ_ÇEVRE	GÜNLÜK_BOŞ_ZAMAN	SPOR_YAPIYORMUSUNUZ	HAFTALIK_SPOR_YAPMA_SIKLIĞI	BOŞ_ZAMAN_KATILIM_ŞEKLİ	BOŞ_ZAMAN_DEĞERLENDİRM_ŞEKLİ	AYLIK_ORTALAMA_GELİR
N	Valid	941	941	941	941	941	909	940	941	941	941
	Missing	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0
Mean		1.6174	3.0096	2.3271	2.6344	3.7970	3.2816	1.4792	1.6406	2.8610	1.5966
											3.1967

#### Frequency Table

##### CİNSİYET

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Kadın	360	38,3	38,3	38,3
Erkek	581	61,7	61,7	100,0
Total	941	100,0	100,0	

##### BÖLÜM\_FAKÜLTE

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	179	19,0	19,0	19,0
Eğitim Fakültesi	196	20,8	20,8	39,9
Fen Edebiyat Fakültesi	186	19,8	19,8	59,6
Mühendislik fakültesi	197	20,9	20,9	80,6
Sağlık Bilimleri Enstitüsü	183	19,4	19,4	100,0
Total	941	100,0	100,0	

##### SINIF

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1. Sınıf	211	22,4	22,4	22,4
2. Sınıf	342	36,3	36,3	58,8
3. Sınıf	229	24,3	24,3	83,1
4. Sınıf	159	16,9	16,9	100,0
Total	941	100,0	100,0	

##### KARDEŞ\_SAYISI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	166	17,6	17,6	17,6
2	308	32,7	32,7	50,4
3	260	27,6	27,6	78,0
4	118	12,5	12,5	90,5
5	89	9,5	9,5	100,0
Total	941	100,0	100,0	

##### YETİŞTİĞİNİZ\_ÇEVRE

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Köy	89	9,5	9,5	9,5
Kasaba	36	3,8	3,8	13,3
İlçe	223	23,7	23,7	37,0
İl	228	24,2	24,2	61,2
Büyük şehir	359	38,2	38,2	99,4
Yurtdışı	6	,6	,6	100,0
Total	941	100,0	100,0	

##### GÜNLÜK\_BOŞ\_ZAMAN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Hiç kalmıyor	58	6,2	6,2	6,2
1-2 saat	197	20,9	20,9	27,1
3-4 saat	301	32,0	32,0	59,1
5-6 saat	247	26,2	26,2	85,3
7-8 saat	83	8,8	8,8	94,2
8 saat ve üzeri	55	5,8	5,8	100,0
Total	941	100,0	100,0	

## SINIF

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1. Sınıf	211	22,4	22,4	22,4
	2. Sınıf	342	36,3	36,3	58,8
	3. Sınıf	229	24,3	24,3	83,1
	4. Sınıf	159	16,9	16,9	100,0
	Total	941	100,0	100,0	

## KARDEŞ\_SAYISI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	166	17,6	17,6	17,6
	2	308	32,7	32,7	50,4
	3	260	27,6	27,6	78,0
	4	118	12,5	12,5	90,5
	5	89	9,5	9,5	100,0
	Total	941	100,0	100,0	

## YETİŞTİĞİNİZ\_ÇEVRE

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Köy	89	9,5	9,5	9,5
	Kasaba	36	3,8	3,8	13,3
	İlçe	223	23,7	23,7	37,0
	İl	228	24,2	24,2	61,2
	Büyük şehir	359	38,2	38,2	99,4
	Yurtdışı	6	,6	,6	100,0
	Total	941	100,0	100,0	

## GÜNLÜK\_BOŞ\_ZAMAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hiç kalmıyor	58	6,2	6,2	6,2
	1-2 saat	197	20,9	20,9	27,1
	3-4 saat	301	32,0	32,0	59,1
	5-6 saat	247	26,2	26,2	85,3
	7-8 saat	83	8,8	8,8	94,2
	8 saat ve üzeri	55	5,8	5,8	100,0
	Total	941	100,0	100,0	

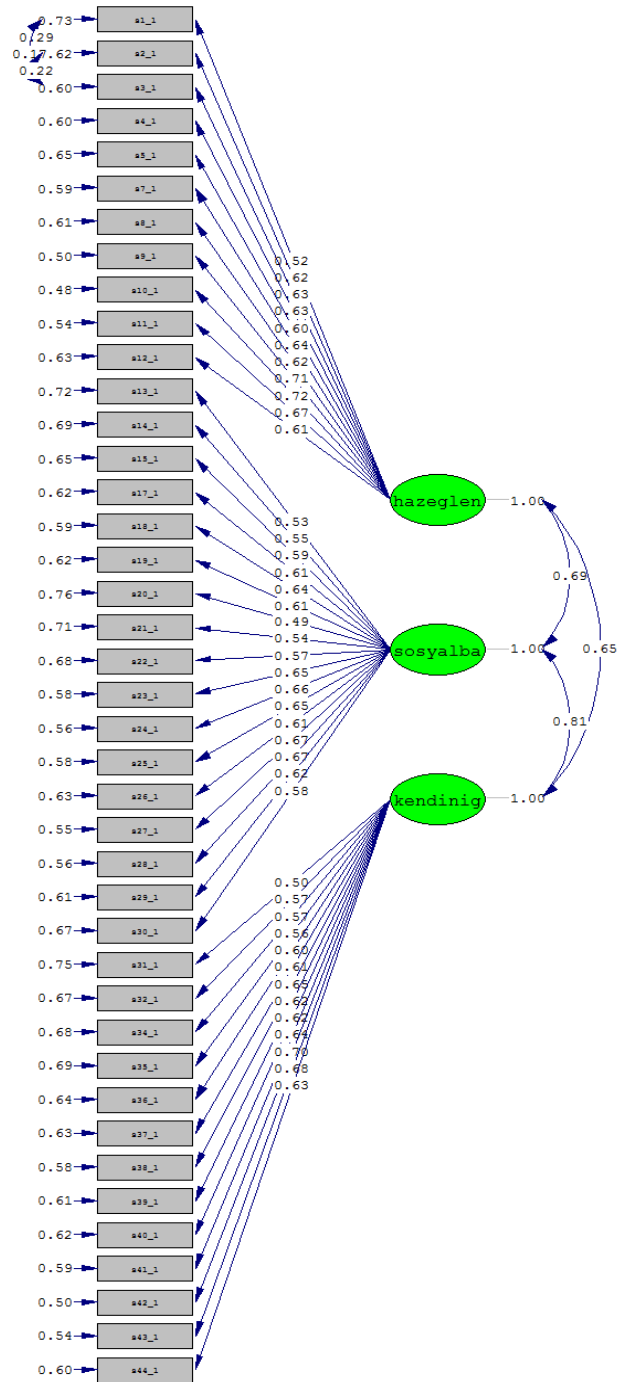
**Rotated Component Matrix<sup>a</sup>**

	Component		
	1	2	3
SMEAN(s26)	,680		
SMEAN(s25)	,669		
SMEAN(s24)	,656		
SMEAN(s27)	,639		
SMEAN(s23)	,621		
SMEAN(s18)	,609		
SMEAN(s28)	,582		
SMEAN(s17)	,581		
SMEAN(s15)	,553		
SMEAN(s29)	,542		
SMEAN(s14)	,530		
SMEAN(s19)	,508		
SMEAN(s22)	,468		
SMEAN(s13)	,451		
SMEAN(s30)	,449		
SMEAN(s20)	,442		
SMEAN(s21)	,404		
SMEAN(s2)		,738	
SMEAN(s10)		,703	
SMEAN(s3)		,685	
SMEAN(s1)		,669	
SMEAN(s7)		,634	
SMEAN(s4)		,626	
SMEAN(s8)		,608	
SMEAN(s9)		,607	
SMEAN(s11)		,589	
SMEAN(s5)		,549	
SMEAN(s12)		,531	
SMEAN(s41)			,698
SMEAN(s36)			,645
SMEAN(s42)			,631
SMEAN(s40)			,614
SMEAN(s43)			,608
SMEAN(s37)			,597
SMEAN(s35)			,585
SMEAN(s38)			,575
SMEAN(s39)			,557
SMEAN(s44)			,508
SMEAN(s34)			,487
SMEAN(s32)			,432
SMEAN(s31)			,404

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.<sup>a</sup>

a. Rotation converged in 5 iterations.



Chi-Square=3829.16, df=772, P-value=0.00000, RMSEA=0.065

## 2.2. 41 maddeye ilişkin uyum indeks değerleri

Degrees of Freedom = 772  
 Minimum Fit Function Chi-Square = 3723.62 (P = 0.0)  
 Normal Theory Weighted Least Squares Chi-Square = 3829.16 (P = 0.0)  
 Chi-Square Difference with 1 Degree of Freedom = 135.80 (P = 0.0)  
 Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 3057.16  
 90 Percent Confidence Interval for NCP = (2867.77 ; 3253.97)  
 Minimum Fit Function Value = 3.96  
 Population Discrepancy Function Value (F0) = 3.25  
 90 Percent Confidence Interval for F0 = (3.05 ; 3.46)  
 Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.065  
 90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.063 ; 0.067)  
 P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 0.00  
 Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 4.26  
 90 Percent Confidence Interval for ECVI = (4.06 ; 4.47)  
 ECVI for Saturated Model = 1.83  
 ECVI for Independence Model = 83.57  
 Chi-Square for Independence Model with 820 Degrees of Freedom = 78474.77  
 Independence AIC = 78556.77  
 Model AIC = 4007.16  
 Saturated AIC = 1722.00  
 Independence CAIC = 78796.50  
 Model CAIC = 4527.54  
 Saturated CAIC = 6756.22  
 Normed Fit Index (NFI) = 0.95  
 Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.96  
 Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.90  
 Comparative Fit Index (CFI) = 0.96  
 Incremental Fit Index (IFI) = 0.96  
 Relative Fit Index (RFI) = 0.95  
 Critical N (CN) = 219.70  
 Root Mean Square Residual (RMR) = 0.039  
 Standardized RMR = 0.048  
 Goodness of Fit Index (GFI) = 0.85  
 Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.85  
 Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.75

□

### 2.3. Açıklayıcı faktör analizi

```

FACTOR
  /VARIABLES s1_1 s2_1 s3_1 s4_1 s5_1 s7_1 s8_1 s9_1 s10_1 s11_1 s12_1 s13_1 s
14_1 s15_1 s17_1 s18_1 s19_1 s20_1 s21_1 s22_1 s23_1 s24_1 s25_1 s26_1 s27_1 s
28_1 s29_1 s30_1 s31_1 s32_1 s34_1 s35_1 s36_1 s37_1 s38_1 s39_1 s40_1 s41_1 s
42_1 s43_1 s44_1
  /MISSING LISTWISE
  /ANALYSIS s1_1 s2_1 s3_1 s4_1 s5_1 s7_1 s8_1 s9_1 s10_1 s11_1 s12_1 s13_1 s1
4_1 s15_1 s17_1 s18_1 s19_1 s20_1 s21_1 s22_1 s23_1 s24_1 s25_1 s26_1 s27_1 s2
8_1 s29_1 s30_1 s31_1 s32_1 s34_1 s35_1 s36_1 s37_1 s38_1 s39_1 s40_1 s41_1 s4
2_1 s43_1 s44_1
  /PRINT INITIAL SIG KMO EXTRACTION ROTATION
  /FORMAT SORT BLANK(.379)
  /PLOT ROTATION
  /CRITERIA FACTORS(3) ITERATE(32)
  /EXTRACTION PC
  /CRITERIA ITERATE(25)
  /ROTATION VARIMAX
  /METHOD=CORRELATION.

```

### Factor Analysis

[DataSet1] C:\Users\user144\Desktop\Tez Analiz.sav

#### KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.	,941
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square
	17346,65
	df
	820
	Sig.
	,000



## Communalities

	Initial	Extraction
SMEAN(s1)	1,000	,453
SMEAN(s2)	1,000	,559
SMEAN(s3)	1,000	,537
SMEAN(s4)	1,000	,455
SMEAN(s5)	1,000	,384
SMEAN(s6)	1,000	,098
SMEAN(s7)	1,000	,483
SMEAN(s8)	1,000	,433
SMEAN(s9)	1,000	,497
SMEAN(s10)	1,000	,546
SMEAN(s11)	1,000	,445
SMEAN(s12)	1,000	,390
SMEAN(s13)	1,000	,314
SMEAN(s14)	1,000	,361
SMEAN(s15)	1,000	,400
SMEAN(s16)	1,000	,189
SMEAN(s17)	1,000	,419
SMEAN(s18)	1,000	,450
SMEAN(s19)	1,000	,398
SMEAN(s20)	1,000	,264
SMEAN(s21)	1,000	,304
SMEAN(s22)	1,000	,334
SMEAN(s23)	1,000	,462
SMEAN(s24)	1,000	,500
SMEAN(s25)	1,000	,496
SMEAN(s26)	1,000	,483
SMEAN(s27)	1,000	,487
SMEAN(s28)	1,000	,462
SMEAN(s29)	1,000	,405

## Communalities

	Initial	Extraction
SMEAN(s30)	1,000	,345
SMEAN(s31)	1,000	,293
SMEAN(s32)	1,000	,358
SMEAN(s33)	1,000	,449
SMEAN(s34)	1,000	,385
SMEAN(s35)	1,000	,394
SMEAN(s36)	1,000	,457
SMEAN(s37)	1,000	,450
SMEAN(s38)	1,000	,457
SMEAN(s39)	1,000	,443
SMEAN(s40)	1,000	,453
SMEAN(s41)	1,000	,531
SMEAN(s42)	1,000	,521
SMEAN(s43)	1,000	,482
SMEAN(s44)	1,000	,405

Extraction Method: Principal  
Component Analysis.

## Total Variance Explained

Component	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	14,046	31,922	31,922	14,046	31,922	31,922	6,283	15,871	15,871
2	2,615	5,943	37,865	2,615	5,943	37,865	5,806	13,195	29,067
3	1,768	4,019	41,884	1,768	4,019	41,884	5,640	12,817	41,884
4	1,456	3,309	45,192						
5	1,385	3,140	48,341						
6	1,241	2,820	51,161						
7	1,106	2,515	53,676						
8	1,082	2,458	56,134						
9	,979	2,225	58,359						
10	,924	2,101	60,460						
11	,869	1,976	62,436						
12	,836	1,897	64,333						
13	,801	1,821	66,154						
14	,752	1,708	67,862						
15	,748	1,701	69,563						
16	,720	1,637	71,200						
17	,703	1,598	72,798						
18	,675	1,533	74,331						
19	,658	1,496	75,827						
20	,652	1,483	77,310						
21	,622	1,413	78,723						

Total Variance Explained										
Component	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings			
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	
22	,593	1,348	80,071							
23	,563	1,280	81,351							
24	,557	1,265	82,616							
25	,529	1,202	83,818							
26	,517	1,175	84,994							
27	,504	1,146	86,139							
28	,472	1,073	87,212							
29	,465	1,057	88,268							
30	,456	1,037	89,306							
31	,434	,986	90,292							
32	,430	,977	91,269							
33	,410	,933	92,202							
34	,400	,909	93,110							
35	,380	,864	93,974							
36	,371	,843	94,817							
37	,339	,769	95,587							
38	,334	,758	96,345							
39	,313	,712	97,057							
40	,287	,652	97,709							
41	,286	,650	98,360							
42	,269	,611	98,971							
43	,235	,534	99,505							
44	,218	,495	100,000							

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Component Matrix<sup>a</sup>

	Component		
	1	2	3
SMEAN(=33)	,654		
SMEAN(=42)	,643		
SMEAN(=28)	,638		
SMEAN(=27)	,632		
SMEAN(=9)	,627		
SMEAN(=24)	,623		
SMEAN(=38)	,619		
SMEAN(=43)	,616		
SMEAN(=23)	,615		
SMEAN(=19)	,613		
SMEAN(=25)	,611		
SMEAN(=18)	,609		
SMEAN(=44)	,602		
SMEAN(=29)	,598		
SMEAN(=17)	,591		
SMEAN(=39)	,587		
SMEAN(=15)	,585		
SMEAN(=30)	,577		
SMEAN(=11)	,576		
SMEAN(=32)	,575		
SMEAN(=40)	,572		
SMEAN(=3)	,569	,457	
SMEAN(=41)	,567		-,450
SMEAN(=22)	,560		
SMEAN(=10)	,560	,482	
SMEAN(=37)	,559		
SMEAN(=26)	,557		
SMEAN(=34)	,553		
SMEAN(=14)	,550		
SMEAN(=21)	,549		
SMEAN(=12)	,547		
SMEAN(=7)	,546	,429	
SMEAN(=36)	,543		-,386
SMEAN(=13)	,543		
SMEAN(=4)	,540	,403	
SMEAN(=5)	,529		
SMEAN(=35)	,520		

Component Matrix<sup>a</sup>

	Component		
	1	2	3
SMEAN(§8)	,516	,406	
SMEAN(§31)	,508		
SMEAN(§20)	,487		
SMEAN(§16)	,382		
SMEAN(§6)			
SMEAN(§2)	,523	,534	
SMEAN(§1)	,458	,491	

Extraction Method: Principal Component Analysis.

a. 3 components extracted.

Rotated Component Matrix<sup>a</sup>

	Component		
	1	2	3
SMEAN(§26)	,677		
SMEAN(§25)	,661		
SMEAN(§24)	,653		
SMEAN(§27)	,633		
SMEAN(§23)	,617		
SMEAN(§18)	,608		
SMEAN(§28)	,581		
SMEAN(§17)	,579		
SMEAN(§15)	,555		
SMEAN(§29)	,546		
SMEAN(§14)	,526		
SMEAN(§19)	,502		
SMEAN(§22)	,464		
SMEAN(§13)	,445		
SMEAN(§30)	,442		
SMEAN(§20)	,437		
SMEAN(§16)	,404		
SMEAN(§21)	,389		
SMEAN(§41)		,691	
SMEAN(§36)		,637	
SMEAN(§42)		,635	
SMEAN(§43)		,612	
SMEAN(§40)		,607	

Rotated Component Matrix<sup>a</sup>

	Component		
	1	2	3
SMEAN(§37)		,601	
SMEAN(§35)		,585	
SMEAN(§38)		,574	
SMEAN(§39)		,557	
SMEAN(§44)		,511	
SMEAN(§34)		,502	
SMEAN(§33)	,429	,462	
SMEAN(§32)		,453	
SMEAN(§31)		,412	
SMEAN(§2)			,727
SMEAN(§10)			,701
SMEAN(§3)			,683
SMEAN(§1)			,656
SMEAN(§7)			,649
SMEAN(§4)			,624
SMEAN(§8)			,615
SMEAN(§9)			,597
SMEAN(§11)			,583
SMEAN(§5)			,549
SMEAN(§12)			,537
SMEAN(§6)			

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.<sup>a</sup>

a. Rotation converged in 5 iterations.

Component Transformation Matrix

Component	1	2	3
1	,643	,567	,514
2	-,403	-,321	,857
3	,651	-,758	,022

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

### 3. 3. uygulamaya –hipotezlerin sınanması- ait Sonuçlar

```
GET
  FILE='D:\PHYSICAL EDUCATION\PHYSICAL EDUCATION\ÇALIŞMALAR\DOKTORA TEZ\DOKTORA
  A TEZ\Tez son analizler\Tez Analiz.sav'.
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
DESCRIPTIVES VARIABLES=hazeglenme sosyalbasari kendinigelistirme
  /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.
```

#### Descriptives

```
[DataSet1] D:\PHYSICAL EDUCATION\PHYSICAL EDUCATION\ÇALIŞMALAR\DOKTORA TEZ\DOK
TARA TEZ\Tez son analizler\Tez Analiz.sav
```

##### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
hazeglenme	941	1,00	5,00	4,0829	,63770
sosyalbasari	941	1,65	5,00	4,0580	,56333
kendinigelistirme	941	1,15	5,00	4,1235	,57204
Valid N (listwise)	941				

```
GLM hazeglenme sosyalbasari kendinigelistirme BY CINSIYET
  /METHOD=SSTYPE(3)
  /INTERCEPT=INCLUDE
  /EMMEANS=TABLES(CINSIYET)
  /PRINT=DESCRIPTIVE ETASQ OPOWER HOMOGENEITY
  /CRITERIA=ALPHA(.05)
  /DESIGN= CINSIYET.
```

#### General Linear Model

##### Between-Subjects Factors

	Value Label	N
CINSIYET 1,00	Kadin	360
2,00	Erkek	581

##### Descriptive Statistics

	CINSIYET	Mean	Std. Deviation	N
hazeglenme	Kadin	4,0980	,65012	360
	Erkek	4,0736	,63026	581
	Total	4,0829	,63770	941
sosyalbasari	Kadin	4,1076	,54588	360
	Erkek	4,0273	,57219	581
	Total	4,0580	,56333	941
kendinigelistirme	Kadin	4,1763	,55060	360
	Erkek	4,0907	,58300	581
	Total	4,1235	,57204	941

#### Box's Test of Equality of Covariance Matrices<sup>a</sup>

Box's M	27,684
F	4,597
df1	6
df2	3864624,126
Sig.	,000

Tests the null hypothesis that the observed covariance matrices of the dependent variables are equal across groups.

a. Design: Intercept + CINSIYET

Multivariate Tests<sup>a</sup>

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>c</sup>
Intercept	Pillai's Trace	,984	18944,874 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,000	,984	56834,623	1,000
	Wilks' Lambda	,016	18944,874 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,000	,984	56834,623	1,000
	Hotelling's Trace	60,656	18944,874 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,000	,984	56834,623	1,000
	Roy's Largest Root	60,656	18944,874 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,000	,984	56834,623	1,000
CİNSİYET	Pillai's Trace	,007	2,300 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,076	,007	6,901	,581
	Wilks' Lambda	,993	2,300 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,076	,007	6,901	,581
	Hotelling's Trace	,007	2,300 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,076	,007	6,901	,581
	Roy's Largest Root	,007	2,300 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,076	,007	6,901	,581

a. Design: Intercept + CİNSİYET

b. Exact statistic

c. Computed using alpha = ,05

Levene's Test of Equality of Error Variances<sup>a</sup>

	F	df1	df2	Sig.
hazeglence	,372	1	939	,542
sosyalbasari	,172	1	939	,678
kendinigelistirme	1,038	1	939	,309

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept + CİNSİYET

Tests of Between-Subjects Effects

Source	Dependent Variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>d</sup>
Corrected Model	hazeglence	,132 <sup>a</sup>	1	,132	,325	,569	,000	,325	,088
	sosyalbasari	1,433 <sup>b</sup>	1	1,433	4,532	,034	,005	4,532	,566
	kendinigelistirme	1,626 <sup>c</sup>	1	1,626	4,990	,026	,005	4,990	,607
Intercept	hazeglence	14842,314	1	14842,314	36471,991	,000	,975	36471,991	1,000
	sosyalbasari	14709,149	1	14709,149	46525,010	,000	,980	46525,010	1,000
	kendinigelistirme	15191,046	1	15191,046	46619,736	,000	,980	46619,736	1,000
CINSIYET	hazeglence	,132	1	,132	,325	,569	,000	,325	,088
	sosyalbasari	1,433	1	1,433	4,532	,034	,005	4,532	,566
	kendinigelistirme	1,626	1	1,626	4,990	,026	,005	4,990	,607
Error	hazeglence	382,127	939	,407					
	sosyalbasari	296,870	939	,316					
	kendinigelistirme	305,973	939	,326					
Total	hazeglence	16069,030	941						
	sosyalbasari	15794,052	941						
	kendinigelistirme	16307,426	941						
Corrected Total	hazeglence	382,259	940						
	sosyalbasari	298,303	940						
	kendinigelistirme	307,599	940						

a. R Squared = ,000 (Adjusted R Squared = -,001)

b. R Squared = ,005 (Adjusted R Squared = ,004)

c. R Squared = ,005 (Adjusted R Squared = ,004)

d. Computed using alpha = ,05

## Estimated Marginal Means

### CINSIYET

Dependent Variable	CINSIYET	Mean	Std. Error	95% Confidence Interval	
				Lower Bound	Upper Bound
hazeglence	Kadin	4,098	,034	4,032	4,164
	Erkek	4,074	,026	4,022	4,126
sosyalbasari	Kadin	4,108	,030	4,049	4,166
	Erkek	4,027	,023	3,982	4,073
kendinigelistirme	Kadin	4,176	,030	4,117	4,235
	Erkek	4,091	,024	4,044	4,137

GLM hazeglence sosyalbasari kendinigelistirme BY SPOR\_YAPIYORMUSUNUZ

/METHOD=SSTYPE(3)

/INTERCEPT=INCLUDE

/PRINT=DESCRIPTIVE ETASQ OPOWER HOMOGENEITY

/CRITERIA=ALPHA(.05)

/DESIGN= SPOR\_YAPIYORMUSUNUZ.



**Between-Subjects Factors**

	Value Label	N	
SPOR_YAPIYORMUSUNU	1,00	Evet	491
Z	2,00	Hayır	450

**Descriptive Statistics**

SPOR_YAPIYORMUSUNU		Mean	Std. Deviation	N
Z				
hazeglece	Evet	4,1339	,64439	491
	Hayır	4,0273	,62630	450
	Total	4,0829	,63770	941
sosyalbasari	Evet	4,0904	,56406	491
	Hayır	4,0227	,56103	450
	Total	4,0580	,56333	941
kendinigelistirme	Evet	4,1487	,57643	491
	Hayır	4,0960	,56658	450
	Total	4,1235	,57204	941

**Box's Test of Equality of Covariance Matrices<sup>a</sup>**

Box's M	47,189
F	7,838
df1	6
df2	6260006,783
Sig.	,000

Tests the null hypothesis that the observed covariance matrices of the dependent variables are equal across groups.

a. Design: Intercept + SPOR\_YAPIYORMUSUNUZ

Multivariate Tests<sup>a</sup>

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>c</sup>
Intercept	Pillai's Trace	,985	19932,773 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,000	,985	59798,319	1,000
	Wilks' Lambda	,015	19932,773 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,000	,985	59798,319	1,000
	Hotelling's Trace	63,819	19932,773 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,000	,985	59798,319	1,000
	Roy's Largest Root	63,819	19932,773 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,000	,985	59798,319	1,000
SPOR_YAPIYORMUSUNUZ	Pillai's Trace	,007	2,272 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,079	,007	6,815	,575
	Wilks' Lambda	,993	2,272 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,079	,007	6,815	,575
	Hotelling's Trace	,007	2,272 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,079	,007	6,815	,575
	Roy's Largest Root	,007	2,272 <sup>b</sup>	3,000	937,000	,079	,007	6,815	,575

a. Design: Intercept + SPOR\_YAPIYORMUSUNUZ

b. Exact statistic

c. Computed using alpha = ,05

Levene's Test of Equality of Error Variances<sup>a</sup>

	F	df1	df2	Sig.
hazeglence	,362	1	939	,547
sosyalbasari	,072	1	939	,788
kendinigelistirme	,017	1	939	,897

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept + SPOR\_YAPIYORMUSUNUZ

Tests of Between-Subjects Effects

Source	Dependent Variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>a</sup>
Corrected Model	hazeglence	2,870 <sup>a</sup>	1	2,870	6,606	,010	,007	6,606	,728
	sosyalbasari	1,075 <sup>b</sup>	1	1,075	3,397	,066	,004	3,397	,453
	kendinigelistirme	,652 <sup>c</sup>	1	,652	1,994	,158	,002	1,994	,292
Intercept	hazeglence	15639,178	1	15639,178	38687,110	,000	,976	38687,110	1,000
	sosyalbasari	15465,097	1	15465,097	48825,662	,000	,981	48825,662	1,000
	kendinigelistirme	15960,563	1	15960,563	48825,883	,000	,981	48825,883	1,000
SPOR_YAPIYORMUSUNUZ	hazeglence	2,870	1	2,870	6,606	,010	,007	6,606	,728
	sosyalbasari	1,075	1	1,075	3,397	,066	,004	3,397	,453
	kendinigelistirme	,652	1	,652	1,994	,158	,002	1,994	,292
Error	hazeglence	379,589	939	,404					
	sosyalbasari	297,228	939	,317					
	kendinigelistirme	306,947	939	,327					
Total	hazeglence	16069,030	941						
	sosyalbasari	15794,052	941						
	kendinigelistirme	16307,426	941						
Corrected Total	hazeglence	382,259	940						
	sosyalbasari	298,303	940						
	kendinigelistirme	307,599	940						

a. R Squared = ,007 (Adjusted R Squared = ,006)

b. R Squared = ,004 (Adjusted R Squared = ,003)

c. R Squared = ,002 (Adjusted R Squared = ,001)

d. Computed using alpha = ,05

```

/PRINT=DESCRIPTIVE ETASQ OPOWER HOMOGENEITY
/CRITERIA=ALPHA(.05)
/DESIGN= BÖLÜM_FAKÜLTE.

```

## General Linear Model

### Between-Subjects Factors

	Value Label	N	
BÖLÜM_FAKÜLTE	1,00	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	179
	2,00	Eğitim Fakültesi	196
	3,00	Fen Edebiyat Fakültesi	186
	4,00	Mühendislik fakültesi	197
	5,00	Sağlık Bilimleri Enstitüsü	183

### Descriptive Statistics

	BÖLÜM_FAKÜLTE	Mean	Std. Deviation	N
hazeglence	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	4,1890	,50728	179
	Eğitim Fakültesi	3,9685	,73182	196
	Fen Edebiyat Fakültesi	4,0616	,61972	186
	Mühendislik fakültesi	4,0065	,62530	197
	Sağlık Bilimleri Enstitüsü	4,2057	,64520	183
	Total	4,0829	,63770	941
sosyalbasari	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	4,1411	,53351	179
	Eğitim Fakültesi	3,9748	,57844	196
	Fen Edebiyat Fakültesi	4,0244	,53243	186
	Mühendislik fakültesi	4,0004	,59733	197
	Sağlık Bilimleri Enstitüsü	4,1620	,54763	183
	Total	4,0580	,56333	941
kendinigelistirme	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	4,2091	,49753	179
	Eğitim Fakültesi	4,0543	,65714	196
	Fen Edebiyat Fakültesi	4,0215	,48885	186
	Mühendislik fakültesi	4,0907	,59557	197
	Sağlık Bilimleri Enstitüsü	4,2527	,56524	183
	Total	4,1235	,57204	941

Box's Test of Equality  
of Covariance  
Matrices<sup>a</sup>

Box's M	113,109
F	4,680
df1	24
df2	2393842,676
Sig.	,000

Tests the null hypothesis that the observed covariance matrices of the dependent variables are equal across groups.

a. Design: Intercept + BÖLÜM\_FAKÜLTE

Multivariate Tests<sup>a</sup>

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Param.	Observed Power
Intercept	Pillai's Trace	,505	20287,434 <sup>b</sup>	3,000	294,000	,000	,505	81102,450	1,000
	Wilks' Lambda	,015	20287,434 <sup>b</sup>	3,000	294,000	,000	,505	81102,450	1,000
	Hotelling's Trace	25,420	20287,434 <sup>b</sup>	3,000	294,000	,000	,505	81102,450	1,000
	Roy's Largest Root	25,420	20287,434 <sup>b</sup>	3,000	294,000	,000	,505	81102,450	1,000
BÖLÜM_FAKÜLTE	Pillai's Trace	,027	2,294	12,000	2333,000	,000	,012	25,211	,222
	Wilks' Lambda	,989	2,294	12,000	2471,420	,000	,012	21,184	,201
	Hotelling's Trace	,028	2,294	12,000	2193,000	,000	,012	25,430	,222
	Roy's Largest Root	,028	8,723 <sup>c</sup>	4,000	228,000	,000	,023	23,211	,222

a. Design: Intercept + BÖLÜM\_FAKÜLTE

b. Exact statistic

c. The statistic is an upper bound on F (that yields a lower bound on the significance level).

d. Computed using alpha = ,05

Levene's Test of Equality of Error Variances<sup>a</sup>

	F	df1	df2	Sig.
hazeglence	2,070	4	936	,083
sosyalbasari	,411	4	936	,800
kendinigelistime	3,292	4	936	,011

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept + BÖLÜM\_FAKÜLTE

Table of Between-Subjects Effects

Source	Dependent Variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>d</sup>
Corrected Model	hourglass	3,514 <sup>d</sup>	4	2,149	5,389	,000	,022	21,478	,914
	sosyalbasari	5,428 <sup>b</sup>	4	1,359	4,949	,002	,018	11,919	,999
	kendinigelistirme	1,451 <sup>c</sup>	4	1,369	5,389	,000	,024	20,328	,999
Intercept	hourglass	15699,260	1	15699,260	99299,843	,000	,977	99299,843	1,000
	sosyalbasari	15492,902	1	15492,902	49515,140	,000	,981	49515,140	1,000
	kendinigelistirme	15299,900	1	15299,900	49378,920	,000	,982	49378,920	1,000
BOLUN_FANALTE	hourglass	3,514	4	2,149	5,389	,000	,022	21,478	,914
	sosyalbasari	5,428	4	1,359	4,949	,002	,018	11,919	,999
	kendinigelistirme	1,451	4	1,369	5,389	,000	,024	20,328	,999
Error	hourglass	919,625	940	,978					
	sosyalbasari	292,387	940	,311					
	kendinigelistirme	300,143	940	,320					
Total	hourglass	18999,090	944						
	sosyalbasari	15794,092	944						
	kendinigelistirme	18907,428	944						
Corrected Total	hourglass	392,250	940						
	sosyalbasari	293,909	940						
	kendinigelistirme	301,529	940						

a. R Squared = ,022 (Adjusted R Squared = ,018)

b. R Squared = ,018 (Adjusted R Squared = ,014)

c. R Squared = ,024 (Adjusted R Squared = ,020)

d. Computed using alpha = ,05

GLM haseglence sosyalbasari kendinigelistirme BY BOŞ\_ZAMAN\_DEĞERLENDİRM\_ŞEKLİ

```

/METHOD=SSTYPE(3)
/INTERCEPT=INCLUDE
/PRINT=DESCRIPTIVE ETASQ OPOWER HOMOGENEITY
/CRITERIA=ALPHA(.05)
/DESIGN= BOŞ_ZAMAN_DEĞERLENDİRM_ŞEKLİ.

```

## General Linear Model

Between-Subjects Factors

	Value Label	N	
BOŞ_ZAMAN_DEĞERLENDİRM_ŞEKLİ	1,00	Dinlenerek	577
	2,00	Sportif etkinliklere katılarak	180
	3,00	Sanatsal ve kültürel etkinliklere katılarak	184

## Descriptive Statistics

	BOŞ_ZAMAN_DEĞERLEN DIRM_ŞEKLİ	Mean	Std. Deviation	N
hazeglence	Dinlenerek	4,0278	,63302	577
	Sportif etkinliklere katılarak	4,1769	,61641	180
	Sanatsal ve kültürel etkinliklere katılarak	4,1640	,65655	184
	Total	4,0829	,63770	941
sosyalbasari	Dinlenerek	4,0245	,56003	577
	Sportif etkinliklere katılarak	4,0725	,56964	180
	Sanatsal ve kültürel etkinliklere katılarak	4,1487	,55991	184
	Total	4,0580	,56333	941
kendinigelistirme	Dinlenerek	4,0818	,56201	577
	Sportif etkinliklere katılarak	4,1971	,63558	180
	Sanatsal ve kültürel etkinliklere katılarak	4,1822	,52659	184
	Total	4,1235	,57204	941

Box's Test of Equality of Covariance Matrices<sup>a</sup>

Box's M	39,698
F	3,287
df1	12
df2	1152459,952
Sig.	,000

Tests the null hypothesis that the observed covariance matrices of the dependent variables are equal across groups.

a. Design: Intercept + BOŞ\_ZAMAN\_DEĞERLENDIRM\_ŞEKLİ

Multivariate Tests<sup>a</sup>

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameters	Observed Power <sup>b</sup>
Intercept	Pillai's Trace	,500	15025,200 <sup>b</sup>	3,000	268,000	,000	,500	45975,919	1,000
	Wilk's Lambda	,000	15025,200 <sup>b</sup>	3,000	268,000	,000	,500	45975,919	1,000
	Hotelling's Trace	49,119	15025,200 <sup>b</sup>	3,000	268,000	,000	,500	45975,919	1,000
	Roy's Largest Root	49,119	15025,200 <sup>b</sup>	3,000	268,000	,000	,500	45975,919	1,000
BOŞ_ZAMAN_DEĞERLEN DIRM_ŞEKLİ	Pillai's Trace	,019	9,097 <sup>c</sup>	8,000	1214,000	,000	,010	13,221	,919
	Wilk's Lambda	,981	9,098 <sup>b</sup>	8,000	1212,000	,000	,010	13,218	,919
	Hotelling's Trace	,019	9,098 <sup>b</sup>	8,000	1210,000	,000	,010	13,218	,919
	Roy's Largest Root	,014	4,929 <sup>c</sup>	3,000	297,000	,004	,014	12,183	,914

a. Design: Intercept + BOŞ\_ZAMAN\_DEĞERLENDIRM\_ŞEKLİ

b. Exact statistic

c. The statistic is an upper bound on F that yields a lower bound on the significance level.

d. Computed using alpha = ,05

Levene's Test of Equality of Error Variances<sup>a</sup>

	F	df1	df2	Sig.
hazeglence	,538	2	938	,584
sosyalbasari	,379	2	938	,685
kendinigelistirme	2,085	2	938	,125

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept + BOŞ\_ZAMAN\_DEĞERLENDIRM\_ŞEKLİ

Tests of Between-Subjects Effects

Source	Dependent Variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>d</sup>
Corrected Model	hazegence	4,554 <sup>a</sup>	2	2,277	5,655	,004	,012	11,310	,862
	sosyalbasari	2,199 <sup>b</sup>	2	1,100	3,483	,031	,007	6,967	,652
	kendinigelistirme	2,614 <sup>c</sup>	2	1,307	4,019	,018	,008	8,038	,718
Intercept	hazegence	12023,767	1	12023,767	29860,073	,000	,970	29860,073	1,000
	sosyalbasari	11786,079	1	11786,079	37336,054	,000	,975	37336,054	1,000
	kendinigelistirme	12204,115	1	12204,115	37534,439	,000	,976	37534,439	1,000
BOŞ_ZAMAN_DEĞERLENDİR M_ŞEKLİ	hazegence	4,554	2	2,277	5,655	,004	,012	11,310	,862
	sosyalbasari	2,199	2	1,100	3,483	,031	,007	6,967	,652
	kendinigelistirme	2,614	2	1,307	4,019	,018	,008	8,038	,718
Error	hazegence	377,705	938	,403					
	sosyalbasari	296,104	938	,316					
	kendinigelistirme	304,986	938	,325					
Total	hazegence	16069,030	941						
	sosyalbasari	15794,052	941						
	kendinigelistirme	16307,426	941						
Corrected Total	hazegence	382,259	940						
	sosyalbasari	298,303	940						
	kendinigelistirme	307,599	940						

a. R Squared = ,012 (Adjusted R Squared = ,010)

b. R Squared = ,007 (Adjusted R Squared = ,005)

c. R Squared = ,008 (Adjusted R Squared = ,006)

d. Computed using alpha = ,05