

T.C.
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

SPOR MERKEZİ ÜYELERİNİN CİDDİ BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE
KATILIMLARININ İNCELENMESİ

Gülseda ERASLAN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

YÜKSEK LİSANS TEZİ

KÜTAHYA

2017

T.C.
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

SPOR MERKEZİ ÜYELERİNİN CİDDİ BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE
KATILIMLARININ İNCELENMESİ

Gülseda ERASLAN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman

Doç. Dr. Alparslan ÜNVEREN

Kütahya

2017

ONAY SAYFASI

Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne:

Gülseda ERASLAN'ın hazırladığı “Spor Merkezi Üyelerinin Ciddi Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının İncelenmesi” başlıklı Yüksek Lisans tez çalışması jürimiz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Programında Yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

(Tarih / / 2017)

İmzalar

Jüri Başkanı: Doç. Dr. Adnan ERSOY

DPÜ BESYO Öğretim Üyesi

.....

Danışman: Doç. Dr. Alparslan ÜNVEREN

DPÜ BESYO Öğretim Üyesi

.....

Üye: Doç. Dr. Veysel KÜÇÜK

MÜ 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

Tez yazım sürecinde bana yol gösteren ve katkılarıyla beni yönlendiren, akademik yaşam içerisindeki gereklilikleri beni cesaretlendirerek aktaran, kıymetli tecrübelerinden faydalandığım, değerli danışmanım Doç.Dr.Alparslan ÜNVEREN'e çok teşekkür ederim.

Tezimde araştırma ölçeğini kullanmama izin veren Yrd.Doç.Dr. Müge AKYILDIZ'a, istatistik kısmında yardımlarını esirgemeyen Arş. Gör. Utku IŞIK'a ve Yüksek Lisans eğitimim sürecinde bizlere vermiş olduğu desteklerden dolayı değerli anabilim dalı başkanımız Doç.Dr. Adnan ERSOY'a teşekkürü borç bilirim.

Çalışma süresince tüm zorlukları benimle göğüsleyen ve hayatımın her evresinde bana destek olan canımdan çok sevdiğim annem Salime BAŞIBÜTÜN, babam Fevzi BAŞIBÜTÜN ve değerli arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak, fedakarlıklarıyla ve sabrıyla her şekilde destekteğim olan, beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan sevgili eşim Ali ERASLAN'a teşekkür ederim.

ÖZET

ERASLAN, G. Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman etkinliklerine katılımlarının incelenmesi. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Kütahya 2017. Bu araştırmanın amacı, Ankara ilinde rekreasyonel spor merkezlerini kullanan bireylerin ciddi boş zaman katılım düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemektir. Araştırmaya, Ankara ilinde farklı ilçelerde bulunan altı spor merkezinden, kendisini ciddi boş zaman katılımcısı olarak ifade eden ve çalışmaya gönüllü olarak katılan toplam 513 kişi (239 kadın, 274 erkek) katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Akyıldız (2013) tarafından geliştirilen, 42 madde ve 9 faktörden oluşan ‘Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği (CKBZ)’ kullanılmıştır. Bu ölçek dokuz alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; boş zaman kariyeri, yeterlilik hissi, psiko-sosyal fayda, terapatik fayda, sosyal dünya, bağlılık, kişilik, azim ve kişisel çaba olarak isimlendirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesi aşamasında SPSS Windows 21 Paket program kullanılmıştır. Cinsiyet açısından CKBZ ölçeği alt boyutları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ölçmek için T-Test, diğer bütün değişkenler (yaş, medeni durum, eğitim durumu, aile gelir durumu, egzersiz yapma öncelikli amacı, egzersiz yapma süresi, tesise ulaşım süresi) için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Anlamlı bulunan farklılıkların hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi uygulanmıştır. Sonuç olarak, spor merkezindeki ciddi boş katılımcılarının aldığı en yüksek puan “Terapatik Fayda” alt boyutuna ait iken en az puan “Sosyal Fayda” alt boyutuna aittir. Ayrıca, spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman puanları ile yaş, medeni durum, eğitim durumu, aile gelir durumu, egzersiz yapma öncelikli amacı, egzersiz yapma süresi, tesise ulaşım süresi değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık vardır.

Anahtar Kelimeler: Ciddi boş zaman, rekreasyon, spor merkezi

ABSTRACT

ERASLAN, G. Investigation of participations of sport center members to serious leisure time activities. Dumlupınar University, Institute of Health Sciences, the department of physical education and sport, the master thesis, Kütahya 2017. The purpose of this study is to examine the serious leisure time participation levels of individuals using recreational sports centers in Ankara in terms of different variables. As serious leisure participants, 513 people (239 women, 274 men) participated in the survey, representing from six recreational sports centers located in different districts in Ankara. The 'Serious and Casual Leisure Measure (CKBZ)' consisting 42 items and 9 sub-dimension developed by Akyıldız (2013) was used in the research. These factors are labelled as leisure career, feeling of competence, psychosocial benefit, therapeutic benefit, social world, commitment, personality, perseverance, and personal effort. SPSS 21.0 for Windows Package Program was used to analyze the data. In the statistical analysis, descriptive statistics was used to identify participants' demographic profiles and T-Test was used to determine whether a significant difference between the CKBZ scale subscales in terms of gender. In addition, ANOVA test was applied for all other variables (age, marital status, education status, family income status, exercise intention, duration of exercise, duration of facility transportation). The Tukey HSD test was applied to determine which groups resulted in significant differences. According to research findings, the highest score of the serious leisure participants in the sports center belongs to the "Treatik Benefit" sub-dimension while the minimum score belongs to the "Social Benefit" sub-dimension. In addition, there is a significant difference between the serious leisure scores of the sports center members and the age, marital status, educational status, family income status, exercise intention, duration of exercise, duration of facility transportation.

Key Words: Serious leisure, recreation, sports center

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ONAY SAYFASI	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ	x
GRAFİKLER LİSTESİ	xi
SİMGELER VE KISALTMALAR	xii
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Önemi ve Amacı.....	1
1.2. Problemin Durumu	2
1.3. Alt Problemler	2
1.4. Hipotezler	3
1.5. Araştırmanın Varsayımları	3
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları	3
1.7. Kavramlar ve Tanımları	4
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1. Boş Zaman Kavramı.....	5
2.1.1. Boş Zamanın Sınıflandırılması	8
2.2. Ciddi Boş Zaman.....	10
2.2.1. Ciddi Boş Zamanın Unsurları	11
2.2.2. Ciddi Boş Zaman: Gelişimi ve Mevcut Durumu	13
2.2.3. Ciddi Boş Zaman Katılımcılarının Sınıflandırılması.....	14
2.3. Rekreasyon Kavramı	16
2.3.1. Rekreasyon Özellikleri	18
2.3.2. Rekreasyon ve Ciddi Boş Zaman.....	19
2.4. Konu İle İlgili Araştırmalar	20
3. GEREÇ VE YÖNTEM	23
3.1. Araştırmanın Modeli	23

3.2. Evren ve Örneklem.....	23
3.3. Araştırma Tekniği ve Protokol	23
3.4. Veri Toplama Aracı.....	23
3.5. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi	24
4. BULGULAR.....	26
4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	26
4.1.1. Katılımcıların Cinsiyetlere Göre Dağılımı	26
4.1.2. Katılımcıların Yaşlara Göre Dağılımı.....	26
4.1.3. Katılımcıların Medeni Durumlarına Göre Dağılımı	27
4.1.4. Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Dağılımı.....	27
4.1.5. Katılımcıların Aile Bireyleri Sayısına Göre Dağılımı	28
4.1.6. Katılımcıların Aile Gelir Durumlarına Göre Dağılımı	28
4.1.7. Katılımcıların Egzersiz Yapma Amaçlarına Göre Dağılımı.....	29
4.1.8. Katılımcıların Egzersiz Yapma Sürelerine Göre Dağılımı	30
4.1.9. Katılımcıların Egzersiz Yapma Sıklığına Göre Dağılımı	30
4.1.10. Katılımcıların Sporda Harcadığı Süreye Göre Dağılımı.....	31
4.1.11. Katılımcıların Tesise Ulaşım Sürelerine Göre Dağılımı.....	31
4.2. Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği Puanları.....	32
4.3. Katılımcıların Farklı Değişkenlere Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri.....	33
4.3.1. Hipotez 1. Cinsiyetine Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri.....	33
4.3.2. Hipotez 2. Yaşa Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri.....	34
4.3.3. Hipotez 3. Medeni Duruma Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri	37
4.3.4. Hipotez 4. Eğitim Durumuna Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri.....	38
4.3.5. Hipotez 5. Aile Gelir Durumuna Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri.....	41
4.3.6. Hipotez 6. Egzersiz Yapma Amacına Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri	43
4.3.7. Hipotez 7. Egzersiz Yapma Süresine Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri	47
4.3.8. Hipotez 8. Tesise Ulaşım Süresine Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri ...	50
5. TARTIŞMA	54
6. SONUÇ.....	62
7.ÖNERİLER	65

KAYNAKÇA	66
EKLER	77
Ek 1: Kişsel Bilgi Formu.....	77
Ek 2: Anket Formu	78



TABLolar LİSTESİ**Sayfa**

Tablo 3.1. CKBZ alt boyutu iç tutarlılık katsayıları.....	24
Tablo 4.1. Katılımcıların cinsiyetlerine göre CKBZ alt ölçek puanlarının T-Testi sonuçları	33
Tablo 4.2. Katılımcıların yaşlarına göre ANOVA test sonuçları	35
Tablo 4.3. Katılımcıların medeni durumlarına göre T-Test sonuçları.....	37
Tablo 4.4: Katılımcıların eğitim durumuna göre ANOVA test sonuçları.....	39
Tablo 4.5. Katılımcıların aile gelir durumlarına göre ANOVA test sonuçları	42
Tablo 4.6. Katılımcıların egzersiz yapma amacına göre ANOVA test sonuçları	44
Tablo 4.7. Katılımcıların egzersiz yapma süresi göre ANOVA test sonuçları	48
Tablo 4.9. Katılımcıların tesise ulaşım sürelerine göre ANOVA test sonuçları	51

GRAFİKLER LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Grafik 4.1. Katılımcıların cinsiyetlere göre dağılımı	26
Grafik 4.2. Katılımcıların yaşlarına göre dağılımı	26
Grafik 4.3. Katılımcıların medeni durumlarına göre dağılımı	27
Grafik 4.4. Katılımcıların eğitim durumlarına göre dağılımı	27
Grafik 4.5. Katılımcıların aile bireyleri sayısına göre dağılımı	28
Grafik 4.6. Katılımcıların aile gelir durumlarına göre dağılımı.....	28
Grafik 4.7. Katılımcıların egzersiz yapma amaçlarına göre dağılımı	29
Grafik 4.8. Katılımcıların egzersiz yapma sürelerine göre dağılımı.....	30
Grafik 4.9. Katılımcıların egzersiz yapma sıklığına göre dağılımı.....	30
Grafik 4.10. Katılımcıların sporda harcanan süreye göre dağılımı.....	31
Grafik 4.11. Katılımcıların tesise ulaşım sürelerine göre dağılımı	31
Grafik 4.12. CKBZ Alt ölçek puanları.....	32
Grafik 4.13. Cinsiyetlere göre CKBZ ölçeği düzeyleri	33
Grafik 4.14. Yaşlarına göre Anova testi sonuçları.....	34
Grafik 4.15. Medeni durumlarına göre T-test sonuçları	37
Grafik 4.16. Eğitim durumlarına göre Anova test sonuçları.....	38
Grafik 4.17. Aile gelir durumlarına göre Anova test sonuçları	41
Grafik 4.18. Egzersiz yapma amacına göre Anova test sonuçları	43
Grafik 4.19. Egzersiz yapma süresine göre Anova test sonuçları.....	47
Grafik 4.20. Tesise ulaşım sürelerine göre Anova test sonuçları.....	50

SİMGELER VE KISALTMALAR

AKUT	Arama Kurtarma
ANOVA	Analysis of Variance
CKBZ	Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman
GSM	Gençlik Spor Müdürlüğü
SLIM	Serious Leisure Inventory and Measure
UNESCO	United Nations Educational Scientific and Cultural Organization



1. GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Önemi ve Amacı

Günümüzde boş zaman, yaşam kalitemiz ve bireysel gelişimimiz için çalışmakla birlikte eş değere sahip hale gelmiştir (119). Boş zaman etkinliklerinin insanların hayatlarında derin bir etkiye sahip olduğu yapılan birçok araştırma ile ortaya konulmuştur. Aristo ile başlayan, daha sonra din adamları, bilim adamları, gazeteciler ve bunun gibi insan grupları tarafından çeşitli boş zaman tanımları ve sınıflandırmaları yapılmıştır (108).

Ciddi boş zaman, 1970’lerde Robert Stebbins tarafından ortaya atılan bir kavramdır. Stebbins, boş zamanın ortaya çıkışından beri var olan katılımcıların sınıflandırılması ile ilgili belirsizliği açıklamaya çalışmıştır (48). Böylece, “kariyer” dünyasında meslek ile ilgili uğraşlara olan yönelime rağmen, O’nun ciddi boş zaman kavramı, sadece geçici heves olarak görülen uğraşların bir meziyet olarak da görülmesini sağlamıştır. Stebbins, ciddi boş zamanla ilgili bu çalışmaları yürütürken, Hartel (2003, 2005, 2006, 2008), Kari (2001, 2007), Arai (1997, 2000) ve Raisborough (1999, 2006, 2007) gibi araştırmacılar, insanların memnuniyet duymak ve tam olarak meslekleri ile ilgili olmasa da bir kimlik oluşturmak için seçtiği etkinliklerin gerçek önemini daha belirgin hale getirmiştir. Ayrıca, bunları bölümlere ve hatta alt bölümlere ayırmışlardır. Stebbins (1979, 1982, 1997, 2001, 2007, 2013) profesyoneller, amatörler, seyirciler, “ciddi” boş zaman, “kayıtsız” boş zaman, “proje-temelli” boş zaman, hobiciler ve kariyer gönüllülerinden oluşan bir dünya kurmuştur. Kısacası, Stebbins bir kişinin, büyük bir topluluktan farklı olabileceği hayalinin somut örneklerini vermiştir (27).

Nitekim bu güne kadar ciddi boş zaman alanında yapılan araştırmalar, ciddi boş zaman içinde öncelikle katılımcıların varlığının belirlenmesi üzerine odaklanmıştır. Ciddi boş zaman kavramının gerçek ve ölçülebilir bir olgu (96) olduğunun kabulünden sonra yapılan araştırmalar ise katılımcıların uğraş verdikleri boş zaman etkinlikleri etrafında bir kimlik oluşturmaları ve ortamı nasıl etkiledikleri ile ilgilidir. Ancak, yapılan literatür taraması sonucunda bireylerin ciddi boş zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik yapılan bilimsel çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir.

1.2. Problemin Durumu

Ciddi boş zaman, yaklaşık 30 yıl önce, araştırmacı Robert Stebbins tarafından bireylerin yaşamlarında herhangi bir zorunluluk ve baskı olmadan, kazanç elde etmeden yaptıkları etkinlikler olarak açıklanmıştır (103). Böylece ciddi boş zaman kavramı, boş zaman çalışmaları içerisinde kayda değer bir alan olarak gelişmiştir (27).

İnsanların kendi seçtikleri boş zaman uğraşı çerçevesinde bir kariyer ve kimlik geliştirmeleri mümkündür. Bu da, insanların boş zaman uğraşlarının incelenmesinde araştırmacılara fırsat vermektedir (86). Amerika’da 2006 yılında “Boş Zamanı Ciddi Şekilde Değerlendirmek: Boş Zamanda Ciddi Bilgi” başlığı ile ilgili bir araştırma paneli düzenlenmiştir. Bu panelde, ciddi boş zaman katılımcıları ve onların bilgi çevresi arasındaki ilişkiye yönelik daha fazla araştırma yapılması yönündeki çağrı ile ciddi boş zaman çalışmaları artmıştır (54). Fakat Stebbins tarafından sunulan ciddi boş zaman araştırma ve çalışma fırsatlarının artmasına rağmen, ciddi boş zaman katılımcıları halen ihmal edilen bir alan olarak kalmıştır (27).

Bu çalışmanın amacı, “Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman etkinliklerine katılımlarının nedenleri nelerdir?” sorusuna cevap vermektir.

1.3. Alt Problemler

Spor merkezi üyelerinin;

1. Cinsiyetine göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında bir farklılık var mıdır?

2. Yaşına göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında bir farklılık var mıdır?

3. Medeni durumuna göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında bir farklılık var mıdır?

4. Eğitim durumuna göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında bir farklılık var mıdır?

5. Aile gelir durumuna göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında bir farklılık var mıdır?

6. Egzersiz yapmadaki öncelik amacına göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında bir farklılık var mıdır?

7. Egzersiz yapma süresine göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında bir farklılık var mıdır?

8. Spor merkezi üyelerinin tesise ulaşım sürelerine göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında bir farklılık var mıdır?

1.4. Hipotezler

Spor merkezi üyelerinin;

1. Cinsiyetine göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında anlamlı bir fark vardır.

2. Yaşına göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında anlamlı bir fark vardır.

3. Medeni durumuna göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında anlamlı bir fark vardır.

4. Eğitim durumuna göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında anlamlı bir fark vardır.

5. Aile gelir durumuna göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında anlamlı bir fark vardır.

6. Egzersiz yapmadaki öncelik amacına göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında anlamlı bir fark vardır.

7. Egzersiz yapma süresine göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında anlamlı bir fark vardır.

8. Spor merkezi üyelerinin tesise ulaşım sürelerine göre, ciddi boş zaman alt boyutları arasında anlamlı bir fark vardır.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

Araştırma yapılırken ve bulgular yorumlanırken, aşağıdaki hususlar göz önünde tutulmuştur.

- Ulaşılan örneklem grubunun, evreni temsil ettiği kabul edilmiştir.
- Ölçeğe verilen cevapların doğru ve objektif olduğu kabul edilmiştir.
- Ölçek, gönüllü bireylere uygulanmıştır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma aşağıdaki konularla sınırlandırılmıştır. Bunların dışında kalan konular araştırmanın kapsamı dışındadır.

- Bu çalışma, Ankara ilinde farklı bölgelerde bulunan altı rekreasyonel spor merkezine 2016 yılında üye olan bireyler ile sınırlı tutulmuştur.
- Çalışmaya kendisini ciddi boş zaman katılımcısı olarak tanımlayan bireyler dâhil edilmiştir.
- Araştırma, bilgi toplama aracı olarak kullanılan Ciddi Boş Zaman Ölçeği (CBZÖ)'nden elde edilen bulgular ile sınırlıdır.

1.7. Kavramlar ve Tanımları

Spor Merkezi: “Belli imkân, ekipman ve personeli ile insanların egzersiz yapmalarını sağlayan işletmelerdir” (124).

Boş Zaman: Zorunlu olarak yapılan iş (ücretli veya ücretsiz) ve yaşamımızı sürdürmemiz için gerekli görevlerin (uyuma, yemek yeme gibi) dışında kalan serbest zamandır (58).

Ciddi Boş Zaman: “Ciddi boş zaman, kariyer veya kendini ifade etmek amacıyla yapılan; özel bilgi, deneyim ve beceri gerektiren; hobi, amatör veya gönüllü faaliyetler ile sistematik katılıma dayalı, önemli, ilginç, tatmin edici etkinliklerdir”(105).

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Boş Zaman Kavramı

Boş zaman kavramı, bireysel, toplumsal, ulusal ve uluslararası olmak üzere bir çok açıdan farklı şekillerde algılanmaktadır. Kelime kökeni olarak boş zaman, Yunanca “skhole” ve Latince “licere” kelimelerinden gelmektedir (120). Ayrıca, licere kelimesi “izin vermek veya mücadele etmek” anlamına da gelmektedir (119). Boş zaman, ilk uygarlıklarda elitizm ve sınıf ayrımcılığı gibi kavramlarla birlikte tanımlanmıştır. Ancak, boş zamanın ilkel çağlarda yaşanan kötü hava koşulları ve avlanmadan sonra temel ihtiyaçların karşılanmasıyla birlikte yapılan kutlamalar olarak ortaya çıktığı düşünülmektedir (98).

Basit toplumlarda iş ve eğlence arasında kesin bir çizgi yoktur. Geçmişte ve hatta günümüzde hemen her yerde kendilerinin ve ailelerinin geçimleri için çok sıkı ve uzun süre çalışan, boş zaman kavramından yoksun insanlar vardır. Bu dönemde, köylü hayatı genelde yaşamak için çalışmakta ve fırsat olduğunda eğlenebilmektedir. Sosyal sistemlerde ise boş zaman, hayatın bir parçası (gece-gündüz, iklim, mevsim, hasat) olarak değerlendirilmektedir. Boş zaman fırsatları, ilk kültürlerin kutsal mitolojilerine göre düğün, bayram, festival, kutlama gibi özel günler yoluyla zorunlu olarak ortaya çıkmaktadır (119). Özetle, ilk zamanlar boş zaman kasıtlı/bilinçli olmamakla birlikte günlük yaşam döngüsündeki görevler etrafında kendiliğinden şekillenmiştir (39).

18. ve 19. yüzyılda endüstri devrimi ile birlikte birçok sosyal değişim ortaya çıkmıştır. Fabrikalar, şehirleri daha büyük hale getirmiştir. İnsanlar, küçük yerleşim yerlerinden köylere, köylerden kasabalara ve kasabalardan şehirlere göç etmişlerdir. Kentsel nüfusun artışı ile evsiz insanlar, fakirlik, suç oranları ve çocuk işçi sayısı artmıştır. Endüstri devrimi ile ortaya çıkan ağır çalışma şartları, düşük ücretler ve diğer önemli olaylar İngiliz Endüstri Tarihi kayıtlarında da yer almaktadır. Doğada yaşayan insanlardan, dilediği gibi dışarıda dolaşan çocuklara kadar herkes zor şartlar altında küçük odalarda yaşamak durumunda kalmış ve eğlenmek için çok az boş zamana sahip hale gelmişlerdir. Ayrıca, herhangi bir rekreasyon alanı da o dönemlerde mevcut değildir (119).

Zamanla endüstri devriminin şekil almasıyla birlikte, yenilikçiler çocuklar başta olmak üzere insanların refah ve sağlığıyla ilgili endişeler duymaya başlamıştır. Bunun yanı sıra, giderek artan sağlık sorunları boş zaman ve rekreasyon kavramlarının gündeme gelmesine neden olmuştur. Çalışanlar artık dinlenebilecek ve eğlenebilecekleri zamana da ihtiyaç duymuş ve kendileri için bu zamanı talep etmişlerdir (119).

Boş zaman ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında, çalışanların boş zamanlarını optimize edebilecek iş paylaşımları, ücretsiz izin, erken emeklilik gibi uygulamaları dahi kabul ettikleri görülmektedir. Dolayısıyla, çalışanlar kendilerini bireysel olarak geliştirebilecek potansiyel şeyleri yerine getirmek üzere fırsatlar aramaktadırlar (98). Amerikalılar üzerinde yapılan bir araştırmada ise, çalışanların büyük çoğunluğu iş yerlerinin ve devletin wellness ile ilgili politikalar geliştirdiği bu günlerde, kendilerini daha çok gerçekleştirecekleri etkinliklere katıldıklarını ifade etmişlerdir (25).

Bu araştırmalar, insanların çok boş zamanlarını giderek daha iyi sürdürebilecekleri ekonomiye sahip olmak için çalıştıklarını göstermektedir. Aristo'nun dediği gibi "işin sonu boş zaman kazanmaktır" (98).

Psikolojik, sağlık, fiziksel ve sosyal açıdan önemli yararlar sağlayan boş zaman, insanların hayatında derin bir etkiye sahip olmuştur (36). Günümüzde ise boş zaman, yaşam kalitemiz ve bireysel gelişimimiz için çalışmakla eşit öneme sahip hale gelmiştir (119). Ayrıca, bu süreç içinde, boş zaman birçok araştırmacı tarafından tartışma konusu olmuş ve farklı şekillerde tanımlanmıştır. Bu tanımlardan bazıları aşağıdaki gibidir (45).

Tezcan (1982), boş zamanı "insanların çalışma ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanması dışındaki özgürce dinlenme, başarı kazanma, kişisel gelişme, eğlenme için kullandıkları zaman" şeklinde tanımlamıştır.

İnce (2000)'ye göre boş zaman, "insanın hem kendisi hem de diğer bireyler için tüm zorunluluklardan veya bağlantılarından kurtulduğu, kendi seçtiği eğlendirici ve dinlendirici bir faaliyetle uğraşacağı zaman dilimidir" (62)

Karaküçük, boş zaman kavramını geniş ve kapsamlı olarak şu şekilde tanımlamıştır: "boş zaman insanın zorunluluklar dışında, eğilimleri ve istekleri

doğrultusunda istediği gibi oyalanabilmesi, dinlenebilmesi, eğlenebilmesi veya kendini geliştirebilmesi için hak ettiği zaman dilimidir'. Bu tanımda boş zamanın bireyler için bir hak olduğu da vurgulanmaktadır (65).

Serbest ve özgür bir şekilde dilediğini yapma anlayışına dayanan boş zaman kavramı, kısaca yapılması zorunlu olan eylemlerin dışında kalan ve istenildiği gibi kullanılan bir zaman dilimi olarak tanımlanabilir (66; 58).

Boş zaman kavramı ile ilgili uzun yıllar yapılan çalışmalar neticesinde, alanyazında farklı şekillerde ifadelerin yer aldığı yukarıdaki tanımlarda açıkça görülmektedir. Ancak, bu tanımlarda boş zaman ile ilgili farklı görüşlerin yanı sıra önemli benzerliklerde mevcuttur (111). Boş zaman kavramı konusunda tarihsel olarak değişen tanımlar aşağıdaki gibi sıralanmaktadır.

- Godbey (1994); Boş zaman, sadece tek bir önemli özelliğe sahiptir. Bu özellik ise algılanan özgürlüktür. Sadece, serbestçe yapılan ve kısıtlamalardan arınmış aktiviteler boş zaman olarak görülebilir.
- Veal (1992); Boş zaman, iş ve görevlerden kalan zamanlardır. Görece olarak özgürlük içeren aktivitelerden oluşmaktadır.
- Torkildsen (1999); Boş zaman, zaman seçimi özgürlüğü ve kısıtlamalarda özgürlük konularıyla tanımlanan görev ile işlerden arta kalan zamanlardır.
- Horner ve Swarbrooke (2005); Kişilerin işte bulunmadığı zamanlar boş zamanlar olmaktadır.
- Edginton ve Chen (2008); Boş zaman; bilim, kültür ve sanat alanlarında paylaşımları içermekte, kişilerin dinlenme hakkını göstermekte, işlerden arta kalan limitli zamanı belirtmekte ve yaşam kalitesini artırma fırsatı yaratmaktadır.
- Godbey (2008); Boş zaman süresi, boş zaman alanı ve boş zaman aktivite unsurları, boş zaman amacı ve boş zaman özgürlüğü değişkenleri ile birlikte boş zamanın tanımlanmasında önemli olan değişkenlerdir.
- Page ve Connell (2010); Boş zaman; fiziksel dinlenme, kendini anlama, zihinsel denge ve çevre koşullarını kapsamaktadır. Boş zaman işten, sorumluluklardan farklı olmakla birlikte, çalışmanın tam tersi olan seçim fırsatıyla ilgili bir olguyu göstermektedir.

2.1.1. Boş Zamanın Sınıflandırılması

Boş zaman, birçok araştırmacı tarafından amaç, süre, aktivite, yaşam şekli gibi kategorilere göre sınıflandırılmıştır.

Saçcan (1986) tarafından yapılan kullanım amacına göre sınıflandırmada sportif boş zaman, yaratıcı boş zaman, sosyal boş zaman ve turistik boş zaman olmak üzere dört grup yer almaktadır (45; 62).

Sportif Boş Zaman: İnsanların amatör olarak, özgürce ve severek spor yapmak için ayırdıkları boş zaman dilimidir.

- *Bir tıp doktorunun boş zamanını çok sevdiği yüzme sporu ile değerlendirmek için kullandığı zaman,*
- *Bir öğrencinin hobi olarak dağcılık sporuna katılmak için kullandığı zaman vb.*

Yaratıcı boş zaman: İnsanların yaratıcı yetenekler (resim, heykel yapımı, el sanatları vb.) için ayırdıkları boş zaman dilimidir.

- *Resim yapmak,*
- *Heykel yapmak,*
- *El sanatları yapmak için kullandığı zaman vb.*

Sosyal boş zaman: İnsanların sosyal etkinliklere katılmak için ayırdıkları boş zaman dilimidir.

Örneğin insanların;

- *Eş, dost ve akraba ziyareti için*
- *Kutlamalara katılmak için*
- *Aile veya arkadaş toplantılarına katılmak için kullandıkları boş zaman dilimi vb.*

Turistik boş zaman: İnsanların turizm olayına katılmak için ayırdıkları boş zaman dilimidir. Turizm olayına katılma süresi içinde, zorunlu etkinlikler dışında kalan zaman dilimiyle ilgilidir.

- *Bir arkadaş grubunun iki günlüğüne Marmaris'e tatil amaçlı olarak giderek bir otele iki gece konaklamak ve seyahati süresinde bulunduğu turistik*

yöredeki tarihi ve doğal güzellikleri görmek ve tanımak için,

- *Ankara'da ikamet eden bir ailenin turistik amaçlarla Antalya'ya yaptıkları seyahat turistik boş zaman kapsamına girer.*

Dumazedier (1974)' in boş zaman faaliyetleri sınıflamasına göre boş zamanı, iş, ailevi sorumluluklar, manevi yükümlülükler ve kendini gerçekleştirme amaçlı aktiviteler olarak sınıflandırmaktadır. Boş zaman aktiviteleri, gruplara, amaçlara veya yapılış yerlerine göre farklı şekillerde sınıflandırılabilir. Ancak, en yaygın olarak kullanılan boş zaman sınıflama türü süreleredir. Buna göre boş zamanlar kısa süreli ve uzun süreli boş zamanlar olarak ikiye ayrılmaktadır (43)

Kısa Süreli Boş Zamanlar:

1. İşgünü sonu (akşamüstü) boş zamanları,
2. Hafta sonları ve
3. Kısa süreli tatiller iken,

Uzun Süreli Boş Zamanlar:

1. Çocukluk dönemi boş zamanları
2. Yıllık izin boş zamanları ve
3. Emeklilik dönemi boş zamanlarıdır.

Boş zamanı sınıflandırılmasındaki bir diğer yöntem ise boş zamanı zaman, aktivite, ruh hali, bütünsel yayılımcı, yaşam şekli, harcama gibi yaklaşımların ele alınmasıdır (17). Bu yaklaşımlar aşağıdaki gibidir (58).

Zaman Olarak Boş Zaman:

- Boş zaman, ücretli veya ücretsiz olarak çalışılmadığı zamandır.
- Bireyin zorunlu olarak yapması gereken (uyuma, yemek yeme vb.) aktivitelerden sonra kalan serbest zamandır.

Aktivite Olarak Boş Zaman:

- Bireylerin ev işleri veya uyku gibi zorunlu yapması gereken iş/eylemlerden artakalan serbest zamanlarında kendilerini meşgul ettikleri zamandır.
- Boş zaman, pasif, duygusal, aktif ve yaratıcı tutumlardan oluşan dört düzey

üzerinde yapılan aktivitelerdir.

Ruh Hali Olarak Boş Zaman:

- Katılımcının algısına göre değişir.
- Algılanan özgürlük, içsel motivasyon, pozitif etki ve deneyimin boş zaman olup olmadığının tanımlanmasında önemlidir.

Robert A. Stebbins boş zaman aktivitelerini “ciddi boş zaman” ve “kayıtsız (gayri-ciddi) boş zaman” olarak; boş zaman aktivitelerine katılan bireyleri ise “ciddi boş zaman katılımcısı” ve “kayıtsız (gayri-ciddi) boş zaman katılımcısı” olarak ikiye ayırmıştır. Gould ise bu sınıflandırmanın, aktif/pasif, açık/kapalı, entelektüel/fiziksel gibi daha önceden yapılan tüm sınıflamaları içine alabilecek kadar kapsamlı olduğunu ifade etmektedir (6).

Ciddi boş zaman kavramı ile ilgili ilk araştırmaları yapan Robert A. Stebbins kariyeri boyunca spor, boş zaman, iş ve bu kavramları birarada tutan genel sosyolojik ilişkiler ilgili birçok kitap ve makale yazmıştır. Son kitabı olan Ciddi Boş Zaman: Zamanımıza Bir Bakış Açısı (Serious Leisure: A Perspective for Our Time) boş zamanın farklı şekillerini, yoğunluk düzeylerini ve çeşitli sosyal durumlar boyunca sürecin nasıl şekil aldığını anlatmaktadır. Stebbins, boş zamanın gündelik, anlık uğraşlardan yoğun kısa zamanlı projelere, büyük bir zaman, para ve enerji gerektiren daha ciddi ömür boyu yükümlülükler kadar çeşitlilik gösterdiğini belirtmiştir (84).

2.2. Ciddi Boş Zaman

Boş zamanın izleyici ve katılımcı araştırmalarının yapıldığı zamanlarda ortaya atılan “ciddi boş zaman” kavramı oldukça merak uyandırmıştır. Genel olarak, “ciddi” ifadesi gerçek hayatta “iş” ile ilgili kullanıldığından ve boş zaman kavramı da “mutluluk” olarak görüldüğünden “ciddi boş zaman” insanlara çelişkili gelmiştir. Şimdilerde ise bu görüşün farklılaştığı ve çelişkinin giderildiği görülmektedir. Şuan boş zamanda ve çalışma ortamındaki değer ve alışkanlık unsurları, günümüz endüstri sonrası toplumlarda nüfusun önemli bir oranda (hala bir azınlık da olsa) boş zamana doğru ciddi bir yönelimin ipuçlarıdır. Ayrıca, bu akımın başlangıcı çeşitli kaynaklardan geliyor olup, bu oranın bir süre için büyümeye devam edeceği de muhtemeldir (98).

Jenkins, Sherman (1979), Sherman (1986) ve Veal (1987)' in de içinde olduğu çok sayıda yazar, bir işçinin çalışma süresinin gelecekte azalacağını öngörmüşlerdir. Bu öngörü, kısmen ekonominin düşmesiyle ortaya çıkan bir yansıma ve mevcut iş sayısının azalmasıyla oluşmuştur. Çalışma zamanının bu denli azalması insanlarda boş zamanın artması ile sonuçlanacaktır. Fakat bununla birlikte boş zamanın etkili ve verimli kullanılmaması sorununu da beraberinde getirmektedir (98).

İnsanlar emekli oldukları zaman aslında boş zaman ile ilgili önemli bir engel ile karşı karşıya kalırlar. Çünkü toplumda daha genç bireyler için mevcut olan birçok tesisten faydalanmak mümkün olmamaktadır. Bu iş hayatının meyvesini yemekten daha çok, çalışmaya devam etmek için çalışmak anlamına gelir (98).

Boş zamanlarda yapılabilecek çok fazla etkinlik olmasına rağmen insanlar kendilerini çok uzun süreler ve zor şartlarda çalışmaya mahrum ederler. Boş zaman sadece dinlenme veya haz veren etkinlikler değildir. Aksine, boş zaman aktiviteleri hem kişiler hem de genel olarak toplumlar için yapıcı ve tatmin edicidir (98).

Stebbins (2007), ciddi boş zamanı üç kategoride incelemiştir. Bunlar; hobi etkinlikleri, amatör takipçiler ve gönüllü kariyerdir. Kategorik olarak amatör takipçiler, aynı faaliyetleri yapan profesyonellerin varlığı ile ayırt edilirken, hobi aktiviteleri ve kariyer gönüllülüğü bir etkinlikte profesyonelliğin yokluğu ile tanımlanır. Bu noktadan hareketle ciddi boş zamanın geniş tanımı şu şekildedir.

“Ciddi boş zaman, kariyer veya kendini ifade etmek amacıyla yapılan; özel bilgi, deneyim ve beceri gerektiren; hobi, amatör veya gönüllü faaliyetler ile sistematik katılımlı, önemli, ilginç, tatmin edici etkinliklerdir” (105).

2.2.1. Ciddi Boş Zamanın Unsurları

Stebbins (1992, 2007), ciddi boş zaman kavramını sosyal psikolojik düzeyde altı kategoriye ayırmıştır. Bunlar;

1. *Azım*: Devamlılık için gerekli ihtiyaçlardır. Yerine getirmesi gereken şeyleri ayı düzeyde devam ettirecek deneyim için bazen belirli zorlukların üstesinden gelebilmektir. Stebbins (2007)'e göre bir aktivitenin sonuna gelmek engellerin üstesinden gelmek ve zorlukları başarılı bir şekilde geçmek ile tamamlanır.

2. *Kariyer*: kendi özel yükümlülükleri, dönüm noktaları ve başarı sahneleriyle şekillenen boş zaman kariyeri gayretini sürdürme fırsatıdır.

3. *Yeterli Çaba*: Ciddi boş zaman katılımcılarının, özellikle sonradan kazanılan bilgi, eğitim, beceri ve bazen bu üçünü kullanarak ciddi şekilde kişisel çaba harcamasıdır.

4. *Somut Sonuçlar*: Ciddi boş zaman, katılımcılar için uzun süreli somut ve faydalı çıktılarını olan kazançlar sağlar. Bu faydalar, örneğin kendini gerçekleştirme, kendini ifade etme, yenilenme, başarı duygusu, sosyal etkileşim, aidiyet etkisi, sürekli fiziksel ürünler (bir mobilyanın boyanması), beden algısının artırılması gibi sıralanabilir. Kişisel haz, gerçek eğlence, geçici yararlar da listede yer alan diğer faydalardır. Bu yararları gerçekleştirmeyi istemek, katılımcılar için güçlü bir motivasyon ve kazanç oluşturur (99).

5. *Kültürel Ahlak*: Ciddi boş zaman, her bir özel yapı ile paralel olarak ortaya çıkan kültürel ahlak ile tanımlanır. Bu kültürel ahlak, ciddi boş zamanda paylaşılan değerler, inançlar, hedefler, uygulamalar ve katılımcının toplumunun ruhudur. Katılımcıların sosyal dünyaları, ifadeler (tutum, değer, inanç gibi) veya gerçekleştirilen (uygulamalar, hedefler gibi) örgütsel çevreleridir (105).

6. *Güçlü Kimlik*: Ciddi boş zaman uğraşının altıncı özelliği, seçtikleri etkinliği güçlü bir şekilde tanımlayan katılımcıların eğilimleridir. Ciddi boş zamanın samimiyet, ciddiyet ve önemi bir çok katılımcının kendine özgü bir kimliği için esas teşkil etmektedir. Shipway ve Jones (2008) tarafından yapılan araştırmalarda, bireylerin boş zaman kimliklerinin, kendilerini ve yeteneklerini daha iyi ifade edebilecekleri belirli aktiviteye katılmalarında onları motive edebileceğini belirtmektedir. Böylece, bireyler daha kesin boş zaman kimlikleri kazanabileceklerdir.

Stebbins (1997), ciddi boş zaman aktivitelerini kendi kimliklerinin yanı sıra kendi yaşam tarzlarını oluşturmak olarak tanımlamıştır. Her ikisi de katılımcıların genel yaşam tarzlarına göre boş zamanın belirli dönemlerinde merkezde yer alır. Stebbins (1998) yaşam tarzını, tutarlı ilgilerin etrafında organize edilmiş, toplumsal koşul veya her ikisini de barındıran kendine özgü paylaşılan davranış kalıpları olarak tanımlamaktadır. Yani, katılımcılar bir dereceye kadar kendilerini tanıyan insan grubunun üyesidir (102). Bazı geçici boş zaman kullanıcıları yaşam tarzlarını geçici boş zaman etkinlikleri ile belirleyebilir (98).

Katılımcılara kimlik, kültür ve anlam kaynağı sağlayacak ciddi boş zamanın potansiyel kapasitesi alanyazında öne çıkan şeydir (24).

2.2.2. Ciddi Boş Zaman: Gelişimi ve Mevcut Durumu

Ciddi boş zaman ilk olarak geliştirilmesinin amacı, çerçevelendirilebilen boş zaman çalışmaları aracılığıyla bir görüş sağlamaktır (74). Boş zamanın hangi şekillerde (kayıtsız, proje bazlı, ciddi) sınıflandırılabilceğinin belirlenmesi ve boş zaman aktivitelerinin (oyun, rahatlama, sosyal iletişim ve diğerleri) bu sınıflandırmalara ait olabileceği üzerine çalışıldı. Her ne kadar, bu çalışmalar olduğundan farklı görünüyor diye eleştirilse de aslında bir sınıflandırma sistemiydi (113). Ancak, görünüşü (yapısı) ve amacı arasındaki tutarsızlığa rağmen, gerçekten işlevi etkiliydi. Ciddi boş zaman, boş zamanın tüm alanlarını birleştiren ve kaynaştıran kavramsal çerçeve ve tipoloji geliştirmiştir (104; 49).

Ciddi boş zaman alanında yapılan araştırmalar genel olarak üç kategoriye ayrılmıştır. Bunlar; sınıflandırma, yapı çözüm ve bilgilendirmedir. İlk kategori olan sınıflandırma ciddi boş zaman ile ilgili temel çalışmalardır. Bu çalışmalar, Stebbins tarafından yapılan (1979, 1982, 1992, 1994, 1996, 1997, 1998, 2001, 2002, 2007, 2010, 2011, 2013) ve farklı alanlarda ortaya çıkan sınıflandırma tanımlarının belirtilmesi ve sağlamlaştırmasıdır. Ciddi boş zaman çalışmaları Stebbins'in kendisi ile özdeşleşmiştir. Özellikle, ilk çalışmaları olan sanatta, bilimde, sporda ve eğlencede kullanılan amatör boş zaman uygulamaları tüm ciddi boş zaman alanında bilgilendirici ve öncü niteliğindedir (98; 42).

Stebbins'in ilk ciddi boş zaman açıklamalarından sonra Parker (1992), Rojek(1997), Hartel (2003), Hutchinson & Kleiber (2005), Graham (2004) ve Orr (2006) tarafından ciddi boş zaman sınıflandırma çalışmaları yapılmıştır. Parker, Graham ve Orr çalışmalarında ciddi boş zaman kavramında gönüllülüğü öne çıkarırken, Hartel, daha çok hobiciliğe odaklanmıştır.

Bir araştırma alanı olarak ciddi boş zamanın ilk çalışmalarından itibaren otuz yıl geçmiştir. Ancak, son yıllardaki değişim belirgin hale gelmiş (87) ve ciddi boş zaman yapısı ile önceki çalışmalarda gözardı edilen unsurlar üzerine daha fazla araştırmalar yapılmıştır. Bu yapı süreci ciddi boş zamanın ilk olarak unsurlarını düzenlemeyi hedefler. En sonunda da cinsiyet farklılıkları (88, 89, 90; 128; 20; 35;

46; 114; 29) ve kültürel olduğu algısını değiştirerek ciddi boş zaman ile ilgili ikinci aşama çalışmaları şekillendirir (75). Bu çalışmalar ciddi boş zaman tanımlamasının çok küçük bir yüzdesini oluştursa da, ciddi boş zaman kavramının gelişmesinde önemlidir (29).

2.2.3. Ciddi Boş Zaman Katılımcılarının Sınıflandırılması

Boş zaman uğraşları süre içerisinde değişime uğramıştır. Bu uğraşlar kişisel ifade, kişisel gelişim gibi daha çok insanların yaptıkları işlerle ilgilidir. Boş Zaman Perspektifi “the Serious Leisure Perspective” tüm boş zaman aktivitelerinin sınıflandırılması için bir tipoloji niteliğindedir. İlk teori, amatör ve hobi etkinlikleri çalışmalarının sentezi ile Stebbins tarafından yapılmıştır. Daha sonra boş zaman uğraşlarının bütün çeşitleri (ciddi, kayıtsız, proje-tarzı) sınıflandırılarak teorik bir çerçeve oluşturulmuştur (24).

Benzersiz şeklinden dolayı, ciddi boş zaman uğraşları diğerlerine (kayıtsız, proje-tarzı) göre daha kapsamlı çalışma alanı olmuştur. Kayıtsız boş zaman, “hemen, yapmaya değer, nispeten kısa süreli hoşnutluk sağlayan, yapmak için herhangi bir eğitim gerektirmeyen aktiviteler” olarak tanımlanmıştır (99). Sınıflandırma yaparken değerlendirilen en önemli şey, belirli bir uğraş, doğru yaklaşım ve etkinliğin temsil edilmesidir. Kayıtsız boş zaman, ciddi boş zamanın sağladığı uzun ömürlü yararları sunmamasına rağmen, katılımcılarına kendine özgü yararlar sunar. Bu yararlar aşağıdaki gibidir (102);

- Yaratıcılık ve buluş kıvılcımı,
- Eğitici eğlence veya bilgilendirici eğlence yoluyla öğrenme,
- İş zamanları dışında yenilenme ve serbest zamanı değerlendirme,
- Bireyler arasındaki ilişkinin geliştirilmesi ve korunması,
- Yaşam kalitesi ve iyi olma hali.

Yukarıda sıralanan bu yararlar karşın, can sıkıntısı, boş zaman etkinliğinden yoksunluk, kişiliğe ve topluma sınırlı katkı da kayıtsız boş zamanın olumsuz yanını oluşturmaktadır (102).

İkinci boş zaman yaklaşımı proje-temelli oluşturulan etkinliklerdir. Bunlar, bir kez veya nadiren yapılan, kısa süreli, fazla karmaşık olmayan boş zaman

etkinlikleridir (105). Proje-temelli boş zaman, ciddi bir plan, çaba, bazen de bilgi ve beceri gerektirir. Bir kariyer, belirli bir uğraş için bilgi, beceri ve deneyimin geliştirilmesi, ilerlemesi ve sürekliliği hissidir (105).

Üçüncü boş zaman yaklaşımı olan ciddi boş zaman kavramı ise, “katılımcılarının bir kariyer elde etmek amacıyla yeterince ilginç ve önemli olan özel bir bilgi, beceri ve deneyimin kombinasyonunu ifade eder” (99).

Ciddi boş zaman, önemli bilgi, beceri ve deneyimlere dayanan, içe işleyen, kalıcı ve son derece tatmin edici olarak görülmektedir. Bu nedenle, ciddi boş zaman, katılımcılarının etkinliklere tam olarak kendilerini vermesiyle tanımlanabilir. Normal bir serbest zamandan farklı olarak, ciddi boş zaman uğraşı önemli, dayanıklı, anlamlı ve kayda değer olarak görülmektedir (24).

Stebbins’e göre ciddi boş zaman etkinliklerine katılmak için üç yol vardır. Bunlar, amatörler, hobiciler ve kariyer gönüllüleridir. Her biri istekli yapılan, motive edici uğraşları gerektirir. Amatörler, genellikle sahip oldukları ve/veya karşılıksız etkinliklere adadıkları süre sayesinde mesleki akranları ile bağlantılıdır. Hobiciler, mesleki akranlarından yoksundur. Gönüllüler ise organizasyonun dahilindeki ücret haricinde herhangi bir ücret almadan hizmet sunmak amacıyla mesleki organizasyonlar ile bağlantılıdır. Amatörler, hobiciler ve kariyer gönüllüleri ile ilgili daha detaylı açıklamalar aşağıdaki gibidir.

- *Amatörler:* Profesyonel emsalleri ile çeşitli şekillerde devamlı bağlantı halinde oldukları sanat, bilim, spor ve eğlence etkinliklerinde görülür. Bu iki grup, adı geçen etkinliğin profesyoneller için geçim kaynağı olması, amatörler için ise olmaması olarak birbirinden ayrılmaktadır. Dahası, çoğu profesyonel bir etkinliği iş olarak tam zamanlı yaparken, amatörler ise yaptıkları uğraşları yarı zamanlıdır. Ancak, Sanat ve eğlence alanında uğraş veren kişilerin genelde yarı zamanlı çalışması bu ayrımı daha karmaşık hale getirmektedir. Bu kişiler, yaptıkları işin kalitesi nedeniyle profesyonel olarak anılmaktadır (109).

Akyıldız Munusturlar ve Argan (2016b)’ a göre amatörlük, “*sanat, bilim, spor ve eğlence ile ilgilenen modern amatörler, güçlü çekicilik özelliğinden dolayı bir aktiviteye başlarlar; ve seçilen bu aktivite katılımcının ciddiyet ve bağlılığı*

sonucunda, disiplinli bir çalışma düzeniyle (pratik ve provalar gibi) ve sistematik bir planlamayla (program veya organizasyon gibi amatör bir uğraşa dönüşmektedir” şeklinde tanımlanmaktadır.

- *Hobiciler:* Bu sınıflandırmada bulunan kişiler profesyonellikten uzaktır. Amatörlerin ise profesyonelleşme sürecine girmeden önce yaptıkları uğraşların hobi haline geldiği görülmektedir. Hobiciler beş çeşitte sınıflandırılmaktadır. Bunlar; koleksiyoncular, yapan ve tamir edenler, rekabetçi olmayan etkinlik katılımcıları (balıkçılık, dağ yürüyüşü, oryantir), hobisel sporlar ve oyunlar (Ultimate Frisbee, kroket, gin rummy) ve temel bilimlerle ilgili hobilerdir (109).

Hobiciler profesyonel değildirler ve hobiciler için etkinlikle ilgili parasal getiriler, etkinliğin sağladığı diğer faydalarla kıyaslandığında ikinci plandadır. Diğer bir ifadeyle, ödül, ücret ya da parasal bir karşılık bekleme düşük önceliğe sahiptir. Dolayısıyla, amatör ve hobi etkinlikleri ek gelir sağlama ya da ikinci bir iş olarak düşünülmemelidir (7).

- *Gönüllüler:* Wilson (2000)’ a göre gönüllülük, herhangi bir zamanda bir başka kişi, grup ya da olaya yarar sağlamak için yapılan etkinliklerdir. Ayrıca altruist bir eylem olarak bir şeylerin (kan, para, elbise) bağışlanması, - herhangi bir eylem içermediğinde- kar gütmeyen çalışmalar alanında gönüllülük olarak kabul edilmez. Bu sırada, altruist olarak başkalarına bir hizmet ya da fayda sunan gönüllülerin kendileri de bu süreç boyunca deneyimledikleri çeşitli faydalardan (hoş sosyal etkileşim, kendini geliştirici deneyimler, kar amacı gütmeyen kuruluşun başarısına katkıda bulunma gibi) yararlanmaktadırlar. Diğer bir ifadeyle, gönüllülük iki temel tutumla güdülenmektedir: altruizm ve kişisel çıkar (109).

2.3. Rekreasyon Kavramı

Rekreasyon; yenilenme, yeniden yaratılma veya yapılanma anlamına gelen Latince “recreatio” kelimesinden gelmektedir. Türkçe karşılığı yaygın bir şekilde boş zamanları değerlendirme olarak kullanılmaktadır. Bu ise, bireylerin ya da toplumsal kümelerin boş zamanlarında gönüllü olarak yaptıkları dinlendirici ve eğlendirici etkinlikler anlamını taşımaktadır (65). Rekreasyon kavramı günümüzde pek çok

yerde en sık kullanılan kelimelerden biri haline gelmiştir. Hatta pek çok insan boş zaman ve rekreasyon kelimesini bir diğ erinin yerine kullanmaktadır. Ancak, bu iki kavram her ne kadar da bir birisi ile yakından ilişkili olsa da farklı anlamlar taşırlar (66).

Nicel felsefeciler rekreasyonu ve boş zamanı zamanın bölümleri olarak kabul ederler. Onlar zamanı sistematik olarak işlerin organize edilmesi, diğ er işlerin yapılması ve boş zaman aktiviteleri için ayrılan bölümler olarak parçalara ayrılır. Zamanın bu şekilde bölümlendirilmesi yapılan tüm aktivitelerden en fazla verimin alınmasını sağlar. Sosyologlar ise boş zaman ve toplum arasındaki bir ilişki kurarak konuya farklı bir bakış açısıyla bakarlar. Buna göre, toplumun rekreasyon üzerinde ne kadar etkisi var ise rekreasyonun da toplum üzerinde en az o kadar etkisi vardır. Son yaklaşım ise, varoluşçu felsefecilerin ortaya koyduğu yaklaşımdır. Varoluşçular daha çok bireyin herhangi bir rekreatif etkinliğ e katılarak kendi kimliğini tanımlama veya doğrulama imkânı bulacağını belirtmiştir. Ayrıca, Gerson Jr ve ark (1991)'e göre, bireyin bu tür rekreatif etkinliklere katılarak zaman harcamasını temelinde varoluştan gelen ihtiyaçlarını tatmin etme duygusu yatmaktadır (67).

Bu tanımlara ek olarak bazı araştırmacıların da diğ işik rekreasyon tanımları yaptığını görmekteyiz. Örneğ in, rekreasyon genellikle işten farklı bir eylemi veya sosyal boş zaman aktivitelerini içermektedir (8). Rekreasyon, insanların boş zamanlarında, eğlence, dinlence amaçlı ve tatmin motivasyonları ile gönüllü katıldıkları faaliyetlerdir (43) .

Rekreasyonun kapsamlı bir tanımı Karaküçük (2005) tarafından yapılmıştır. Bu tanıma göre rekreasyon, insanın yoğun çalışma yükü, rutin hayat tarzı veya olumsuz çevresel etkilerden dolayı tehlikeye giren veya olumsuz etkilenen bedeni ve ruhi sağ lığını 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, isteğ e bağı lı ve gönüllü olarak ferdi veya grup içinde seçerek yapılan etkinlikler olarak tanımlanmıştır.

Yukarıda yapılan tanımlardan da anlaşılacağı gibi rekreasyon; boş zamanlarda gerçekleştirilen, para kazanma amacı taşımayan gönüllü katılımı

gerektiren doyum sağlayıcı etkinliklerdir. Turistik boş zaman, sportif boş zaman, sosyal boş zaman, yaratıcı boş zamanların değerlendirilmesine yöneliktir. Bunlar turistik seyahat, spor, piknik, arkadaş ziyareti, evde televizyon izleme veya kitap okuma vb. (45).

Daha önceki dönemlerde rekreasyonun daha çok amaçsızca ve herhangi bir dışsal motivasyon olmadan yapıldığı literatürde pek çok araştırma tarafından ortaya konmuştur. Ancak, günümüz modern dünyasında rekreasyon boş zamanda bireysel veya grup olarak yapılan eğlenceli, ani tatmin duygusu veren ve katılım sonucunda bireyin yenilenme ihtiyacını karşılayan aktiviteler olarak tanımlanmaktadır. Yani kavramın içeriği her geçen gün giderek genişlemektedir. Yapılan birçok aktivite rekreasyonun farklı bir çeşidi olarak ele alınabilir. Pek çok insan için balık tutmak, kamp yamak, şarkı söylemek, piyano çalmak, dans etmek veya fotoğraf çekmek bir rekreatif bir etkinlik olan bir aktivite bir diğeri için “iş” olabilir veya bir kişiye göre eğlenceli bir etkinlik olan aktivite diğeri için yapılması zorunlu veya zevksiz bir iş olabilir. Burada önemli olan nokta yapılan bu etkinliğin birey tarafından dış etkenlere bağlı kalmaksızın özgürce seçilmesi ve zevk almasıdır (67).

2.3.1. Rekreasyon Özellikleri

Rekreasyonun birçok araştırmacı ve diğeri tarafından kabul edilebilen bazı temel özelliklerden bahsetmek mümkündür. Bunlar rekreasyonu, diğeri faaliyetlerden ve kavramlardan ayıran temel özelliklerdir. Bunlardan en belirgin olanları şu şekilde sıralanabilir (43).

1. Rekreasyon, rekreatif etkinliklere katılma sonucu ortaya çıkan bir deneyimdir. Rekreasyon, bir faaliyeti gerçekleştirir.
2. Rekreasyon faaliyetlerine katılım, birey tarafından önceden belirlenmiştir. Bu faaliyete katılacak kişiler, hangi faaliyet hoşuna gidiyorsa, önceden hakkında bilgi sahibi olduğu faaliyete katılmak isteyecektir.
3. Rekreasyonun kendine has bir takım çekicilikleri vardır. Bunlar havuzun büyüklüğü, oyun çeşitleri, gösteriler vb.dir. Rekreasyon şimdiki zamanı ilgilendirir.
4. Kişiler bu faaliyetlere kendi istek ve iradeleri ile katılırlar. Gönüllülük esastır. Rekreasyon, boş zamanda yapılır. Bu faaliyetlere katılım, kişilerin bir işle

meşgul olmadıkları zamanda veya her türlü sorumluluğu terk ettiği zamanda olmalıdır (43).

5. Rekreasyon birçok aktiviteyi kapsar. Rekreasyon içinde çok çeşitli faaliyetler bulunur. Bunlar oyun, eğlence ve dinlenmedir.

6. Rekreasyon faaliyetlerinin, katılan herkese göre bir amacı vardır. İnsan yapısına bir rahatlık ve ferahlık kazandırır.

7. Rekreatif etkinliklere katılmak, kişiye ani ve doğrudan bir doyum sağlar.

8. Esnektir. Sayısız durumlarda bulunabilir. Bireysel, grupsal, örgütlü, örgütsüz v.s.

9. Serbest zaman dürtüler saptar. İnsanların serbest seçtikleri faaliyetler dürtülerine bağlıdır. Kişisel doyuma ulaşmak için iç dürtüler tarafından teşvik edilir (8).

10. Sporun yaygınlaşmasında önemli bir rolü vardır.

Spor, insanların rekreatif ihtiyaçlarını karşılamada önemli bir hareket alanı sağlarken, rekreasyonda, sporun topluma yaygınlaşması, tanınması ve sportif başarılar elde edilmesinde önemli roller üstlenmiştir (21).

2.3.2. Rekreasyon ve Ciddi Boş Zaman

Rekreasyon ve ciddi boş zaman genelde karmaşık boş zaman etkinlikleridir. Bu etkinlikler, birçok farklılık ve aynı zamanda birçok yönden de birbiriyle ilişkili önemli bilgi, beceri ve deneyimlerin kombinasyonunu gerektirir. Rekreasyonel uzmanlık hem bir süreç hem de bir sonuçtur. Süreç olarak, karmaşık bir boş zaman etkinliği içinde giderek daralmayı ifade eder. Yani, genelden özele doğru bir davranış sürecidir (23). Ürün olarak, bireyin aktivitedeki ilgisini daraltması anlamına gelir. Hobson ve Bryan bunun kavram ve teorik çerçevesi ile ilgili öncülük etmiştir. Bryan, insanların yaptıkları etkinliklerde hobicilik düzeyinden daha ileri gittiğini ve o alanda uzmanlaşma eğiliminde olduklarını gözlemlemiştir. Örneğin, boş zaman etkinliği olarak balıkçılık yapan bir birey sadece alabalık tutuyorsa, alabalık için gerekli olan ekipman ve diğer unsurlar (kanca, yapay yem, akarsu, göl) hakkında da geniş bir bilgiye sahip olur. Böylece, ilgi duyduğu boş zaman etkinliğindeki ekipmanda da biz özelleşme vardır (108). Scott ve Schafer (2001), rekreasyonel uzmanlaşma ile ilgili alan taraması yaptıktan sonra, davranış, beceri ve bağlılıkta devamlılık gerektiren bir

süreç olarak gördükleri kendi kavramlarını geliştirdiler. Yani, karmaşık bir boş zaman etkinliği ile ilgili artan beceri, bilgi ve bağlılık eğilimleri, büyüyen bir duygusal bağlılığa paralel olarak her zamankinden daha çok uzmanlaşmaya odaklanmıştır.

Boş zaman ve rekreasyonel uzmanlaşma arasındaki benzerlik ve farklılıklar Stebbins (2005) tarafından detaylı bir şekilde açıklanmıştır. Genelde bu iki kavramı karşılaştırmanın en kolay yolu ciddi boş zaman çerçevesinde rekreasyonel uzmanlaşmanın nerede oturduğunu göstermektir. Ciddi boş zamanın bir yönü olarak değerlendirildiğinde, uzmanlaşma, bu karmaşık boş zaman kariyer deneyiminin bir parçası olarak görülebilir. Özellikle, uzmanlık meydana geldiğinde, kuruluş ve büyüme aşamasında bir süreç olarak gelişir. Kariyer terminolojisinde, bir uzmanlığın gelişmesi kariyerin dönüm noktasıdır.

2.4. Konu İle İlgili Araştırmalar

Akyıldız Munusturlar ve Argan (2016) tarafından yapılan bir çalışmada ciddi ve kayıtsız boş zaman katılımcılarının belirlenerek kişilik özelliklerinin karşılaştırılması ve kişilik özellikleri ile ciddi ve kayıtsız boş zaman katılımı, boş zaman tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişkilerin araştırılması amaçlanmıştır. Çalışmanın sonucuna göre, psikometrik niteliklerine ilişkin deneysel kanıtlar ortaya konularak Türk kültürüne uygun 42 madde ve 9 faktörden oluşan CKBZ Ölçeği geliştirilmiştir. Bu 9 faktör, boş zaman kariyeri, yeterlilik hissi, psiko-sosyal fayda, terapatik fayda, sosyal dünya, bağlılık, kişilik, azim ve kişisel çaba olarak isimlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, 5 madde ve tek faktörlü yapı gösteren “Boş Zaman Tatmin Ölçeği”nin Türk popülasyonunda yer alan üniversite öğrencileri için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu ortaya çıkmıştır.

Huang (2013) tarafından yapılan bir çalışmada, 2011 yılındaki Changhua şehrinde ulusal oyunlarda görev olan gönüllülerin boş zaman etkinliklerine katılımları, wellness, kendini gerçekleştirme ve ciddi boş zamanın faydaları arasındaki ilişki incelenmiştir. 265 spor gönüllüsü üzerinde yapılan bu çalışmada, ciddi boş zaman etkinliklerinin bireylerin iyi olma hali (well-being) üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Ardahan (2016) tarafından yapılan bir çalışmada, ciddi boş zaman faaliyeti olarak gönüllülüğü AKUT örneğinde ele alıp AKUT Operasyon Ekibi'nin gönüllü profili belirlenmiştir. Buna göre, AKUT içerisinde gönüllü olarak yer alan bireylerin gündelik bir serbest zaman faaliyeti olan gönüllülük yerine, ciddi boş zaman faaliyeti olarak gönüllülüğü tercih ettikleri görülmektedir.

Erturan Öğüt ve ark. (2012) tarafından yapılan bir çalışmada, spor federasyonlarında yönetsel görevler alan gönüllülerin, gönüllüğe katılım nedenleri ve kazanımlarını tespit etmek amaçlanmıştır. Çeşitli yönetim kademelerinde görev alan 22 kişi ile yapılan yarı yapılandırılmış görüşmeler sonucunda, federasyonlarda görev alan gönüllülerin katılım nedenleriyle kazanımları arasında olumlu ilişkiler tespit edilmiş ve bulgular Ciddi Boş Zaman teorisine paralellik göstermiştir.

Arslan (2011) tarafından yapılan bir çalışmada, giderek artan serbest zaman kullanımındaki farklılıklar ve farklı serbest zaman kullanımının taşıdığı risk ve sağladığı yararlar incelemek amacıyla sıradan ve sistemli serbest zaman etkinlikleri farklı boyutlarıyla ele alınmıştır. Sonuç olarak, serbest zamanın kullanım şekilleri ile ilgili bilgiler verilmiş ve sistemli serbest zamanın önemi vurgulanmıştır. Bu çalışmada kayıtsız boş zaman olarak “sıradan”, ciddi boş zaman yerine ise “sistemli” ifadesi kullanılmıştır.

Akyıldız Munusturlar ve Munusturlar (2016) tarafından yapılan bir çalışmada, ciddi boş zamanın yapısal özelliklerine bağlı olarak fotoğrafçıların sınıflandırılması amaçlanmıştır. 280 fotoğrafçının katıldığı bu çalışmada, ciddi boş zaman katılımı gösteren fotoğrafçılar 3 küme altında sınıflandırılmıştır ve bu kümeler “amatör fotoğrafçılar”, “hobiciler” ve “sosyal fotoğrafçılar” olarak isimlendirilmiştir. Ayrıca, amatör fotoğrafçılar en yüksek ciddi boş zaman katılımını gösteren grup olarak ortaya çıkmıştır, hobi olarak fotoğraf çeken grup olan hobiciler ise orta düzeyde ciddi boş zaman katılımı gösterirken, en az düzeyde katılım gösteren grup sosyal fotoğrafçılar olarak ortaya çıkmıştır.

Akgül ve ark. (2016) tarafından Gould ve diğerleri (2006) tarafından geliştirilen Ciddi Boş Zaman Envanteri ve Ölçüm aracı olan “SLIM” Türkçe'ye uyarlanmış ve geçerlik, güvenirlik analizleri yapılmıştır. Bu çalışma, 2015-2016

öğretim yılı güz döneminde Gazi Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören toplam 474 öğrenci üzerinde uygulanmıştır.

Akyıldız Munusturlar (2013) tarafından yapılan bir çalışmada, fiziksel engelle sahip olan ciddi boş zaman katılımcılarının sınıflandırılmış ve ciddi boş zaman özelliklerine bağlı olarak boş zaman tatmini ve yaşam kalitesi kapsamında gruplar arasındaki farklılıkların incelenmiştir. Yapılan kümeleme analizi sonuçlarına göre, fiziksel engelli ciddi boş zaman katılımcıları 3 farklı grupta sınıflandırılmış ve “fanatikler”, “orta düzey fanatikler” ve “gerçek fanatikler” olarak isimlendirilmiştir. Diğer bir sonuç olarak, ciddi boş zaman katılımı arttıkça boş zaman tatmini ve psikolojik yaşam kalitesinin arttığını söylemek mümkündür.

Akyıldız (2012) tarafından yapılan bir derleme çalışmada, ciddi ve kayıtsız boş zaman olgusunun tanımı ve özellikleri incelenmiştir.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklemin seçimi, verilerin toplanması ve çözümlenmesi ile ilgili bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarına incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada, tarama yöntemi kullanılarak ölçek yoluyla veriler elde edilmiştir.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini, Ankara ilinde yer alan spor merkezlerindeki ciddi boş zaman katılımcıları oluşturmaktadır. Örneklemini ise, Ankara ilinde farklı ilçelerde bulunan altı spor merkezinden, kendisini ciddi boş zaman katılımcısı olarak ifade eden ve çalışmaya gönüllü olarak katılan toplam 513 kişi oluşturmaktadır.

3.3. Araştırma Tekniği ve Protokol

İlk olarak, araştırmada kullanılması planlanan Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeğinin kullanım izni, ölçeği geliştiren Akyıldız'dan e-posta yoluyla alınmıştır. Daha sonra, spor merkezi sorumluları ile görüşülerek araştırma yapabilmek adına izinler alınmıştır. İlgili izinlerin alınmasıyla, ölçekler, spor merkezlerinde kendisini ciddi boş zaman katılımcısı olarak değerlendiren kişilere, araştırmacı tarafından gerekli açıklamalar yapılarak uygulanmıştır.

3.4. Veri Toplama Aracı

Araştırmada kullanılan veri toplama aracının birinci kısmında katılımcılara demografik bilgiler (cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, aile birey sayısı, aile gelir düzeyi, egzersiz yapmadaki öncelik amacı, egzersiz yapma süresi, egzersiz yapma sıklığı, egzersiz için günde harcanılan süre ve tesise ulaşım süresi) ile ilgili 11 soruya yer verilmiştir. İkinci kısımda ise spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarına nedenlerini belirlemek için Akyıldız (2013) tarafından geliştirilen 'Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği (CKBZ)' kullanılmıştır.

Çalışmaya başlarken ilk olarak, katılımcılara uluslararası literatürde kabul görmüş olan ciddi boş zaman katılımının tanımı yapılmış, kendilerinin ciddi boş

zaman katılımcısı olup olmadığı sorulmuştur. Daha sonra, spor merkezinde yaptıkları etkinlikleri ciddi boş zaman uğraşı olarak gören katılımcılar, çalışma için hazırlanan demografik bilgiler ve CKBZ ölçeğindeki soruları yanıtlamışlardır.

Ölçek likert tipi olup, derecelendirmesi 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile, 5 (kesinlikle katılıyorum) arasındadır.

Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği, 9 alt boyutlu olup, 42 maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyutlar, boş zaman kariyeri, yeterlilik hissi, psiko-sosyal fayda, terapatik fayda, sosyal fayda, bağlılık, kişilik, azim ve kişisel çabadır. Akyıldız (2013) tarafından geliştirilen CKBZ ölçeği için toplam iç tutarlılık katsayıları Tablo 3.1’de gösterilmektedir.

Tablo 3.1. CKBZ alt boyutu iç tutarlılık katsayıları

CKBZ Alt Boyutları	Madde Sayısı	İç Tutarlılık Katsayısı
Boş Zaman Kariyeri	6 (5, 6, 7, 8, 9, 10)	.84
Yeterlilik Hissi	5 (34, 35, 36, 37, 38)	.88
Psiko-Sosyal Fayda	6 (15, 16, 17, 18, 19, 20)	.86
Terapatik Fayda	5 (21, 22, 23, 24, 25)	.79
Sosyal Fayda	4 (26, 27, 28, 29)	.85
Bağlılık	4 (30, 31, 32, 33)	.86
Kişilik	4 (39, 40, 41, 42)	.83
Azim	4 (1, 2, 3, 4)	.82
Kişisel Çaba	4 (11, 12, 13, 14)	.80
TOPLAM	42 Madde	.95

3.5. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi

Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği kullanılarak, spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarını incelemek için elde edilen veriler ilk olarak Microsoft Excel 2010 programında düzenlenmiş; SPSS 20 for Windows paket program kullanılarak çözümlenmiştir.

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro-Wilk testi ile analiz edilmiş; alt boyutların normal dağılım değerleri taşımadığı anlaşılmıştır ($p < 0,05$). Ancak, alt boyutların basıklık ve çarpıklık katsayıları incelendiğinde çarpıklık katsayısının çok yüksek değerler taşımadığı ve tüm alt boyutların +1 ile -1 arasında değiştiği görülmüştür. Karaatlı (2008)’ ya göre alt boyutların çarpıklık ve basıklık katsayılarının +1 ile -1 arasında değiştiğinde bu alt boyutlarında

normal dağılım parametrelerine uygun şartlar taşıdığı belirtmiş ve çizilen histogram grafiğinde de belirgin bir sapma gözlenmediğinden bu alt boyutlar normal dağılım gösteren alt boyut olarak düşünülmüştür.

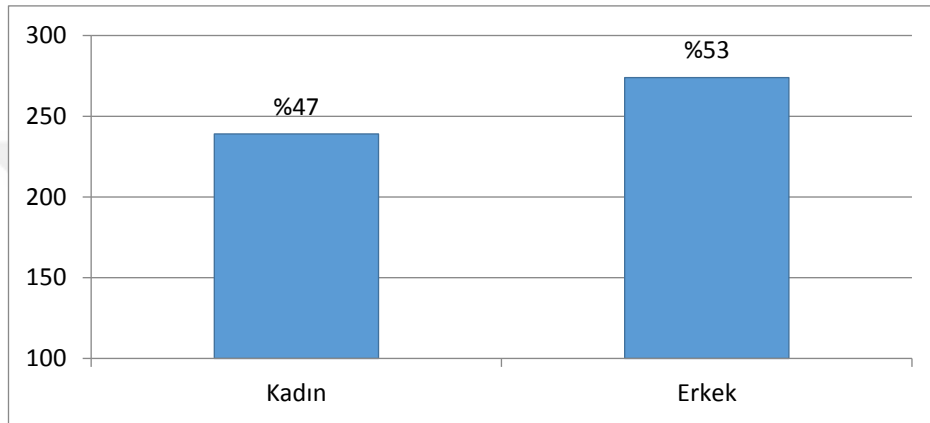


4. BULGULAR

4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

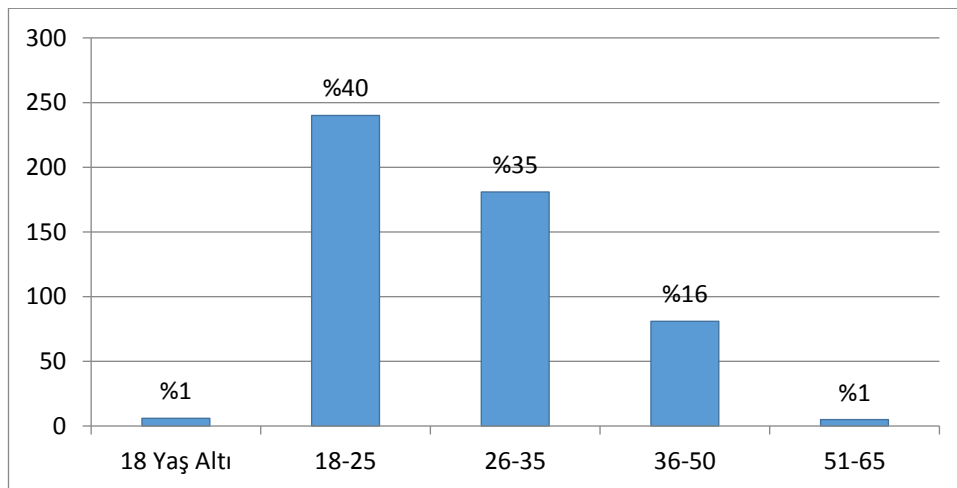
4.1.1. Katılımcıların Cinsiyetlere Göre Dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin cinsiyetlerine göre dağılımları Grafik 4.1’de gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların %47’si (N=239) kadın, %53’ü (N=274) ise erkektir.



Grafik 4.1. Katılımcıların cinsiyetlere göre dağılımı

4.1.2. Katılımcıların Yaşlara Göre Dağılımı

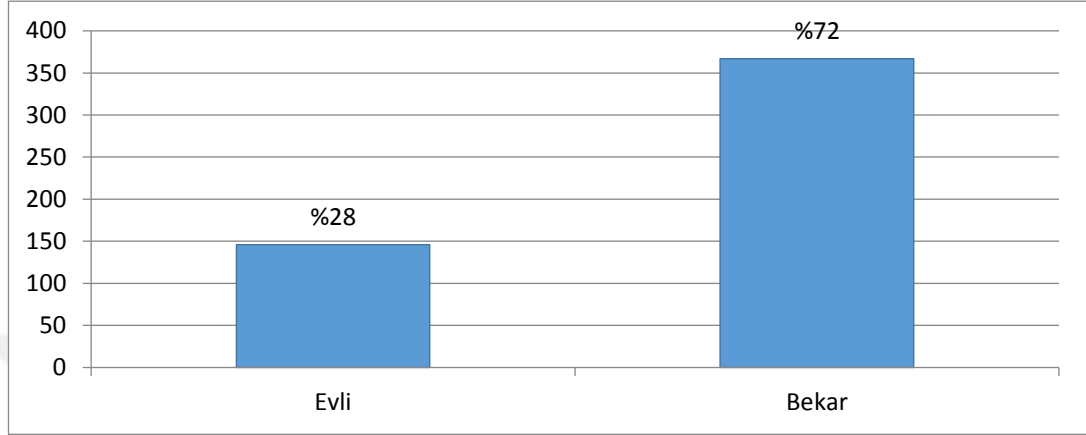


Grafik 4.2. Katılımcıların yaşlarına göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin yaşlara göre dağılımları Grafik 4.2’de gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların %1’i (N=6) “18 yaş altı”, %40’ı

(N=240) “18-25 yaş”, %35’i (N=181) “26-35 yaş”, %16’sı (N=81), “36-50 yaş” ve %1’i (N=5) “51-65 yaş” aralığındadır.

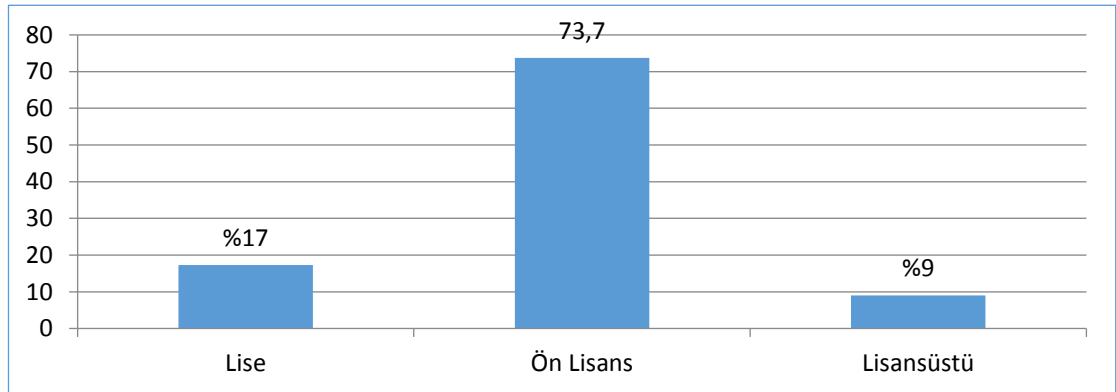
4.1.3. Katılımcıların Medeni Durumlarına Göre Dağılımı



Grafik 4.3. Katılımcıların medeni durumlarına göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin medeni durumlarına göre dağılımları Grafik 4.3’de gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların %28’ü (N=146) kadın, %72’si (N=367) ise erkektir.

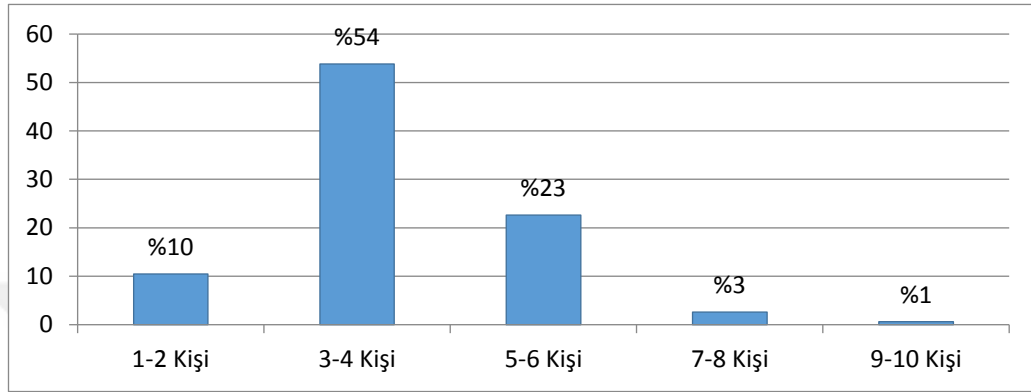
4.1.4. Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Dağılımı



Grafik 4.4. Katılımcıların eğitim durumlarına göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin eğitim durumu dağılımları Grafik 4.4'te gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların %17'si (N=89) "Lise", %74'si (N=378) "Ön Lisans-Lisans", %9'u (N=46) "Lisansüstü" mezundur.

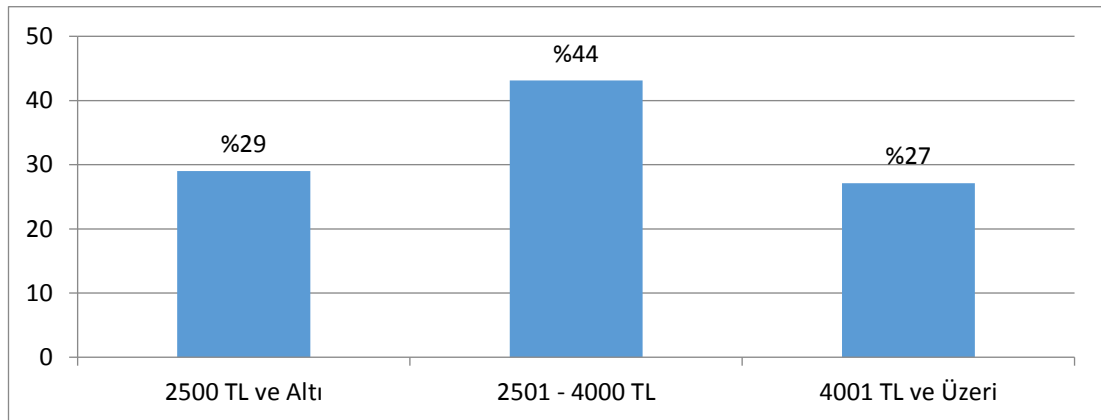
4.1.5. Katılımcıların Aile Bireyleri Sayısına Göre Dağılımı



Grafik 4.5. Katılımcıların aile bireyleri sayısına göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin aile birey sayılarına göre dağılımları Grafik 4.5'te gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların %10'u (N=54) "1-2 kişi", %54'ü (N=327) "3-4 kişi", %23'ü (N=116) "5-6 kişi", %3'ü (N=13) "7-8 kişi" ve %1'i (N=3) "9-10 kişi" aralığındadır.

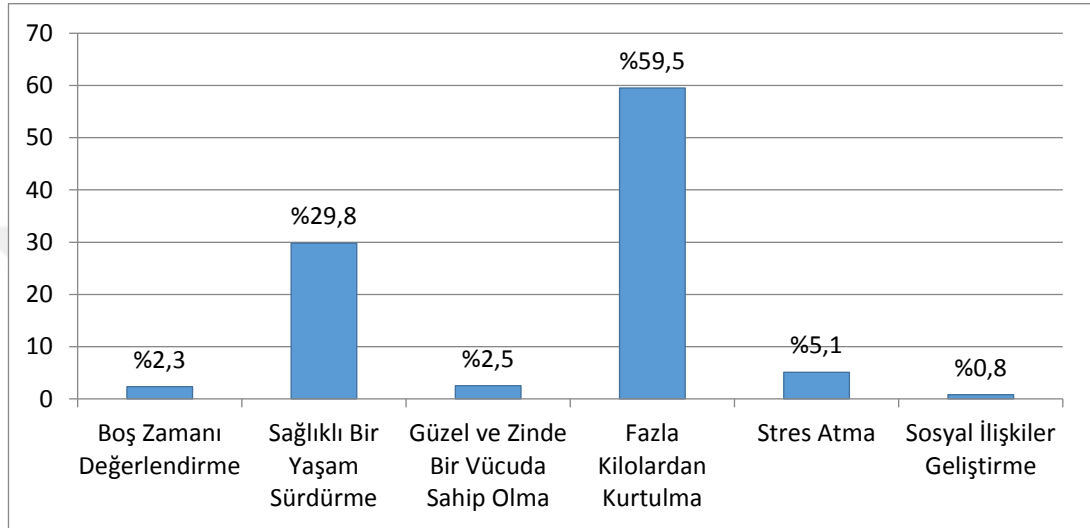
4.1.6. Katılımcıların Aile Gelir Durumlarına Göre Dağılımı



Grafik 4.6. Katılımcıların aile gelir durumlarına göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin aile gelir durumu dağılımları Grafik 4.6’da gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların %29’u (N=149) “2500 TL ve daha az”, %44’ü (N=225) “2501-4000 TL”, %27’i (N=46) “4001 TL ve üzeri” gelire sahiptir.

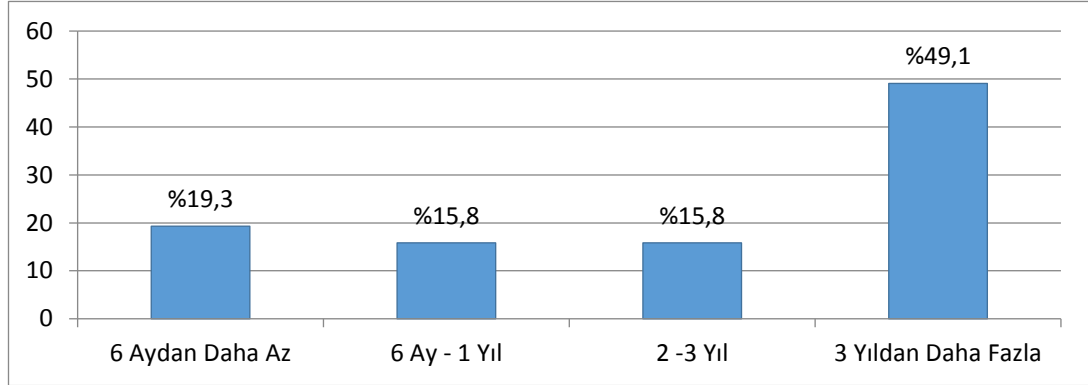
4.1.7. Katılımcıların Egzersiz Yapma Amaçlarına Göre Dağılımı



Grafik 4.7. Katılımcıların egzersiz yapma amaçlarına göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin egzersiz yapma amacına göre dağılımları Grafik 4.7’de gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların egzersiz yapma amaçlarından %2,3’ü (N=12) “Boş Zamanı Değerlendirme”, %29,8’i (N=153) “Sağlıklı Bir Yaşam Sürme”, %2,5’i (N=13) “Güzel ve Zinde Bir Vücuda Sahip Olma”, %59,5’i (N=305) “Fazla Kilolardan Kurtulma”, %5,1’i (N=26) “Stres Atma” ve %0,8’i (N=4) “Sosyal İlişkileri Geliştirme” şeklindedir.

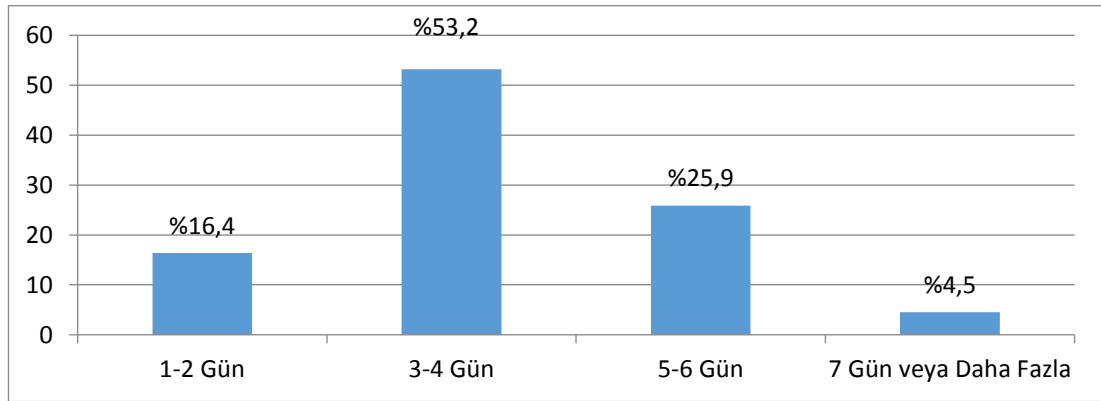
4.1.8. Katılımcıların Egzersiz Yapma Sürelerine Göre Dağılımı



Grafik 4.8. Katılımcıların egzersiz yapma sürelerine göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin egzersiz yapma süresi dağılımları Grafik 4.8’de gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların egzersiz yapma süreleri (ay) %19,3’ü (N=99) “6 aydan daha az”, %15,8’i (N=81) “6 Ay - 1 Yıl”, %15,8’i (N=81) “2-3 Yıl”, %49,1’i (N=252) “3 Yıldan Daha Fazla” şeklindedir.

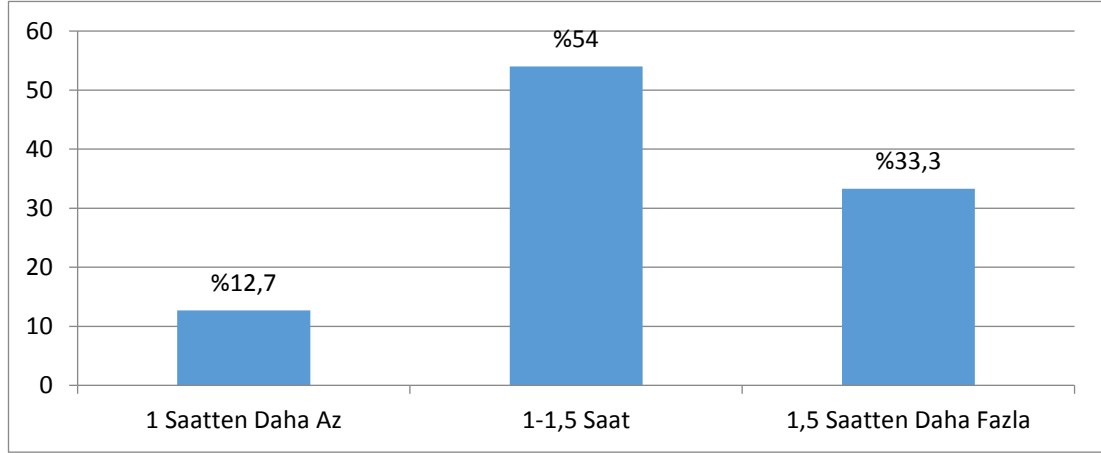
4.1.9. Katılımcıların Egzersiz Yapma Sıklığına Göre Dağılımı



Grafik 4.9. Katılımcıların egzersiz yapma sıklığına göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin egzersiz yapma sıklığı dağılımları Grafik 4.9’da gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların %16,4’ü (N=84) “1-2 Gün”, %53,2’si (N=273) “3-4 Gün”, %25,9’u (N=133) “5-6 Gün”, %4,5’i (N=23) “7 Gün veya Daha Fazla” egzersiz yapmaktadır.

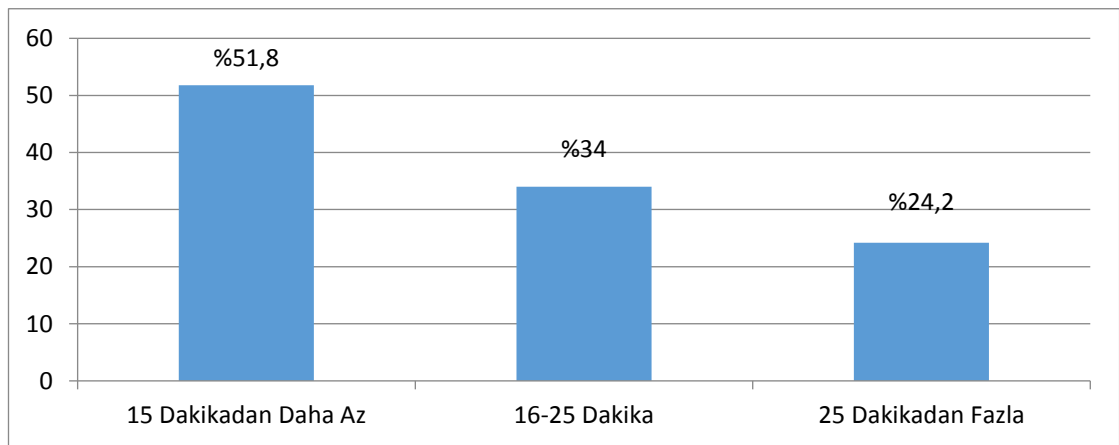
4.1.10. Katılımcıların Sporda Harcadığı Süreye Göre Dağılımı



Grafik 4.10. Katılımcıların sporda harcanan süreye göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin sporda günlük harcadığı süre dağılımları Grafik 4.10’da gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların %12,7’si (N=65) “1Saatten Daha Az”, %54’ü (N=277) “1-1,5 Saat”, %33,3’ü (N=171) “1,5 Saatten Daha Fazla” egzersiz yapmaktadır.

4.1.11. Katılımcıların Tesise Ulaşım Sürelerine Göre Dağılımı



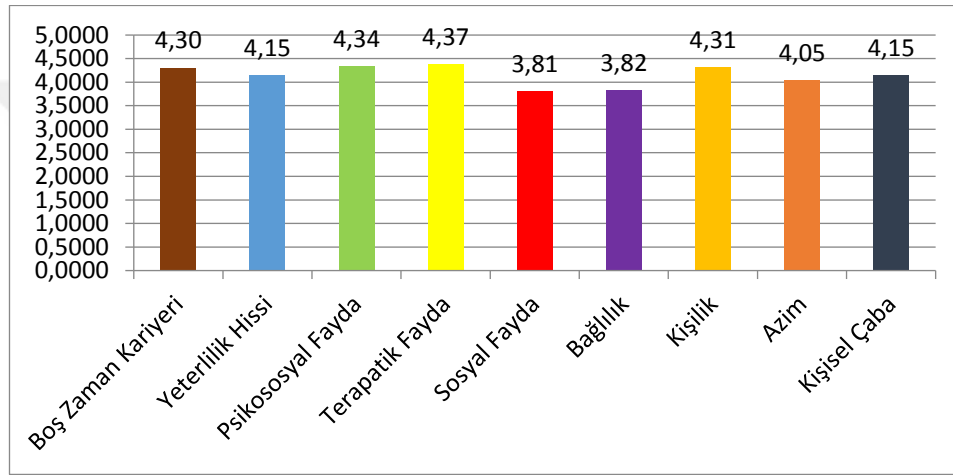
Grafik 4.11. Katılımcıların tesise ulaşım sürelerine göre dağılımı

Araştırmaya katılan spor merkezi üyelerinin tesise ulaşım süresi dağılımları Grafik 4.11’de gösterilmiştir. Buna göre, katılımcıların %51,8’i (N=266)

“15 Dakikadan Daha Az”, %34’ü (N=123) “16-25 Dakika”, %24,2’si (N=124) “25 Dakikadan Fazla” sürede tesise ulaşmaktadır.

4.2. Ciddi Ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği Puanları

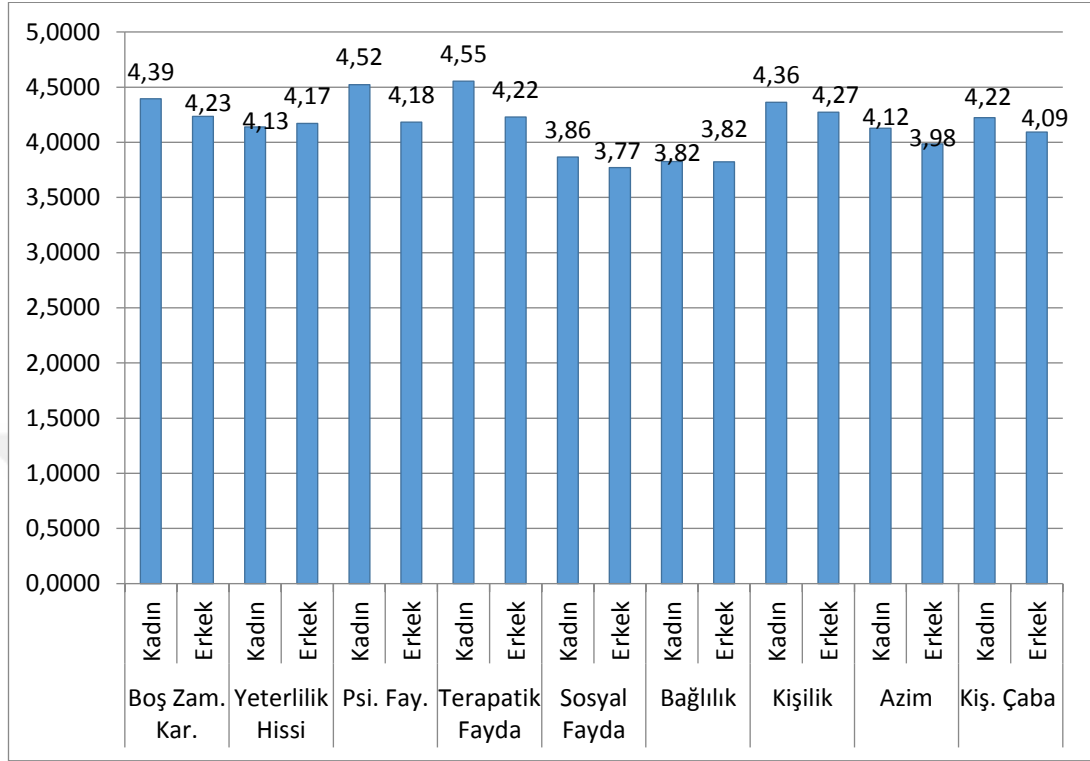
Grafik 4.12’de spor merkezi üyelerinin “Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği” alt boyutlarına ilişkin puanlar yer almaktadır. Buna göre, örneklem grubunun aldığı en yüksek puan “Terapatik Fayda” ($4,37 \pm .550$) alt boyutu iken en az puan “Sosyal Fayda” ($3,81 \pm .791$) alt boyutuna aittir.



Grafik 4.12. CKBZ Alt ölçek puanları

4.3. Katılımcıların Farklı Değişkenlere Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri

4.3.1. Hipotez 1. Cinsiyetine Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri



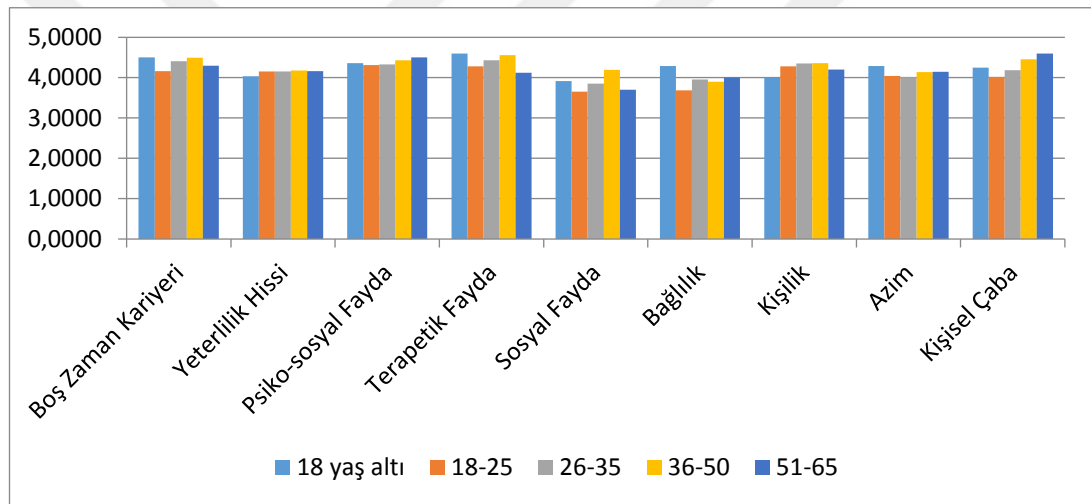
Grafik 4.13. Cinsiyetlere göre CKBZ ölçeği düzeyleri

Tablo 4.1. Katılımcıların cinsiyetlerine göre CKBZ alt ölçek puanlarının T-Testi sonuçları

CKBZ Alt boyutları	Cinsiyet	X	ss	t	P
Boş Zaman Kariyeri	Kadın	4,39	0,52	3,439	0,001*
	Erkek	4,23	0,53		
Yeterlilik Hissi	Kadın	4,13	0,65	-0,566	0,572
	Erkek	4,17	0,62		
Psikososyal Fayda	Kadın	4,52	0,50	6,333	0,000*
	Erkek	4,18	0,68		
Terapatik Fayda	Kadın	4,55	0,48	6,962	0,000*
	Erkek	4,22	0,55		
Sosyal Fayda	Kadın	3,86	0,80	1,387	0,166
	Erkek	3,77	0,77		
Bağlılık	Kadın	3,82	0,66	0,037	0,971
	Erkek	3,82	0,82		
Kişilik	Kadın	4,36	0,54	1,709	0,088
	Erkek	4,27	0,63		
Azim	Kadın	4,12	0,70	2,319	0,021*
	Erkek	3,98	0,67		
Kişisel Çaba	Kadın	4,22	0,79	2,057	0,004*
	Erkek	4,09	0,65		

Tablo 4.1’de katılımcıların cinsiyetlerine göre CKBZ alt ölçek puanlarının T-testi sonuçları verilmiştir. Spor merkezi üyelerinin cinsiyetleri bakımından CKBZ alt boyutları incelendiğinde, “Boş Zaman Kariyeri” ($t_{0,05:511}=3,439$), “Psikolojik Fayda” ($t_{0,05:511}=6,333$), “Terapatik Fayda” ($t_{0,05:511}=6,962$), “Azim” ($t_{0,05:511}=2,319$) ve “Kişisel Çaba” ($t_{0,05:511}=2,057$) alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmektedir. Buna göre, anlamlı fark bulunan CKBZ alt boyutlarında, spor merkezi “Kadın” ciddi boş zaman katılımcılarının puanları “Erkek” katılımcılara göre daha yüksektir. Ayrıca, sıra ortamlarına bakıldığında, “Terapatik Fayda” alt boyutunda alınan puanların diğer alt boyutlardan daha yüksek olduğu görülmektedir.

4.3.2. Hipotez 2. Yaşa Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri



Grafik 4.14. Yaşlarına göre Anova testi sonuçları

Tablo 4.2. Katılımcıların yaşlarına göre ANOVA test sonuçları

CKBZ Alt Boyutları	Değişkenler	N	X	SS	F	p	Fark Tukey
Boş Zaman Kariyeri	18 yaş altı (A)	6	4,50	,54	9,276	0,000*	B-C B-D
	18-25 (B)	240	4,16	,52			
	26-35 (C)	181	4,40	,50			
	36-50 (D)	81	4,49	,50			
	51-65 (E)	5	4,30	,67			
	Total	513	4,30	,53			
Yeterlilik Hissi	18 yaş altı	6	4,03	,23	0,081	0,988	-
	18-25	240	4,15	,58			
	26-35	181	4,15	,71			
	36-50	81	4,17	,62			
	51-65	5	4,16	,90			
	Total	513	4,15	,63			
Psiko-sosyal Fayda	18 yaş altı	6	4,36	,85	0,620	0,648	-
	18-25	240	4,31	,66			
	26-35	181	4,33	,63			
	36-50	81	4,43	,51			
	51-65	5	4,50	,61			
	Total	513	4,34	,63			
Terapatik Fayda	18 yaş altı (A)	6	4,60	,21	5,119	0,000*	B-C B-D
	18-25 (B)	240	4,28	,60			
	26-35 (C)	181	4,42	,49			
	36-50 (D)	81	4,56	,42			
	51-65 (E)	5	4,12	,80			
	Total	513	4,37	,55			
Sosyal Fayda	18 yaş altı (A)	6	3,91	,81	7,574	0,000*	C-D
	18-25 (B)	240	3,65	,75			
	26-35 (C)	181	3,85	,76			
	36-50 (D)	81	4,19	,85			
	51-65 (E)	5	3,70	,81			
	Total	513	3,81	,79			
Bağlılık	18 yaş altı (A)	6	4,29	,67	4,494	0,001*	B-C
	18-25 (B)	240	3,68	,72			
	26-35 (C)	181	3,95	,74			
	36-50 (D)	81	3,90	,80			
	51-65 (E)	5	4,00	,93			
	Total	513	3,82	,75			
Kişilik	18 yaş altı	6	4,00	0,0	0,981	0,418	-
	18-25	240	4,28	,51			
	26-35	181	4,35	,65			
	36-50	81	4,36	,69			
	51-65	5	4,20	,75			
	Total	513	4,31	,59			
Azim	18 yaş altı	6	4,29	,51	0,632	0,640	-
	18-25	240	4,04	,73			
	26-35	181	4,01	,64			
	36-50	81	4,13	,71			
	51-65	5	4,15	,33			
	Total	513	4,05	,69			
Kişisel Çaba	18 yaş altı (A)	6	4,25	,27	6,401	0,000*	C-D B-D
	18-25 (B)	240	4,01	,73			
	26-35 (C)	181	4,18	,73			
	36-50 (D)	81	4,45	,60			
	51-65 (E)	5	4,60	,54			
	Total	513	4,15	,72			

Katılımcıların yaşlarına göre ANOVA testi ve ikinci düzey Tukey HSD testi yapılmıştır. Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının yaşlarına bağlı olarak, “Boş Zaman Kariyeri”, “Terapatik Fayda”, “Sosyal Fayda”, “Bağlılık” ve “Kişisel Çaba” alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmektedir.

“Boş Zaman Kariyeri” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(4,508)}= 9,276$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, 18-25 yaş aralığındaki katılımcıların ortalamalarının ($X=4,1646\pm,52050$) hem 26-35 yaş aralığında katılımcılardan ($X=4,4079\pm,50929$) hem de 36-50 yaş aralığındaki katılımcıların ortalamalarından ($4,4979\pm,50792$) anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

“Terapatik Fayda” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(4,508)}=5,119$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, 18-25 yaş aralığındaki katılımcıların ortalamalarının ($X=4,2817\pm,60597$) hem 26-35 yaş aralığında katılımcılardan ($X=4,4287\pm,49761$) hem de 36-50 yaş aralığında ki katılımcıların ortalamalarından ($4,5605\pm,42002$) anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

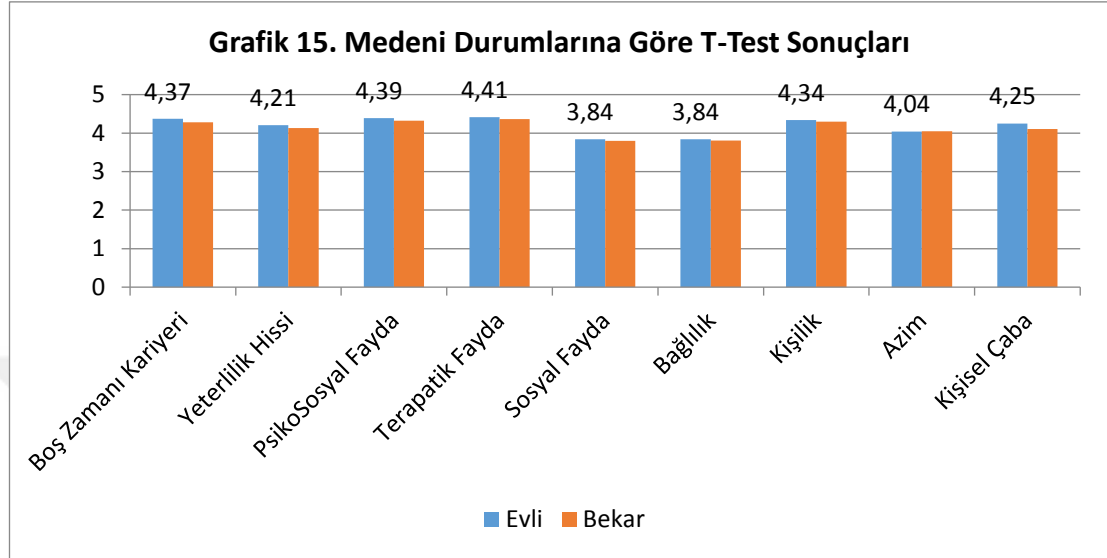
“Sosyal Fayda” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(4,508)}=7,574$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, 36-50 yaş aralığındaki katılımcıların ortalamalarının ($X=4,1944\pm,85055$) hem 18-25 yaş aralığında katılımcılardan ($X=3,6573\pm,75017$) hem de 26-35 yaş aralığındaki katılımcıların ortalamalarından ($3,8550\pm,76105$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Bağlılık” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(4,508)}=4,494$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, 26-35 yaş aralığındaki katılımcıların ortalamalarının ($X=3,9572\pm,74061$) 18-25 yaş aralığında katılımcıların ortalamalarından ($X=3,6833\pm,72192$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Kişisel Çaba” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(4,508)}= 6,401$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, 36-50 yaş aralığındaki katılımcıların ortalamaları ($X=4,4537\pm,60481$) hem 18-25 yaş aralığında katılımcılardan ($X=4,0177\pm,73357$) hem de 26-35 yaş

aralığındaki katılımcıların ortalamalarından (4,1837+/-,73534) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

4.3.3. Hipotez 3. Medeni Duruma Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri



Grafik 4.15. Medeni durumlarına göre T-test sonuçları

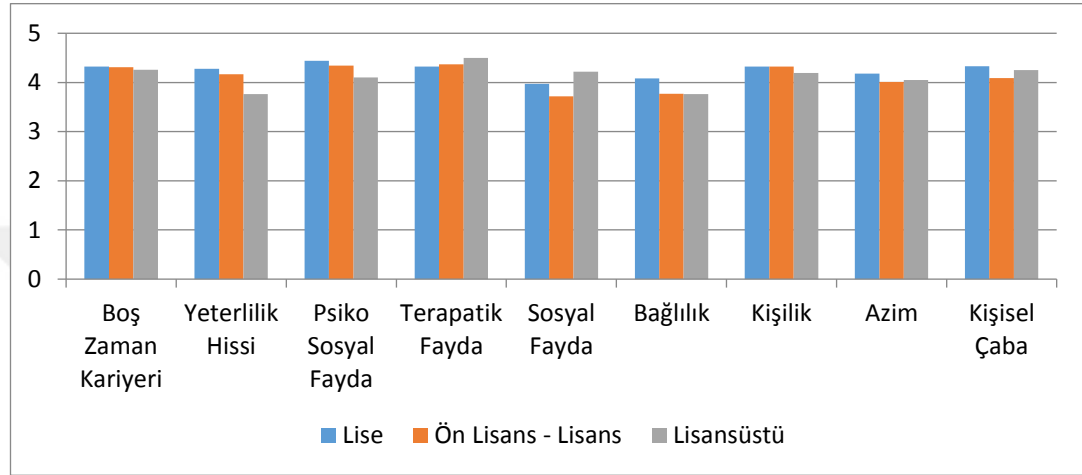
Tablo 4.3. Katılımcıların medeni durumlarına göre T-Test sonuçları

CKBZ Alt Boyutları	Medeni Durum	N	X	ss	t	P
Boş Zaman Kariyeri	Evli	146	4,37	,62	1,684	,002*
	Bekâr	367	4,28	,48		
Yeterlilik Hissi	Evli	146	4,21	,69	1,342	,049*
	Bekâr	367	4,13	,61		
Psikososyal Fayda	Evli	146	4,39	,68	1,169	,020*
	Bekâr	367	4,32	,60		
Terapatik Fayda	Evli	146	4,41	,55	,845	,368
	Bekâr	367	4,36	,55		
Sosyal Fayda	Evli	146	3,84	,75	,552	,323
	Bekâr	367	3,80	,80		
Bağlılık	Evli	146	3,84	,84	,362	,004*
	Bekâr	367	3,81	,71		
Kişilik	Evli	146	4,34	,74	,620	,000*
	Bekâr	367	4,30	,52		
Azim	Evli	146	4,04	,72	-,111	,365
	Bekâr	367	4,05	,68		
Kişisel Çaba	Evli	146	4,25	,71	1,972	,565
	Bekâr	367	4,11	,72		

Katılımcıların medeni durumlarına göre t testi yapılmıştır. Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının medeni durumlarına bağlı olarak, “Boş Zaman Kariyeri” ($t_{0,05:513}=1,684$), “Yeterlilik Hissi” ($t_{0,05:513}=1,342$), “PsikoSosyal Fayda” ($t_{0,05:513}=1,169$), “Bağlılık” ($t_{0,05:513}=,362$) ve “Kişilik” ($t_{0,05:513}=,620$) alt boyutlarında

anlamli bir fark görülmektedir. Buna göre, spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımları “Boş Zaman Kariyeri”, “Yeterlilik Hissi”, “PsikoSosyal Fayda”, “Bağlılık” ve “Kişilik” alt boyutlarında medeni durumu “Evli” olanların puanları “Bekâr” olanlardan daha yüksektir.

4.3.4. Hipotez 4. Eğitim Durumuna Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri



Grafik 4.16. Eğitim durumlarına göre Anova test sonuçları

Tablo 4.4: Katılımcıların eğitim durumuna göre ANOVA test sonuçları

CKBZ Alt Boyutları	Eğitim Durumu	N	x	ss	df	F	p	Fark Tukey
Boş Zaman Kariyeri	Lise	89	4,32	,482	2-510	,162	,850	-
	Önlisans/Lisans	378	4,31	,52				
	Lisansüstü	46	4,26	,64				
	Total	513	4,30	,53				
Yeterlilik Hissi	Lise (A)	89	4,28	,61	2-510	10,768	,000*	A-C B-C
	Önlisans/Lisans (B)	378	4,17	,63				
	Lisansüstü (C)	46	3,76	,52				
	Total	513	4,15	,63				
Psikososyal Fayda	Lise (A)	89	4,44	,57	2-510	4,394	,013*	A-C B-C
	Önlisans/Lisans (B)	378	4,34	,65				
	Lisansüstü (C)	46	4,10	,45				
	Total	513	4,34	,63				
Terapötik Fayda	Lise (A)	89	4,32	,53	2-510	1,646	,194	-
	Önlisans/Lisans (B)	378	4,37	,55				
	Lisansüstü (C)	46	4,50	,50				
	Total	513	4,37	,55				
Sosyal Fayda	Lise (A)	89	3,97	,73	2-510	10,685	,000*	A-B C-B
	Önlisans/Lisans (B)	378	3,72	,78				
	Lisansüstü (C)	46	4,22	,81				
	Total	513	3,81	,79				
Bağlılık	Lise (A)	89	4,08	,62	2-510	6,361	,002*	A-B A-C
	Önlisans/Lisans (B)	378	3,77	,78				
	Lisansüstü (C)	46	3,76	,61				
	Total	513	3,82	,75				
Kişilik	Lise (A)	89	4,32	,57	2-510	1,007	,366	-
	Önlisans/Lisans (B)	378	4,32	,59				
	Lisansüstü (C)	46	4,19	,68				
	Total	513	4,31	,59				
Azim	Lise (A)	89	4,18	,60	2-510	2,067	,128	-
	Önlisans/Lisans (B)	378	4,01	,72				
	Lisansüstü (C)	46	4,05	,63				
	Total	513	4,05	,69				
Kişisel Çaba	Lise (A)	89	4,33	,52	2-510	4,512	,011*	A-B
	Önlisans/Lisans (B)	378	4,09	,76				
	Lisansüstü (C)	46	4,25	,69				
	Total	513	4,15	,72				

Katılımcıların yaşlarına göre ANOVA testi ve ikinci düzey Tukey HSD testi yapılmıştır. Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının yaşlarına bağlı olarak, “Yeterlilik Hissi”, “Psikososyal Fayda”, “Sosyal Fayda”, “Bağlılık” ve “Kişisel Çaba” alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmektedir.

“Yeterlilik Hissi” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(2-510)} = 10,768$; $p < 0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, lisansüstü mezunu katılımcıların ortalamaları ($X = 3,7696 \pm ,52488$) hem önlisans/lisans mezunu katılımcılardan ($X = 4,1714 \pm ,63899$) hem de lise mezunu

katılımcıların ortalamalarının ($X=4,2854\pm,61930$) anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

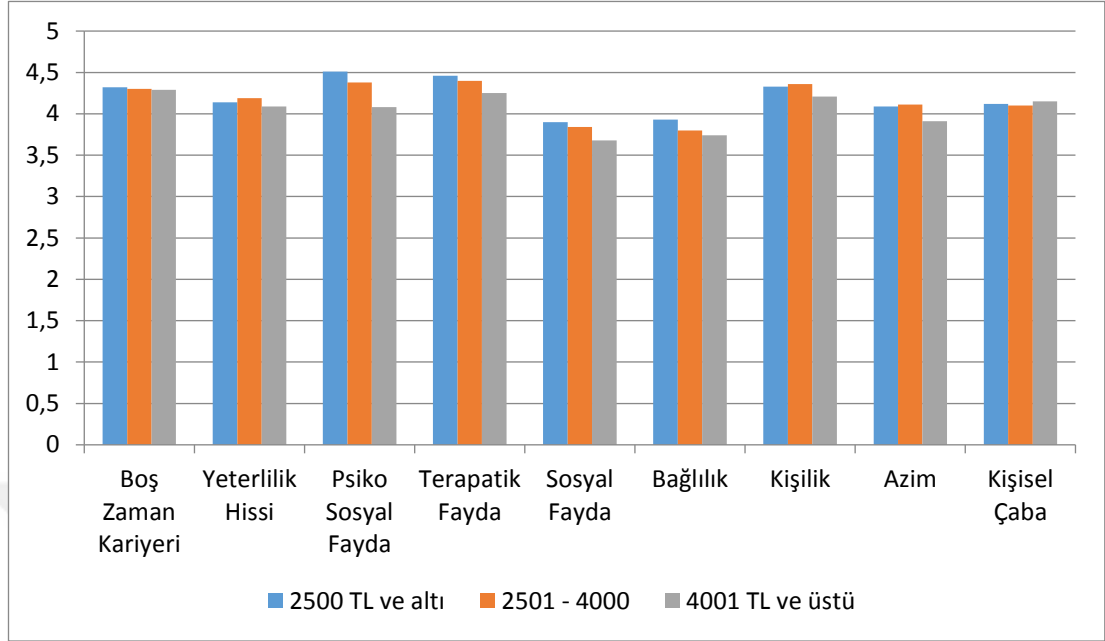
“Psikososyal Fayda” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(2-510)}= 4,394$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, lisansüstü mezunu ($X=4,1051\pm,45861$) katılımcıların ortalamalarının hem lise mezunu ($X=4,4401\pm,57475$) hem de önlisans/lisans mezunu katılımcıların ortalamalarından ($X=4,3466\pm,65437$) anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

“Sosyal Fayda” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(2-510)}= 10,685$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, önlisans/lisans mezunu ($X=3,7282\pm,78130$) katılımcıların ortalamalarının hem lise mezunu ($X=3,9719\pm,73801$) hem de lisansüstü mezunu katılımcıların ortalamalarından ($X=4,2283\pm,81279$) anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

“Bağlılık” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(2-510)}= 6,361$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, lise mezunu ($X=4,0815\pm,62928$) katılımcıların ortalamalarının hem önlisans/lisans ($X=3,7725\pm,61454$) hem de lisansüstü mezunu katılımcıların ortalamalarından ($X=3,7609\pm,61454$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Kişisel Çaba” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(2-510)}=4,512$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, lise mezunu ($X=4,3399\pm,52798$) katılımcıların ortalamalarının önlisans/lisans mezunu katılımcıların ortalamalarından ($X=4,0979\pm,76174$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

4.3.5. Hipotez 5. Aile Gelir Durumuna Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri



Grafik 4.17. Aile gelir durumlarına göre Anova test sonuçları

Tablo 4.5. Katılımcıların aile gelir durumlarına göre ANOVA test sonuçları

CKBZ Alt Boyutları	Aile Gelir Durumu	N	x	ss	df	F	P	Tukey Fark
Boş Zaman Kariyeri	2500 TL ve altı	149	4,32	,55	2-510	,094	,910	-
	2501-4000	225	4,30	,49				
	4001 TL üzeri	139	4,29	,56				
	Total	513	4,30	,53				
Yeterlilik Hissi	2500 TL ve altı	149	4,14	,69	2-510	1,120	,327	-
	2501-4000	225	4,19	,56				
	4001 TL üzeri	139	4,09	,68				
	Total	513	4,15	,63				
Psikososyal Fayda	2500 TL ve altı (A)	149	4,51	,50	2-510	19,267	,000	A-C B-C
	2501-4000 (B)	225	4,38	,57				
	4001 TL ve üzeri (C)	139	4,08	,74				
	Total	513	4,34	,63				
Terapatik Fayda	2500 TL ve altı (A)	149	4,46	,48	2-510	5,732	,003	A-C B-C
	2501-4000 (B)	225	4,40	,51				
	4001 TL ve üzeri (C)	139	4,25	,64				
	Total	513	4,37	,55				
Sosyal Fayda	2500 TL ve altı	149	3,90	,88	2-510	2,934	,054	-
	2501-4000	225	3,84	,73				
	4001 TL üzeri	139	3,68	,77				
	Total	513	3,81	,79				
Bağlılık	2500 TL ve altı	149	3,93	,69	2-510	2,448	,087	-
	2501-4000	225	3,80	,72				
	4001 TL üzeri	139	3,74	,84				
	Total	513	3,82	,75				
Kişilik	2500 TL ve altı	149	4,33	,54	2-510	2,902	,056	-
	2501-4000	225	4,36	,56				
	4001 TL üzeri	139	4,21	,68				
	Total	513	4,31	,59				
Azim	2500 TL ve altı (A)	149	4,09	,70	2-510	4,043	,018	B-C
	2501-4000 (B)	225	4,11	,65				
	4001 TL ve üzeri (C)	139	3,91	,73				
	Total	513	4,05	,69				
Kişisel Çaba	2500 TL ve altı	149	4,23	,70	2-510	1,533	,217	-
	2501-4000	225	4,12	,70				
	4001 TL üzeri	139	4,10	,76				
	Total	513	4,15	,72				

Katılımcıların aile gelir durumlarına göre ANOVA testi ve ikinci düzey Tukey HSD testi yapılmıştır. Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının yaşlarına bağlı olarak, “Psikososyal Fayda”, “Terapatik Fayda” ve “Azim” alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmektedir.

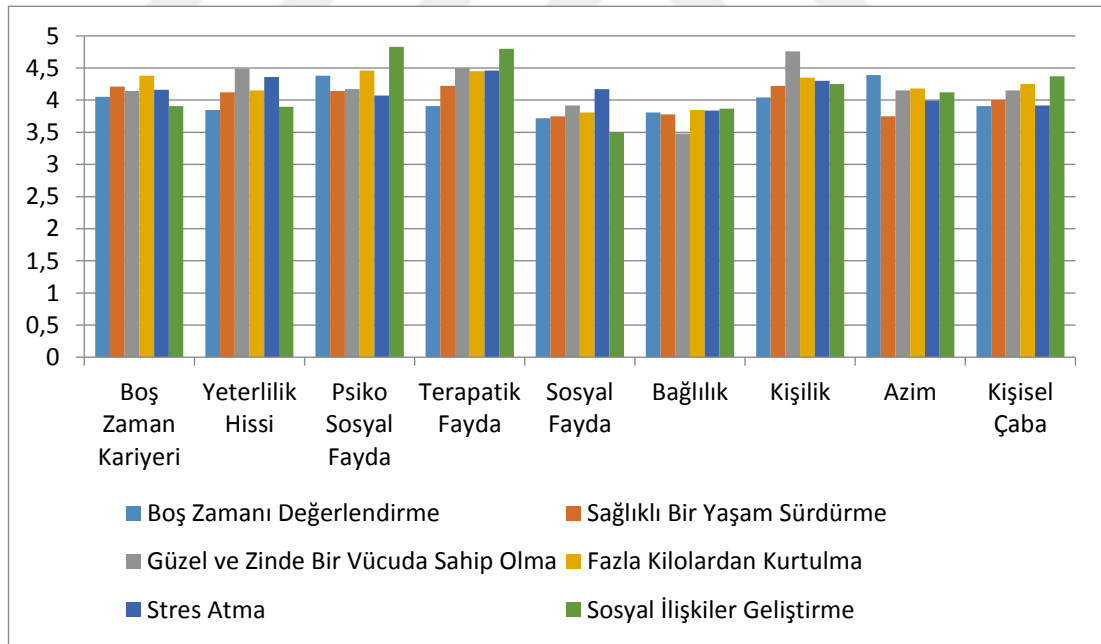
“Psikososyal Fayda” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(2-510)}=19,267$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, “4001 TL ve üzeri” gelire sahip olan ($X=4,0839\pm,74708$) katılımcıların ortalamalarının hem “2500 TL ve altı” ($X=4,5190\pm,50728$) hem de

“2501-4000 TL” geliri olan katılımcıların ortalamalarından ($X=4,3822\pm,57484$) anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

“Terapatik” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(2-510)}=5,732$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, “4001 TL ve üzeri” gelire sahip olan ($X=4,2518\pm,64035$) katılımcıların ortalamalarının hem “2500 TL ve altı” ($X=4,4617\pm,48763$) hem de “2501-4000 TL” geliri olan katılımcıların ortalamalarından ($X=4,4044\pm,51805$) anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

“Azim” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(2-510)}=4,043$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, “2501 TL ve 4000 TL” gelire sahip olan ($X=4,1133\pm,65204$) katılımcıların ortalamalarının “4001 TL ve üzeri” geliri olan katılımcıların ortalamalarından ($X=3,9101\pm,73721$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

4.3.6. Hipotez 6. Egzersiz Yapma Amacına Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri



Grafik 4.18. Egzersiz yapma amacına göre Anova test sonuçları

Tablo 4.6. Katılımcıların egzersiz yapma amacına göre ANOVA test sonuçları

CKBZ Alt Boyutları	Egzersiz Yapma Amacı	N	x	ss	df	F	P	Tukey Fark
Bos Zaman Kariyeri	Boş zamanımı değerlendirme (A)	12	4,05	,76	5-507	3,998	,001	B-D
	Sağlıklı bir yaşam sürdürme (B)	153	4,21	,48				
	Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma (C)	13	4,14	,48				
	Fazla kilolarımdan kurtulma (D)	305	4,38	,54				
	Stres atma (E)	26	4,16	,43				
	Sosyal ilişkilerimi geliştirme (F)	4	3,91	,09				
	Total	513	4,30	,53				
Yeterlilik Hissi	Boş zamanımı değerlendirme	12	3,85	,40	5-507	2,082	,066	
	Sağlıklı bir yaşam sürdürme	153	4,12	,63				
	Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma	13	4,49	,43				
	Fazla kilolarımdan kurtulma	305	4,15	,64				
	Stres atma	26	4,36	,63				
	Sosyal ilişkilerimi geliştirme	4	3,90	,34				
	Total	513	4,15	,63				
Psikososyal Fayda	Boş zamanımı değerlendirme (A)	12	4,38	,58	5-507	7,347	,000	B-D E-D
	Sağlıklı bir yaşam sürdürme (B)	153	4,14	,67				
	Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma (C)	13	4,17	,75				
	Fazla kilolarımdan kurtulma (D)	305	4,46	,56				
	Stres atma (E)	26	4,07	,69				
	Sosyal ilişkilerimi geliştirme (F)	4	4,83	,19				
	Total	513	4,34	,63				
Terapatik Fayda	Boş zamanımı değerlendirme (A)	12	3,91	,58	5-507	6,590	,000	A-D A-E
	Sağlıklı bir yaşam sürdürme (B)	153	4,22	,48				
	Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma (C)	13	4,50	,36				
	Fazla kilolarımdan kurtulma (D)	305	4,45	,56				
	Stres atma (E)	26	4,46	,50				
	Sosyal ilişkilerimi geliştirme (F)	4	4,80	,23				
	Total	513	4,37	,55				
Sosyal Fayda	Boş zamanımı değerlendirme	12	3,72	,77	5-507	1,462	,201	
	Sağlıklı bir yaşam sürdürme	153	3,75	,60				
	Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma	13	3,92	,75				
	Fazla kilolarımdan kurtulma	305	3,81	,87				
	Stres atma	26	4,17	,79				
	Sosyal ilişkilerimi geliştirme	4	3,50	,57				
	Total	513	3,81	,79				
Bağlılık	Boş zamanımı değerlendirme	12	3,81	,92	5-507	,783	,562	
	Sağlıklı bir yaşam sürdürme	153	3,78	,77				
	Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma	13	3,48	,38				
	Fazla kilolarımdan kurtulma	305	3,85	,73				
	Stres atma	26	3,84	,90				
	Sosyal ilişkilerimi geliştirme	4	3,87	,72				
	Total	513	3,82	,75				

Tablo 4.6. (Devamı) Katılımcıların egzersiz yapma amacına göre ANOVA test sonuçları

Kişilik	Boş zamanımı değerlendirme (A)	12	4,04	,38	5-507	3,119	,009	A-C B-C
	Sağlıklı bir yaşam sürdürme (B)	153	4,22	,54				
	Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma (C)	13	4,76	,31				
	Fazla kilolarımdan kurtulma (D)	305	4,35	,59				
	Stres atma (E)	26	4,30	,91				
	Sosyal ilişkilerimi geliştirme (F)	4	4,25	,86				
	Total	513	4,31	,59				
Azim	Boş zamanımı değerlendirme (A)	12	4,39	,50	5-507	9,465	,000	A-B B-D
	Sağlıklı bir yaşam sürdürme (B)	153	3,75	,72				
	Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma (C)	13	4,15	,57				
	Fazla kilolarımdan kurtulma (D)	305	4,18	,65				
	Stres atma (E)	26	3,99	,63				
	Sosyal ilişkilerimi geliştirme (F)	4	4,12	,43				
	Total	513	4,05	,69				
Kişisel Çaba	Boş zamanımı değerlendirme (A)	12	3,91	,55	5-507	3,287	,006	B-D
	Sağlıklı bir yaşam sürdürme (B)	153	4,00	,61				
	Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma (C)	13	4,15	,91				
	Fazla kilolarımdan kurtulma (D)	305	4,25	,70				
	Stres atma (E)	26	3,92	1,27				
	Sosyal ilişkilerimi geliştirme (F)	4	4,37	,14				
	Total	513	4,15	,72				

Katılımcıların aile gelir durumlarına göre ANOVA testi ve ikinci düzey Tukey HSD testi yapılmıştır. Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının yaşlarına bağlı olarak, “Boş Zaman Kariyeri”, “Psikososyal Fayda”, “Kişilik”, “Azim” ve “Kişisel Çaba” alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmektedir.

“Boş Zaman Kariyeri” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)} = 3,998$; $p < 0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, “Fazla Kilolardan Kurtulma” amacı olan ($X = 4,3885 \pm 0,54154$) katılımcıların ortalamalarının “Sağlıklı Bir Yaşam Sürdürme” ($X = 4,2168 \pm 0,48969$) amacı olan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Psikososyal Fayda” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)} = 7,347$; $p < 0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, “Fazla Kilolardan Kurtulma” amacı olan ($X = 4,4623 \pm 0,56401$)

katılımcıların ortalamalarının hem “Sağlıklı Bir Yaşam Sürdürme” ($X=4,1427\pm,67900$) hem de “Stres Atma” amacı olan katılımcıların ortalamalarından ($X=4,0705\pm,69948$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

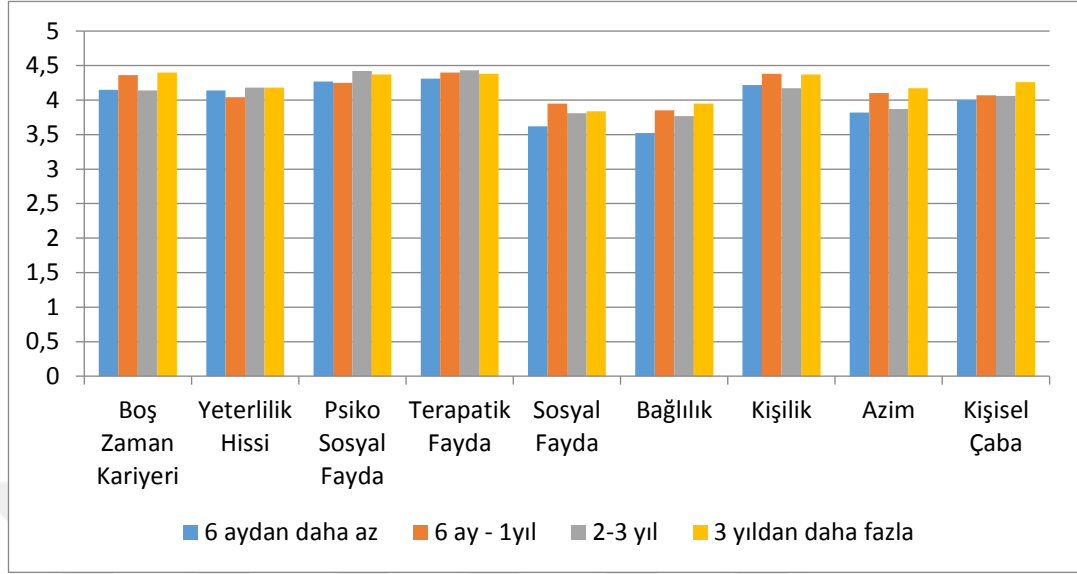
“Terapatik Fayda” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)}= 6,590$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, “Boş Zamanı Değerlendirme” amacı olan ($X=3,9167\pm,58750$) katılımcıların ortalamalarının hem “Fazla Kilolardan Kurtulma” ($X=4,4590\pm,56655$) hem de “Stres Atma” amacı olan katılımcıların ortalamalarından ($X=4,4692\pm,50894$) anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

“Kişilik” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)}=3,119$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, “Güzel ve Zinde Bir Vücuda Sahip Olma” amacı olan ($X=4,7692\pm,31394$) katılımcıların ortalamalarının hem “Boş Zamanı Değerlendirme” ($X=4,0417\pm,38188$) hem de “Sağlıklı Bir Yaşam Sürdürme” amacı olan katılımcıların ortalamalarından ($X=4,2206\pm,54103$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Azim” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)}= 9,465$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, “Güzel ve Zinde Bir Vücuda Sahip Olma” amacı olan ($X=4,7692\pm,31394$) katılımcıların ortalamalarının hem “Boş Zamanı Değerlendirme” ($X=4,0417\pm,38188$) hem de “Sağlıklı Bir Yaşam Sürdürme” amacı olan katılımcıların ortalamalarından ($X=4,2206\pm,54103$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Kişisel Çaba” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)}= 3,998$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, “Fazla Kilolardan Kurtulma” amacı olan ($X=4,2525\pm,70082$) katılımcıların ortalamalarının “Sağlıklı Bir Yaşam Sürdürme” ($X=4,0082\pm,61600$) amacı olan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

4.3.7. Hipotez 7. Egzersiz Yapma Süresine Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri



Grafik 4.19. Egzersiz yapma süresine göre Anova test sonuçları

Tablo 4.7. Katılımcıların egzersiz yapma süresi göre ANOVA test sonuçları

CKBZ Alt Boyutları	Egzersiz Yapma Süresi	N	x	ss	df	F	p	Tukey Fark
Boş Zaman Kariyeri	6 aydan daha az (A)	99	4,15	,43	3-509	8,373	,000	A-D C-A C-B C-D
	6ay-1yıl (B)	81	4,36	,47				
	2-3 yıl (C)	81	4,14	,56				
	3 yıldan daha fazla (D)	252	4,40	,55				
	Total	513	4,30	,53				
Yeterlilik Hissi	6 aydan daha az	99	4,14	,78	3-509	1,064	,364	-
	6ay-1yıl	81	4,04	,56				
	2-3 yıl	81	4,18	,49				
	3 yıldan daha fazla	252	4,18	,63				
	Total	513	4,15	,63				
Psikososyal Fayda	6 aydan daha az	99	4,27	,67	3-509	1,635	,180	-
	6ay-1yıl	81	4,25	,84				
	2-3 yıl	81	4,42	,54				
	3 yıldan daha fazla	252	4,37	,54				
	Total	513	4,34	,63				
Terapatik Fayda	6 aydan daha az	99	4,31	,55	3-509	,860	,461	-
	6ay-1yıl	81	4,40	,55				
	2-3 yıl	81	4,43	,35				
	3 yıldan daha fazla	252	4,38	,59				
	Total	513	4,37	,55				
Sosyal Fayda	6 aydan daha az (A)	99	3,62	,82	3-509	3,003	,030	A-B
	6ay-1yıl (B)	81	3,95	,76				
	2-3 yıl (C)	81	3,81	,73				
	3 yıldan daha fazla (D)	252	3,84	,79				
	Total	513	3,81	,79				
Bağlılık	6 aydan daha az (A)	99	3,52	,73	3-509	8,340	,000	A-B A-D
	6ay-1yıl (B)	81	3,85	,76				
	2-3 yıl (C)	81	3,77	,58				
	3 yıldan daha fazla (D)	252	3,95	,77				
	Total	513	3,82	,75				
Kişilik	6 aydan daha az (A)	99	4,22	,61	3-509	3,390	,018	C-D
	6ay-1yıl (B)	81	4,38	,56				
	2-3 yıl (C)	81	4,17	,59				
	3 yıldan daha fazla (D)	252	4,37	,59				
	Total	513	4,31	,59				
Azim	6 aydan daha az (A)	99	3,82	,68	3-509	8,540	,000	A-B A-D C-D
	6ay-1yıl (B)	81	4,10	,79				
	2-3 yıl (C)	81	3,87	,73				
	3 yıldan daha fazla (D)	252	4,17	,61				
	Total	513	4,05	,69				
Kişisel Çaba	6 aydan daha az (A)	99	4,00	,66	3-509	4,288	,005	A-D
	6ay-1yıl (B)	81	4,07	,87				
	2-3 yıl (c)	81	4,06	,77				
	3 yıldan daha fazla (D)	252	4,26	,66				
	Total	513	4,15	,72				

Katılımcıların aile gelir durumlarına göre ANOVA testi ve ikinci düzey Tukey HSD testi yapılmıştır. Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının yaşlarına bağlı olarak, “Boş Zaman Kariyeri”, “Sosyal Fayda”, “Bağlılık”, “Kişilik”, “Azim” ve “Kişisel Çaba” alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmektedir.

“Boş Zaman Kariyeri” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(3-509)}= 8,373$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, tesisi “2-3 Yıl” süre kullanan ($X=4,1440\pm,56504$) katılımcıların ortalamalarının tesisi hem “6 aydan daha az” ($X=4,1599\pm,43768$) hem de “6 ay - 1 yıl” ($X=4,3601\pm,47614$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir. Ayrıca, tesisi “3 Yıllan Daha Fazla” ($X=4,4028\pm,55019$) kullanan katılımcıların ortalamalarının tesisi “6 aydan daha az” ($X=4,1599\pm,43768$) kullanan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Sosyal Fayda” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(3-509)}= 3,003$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, tesisi “6 Ay - 1 Yıl” ($X=3,9568\pm,76627$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarının tesisi “6 Aydan Daha Az” ($X=3,6212\pm,82404$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Bağlılık” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)}=8,340$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, tesisi “6 Aydan Daha Az” ($X=3,9568\pm,76627$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarının tesisi hem “6 Ay - 1 Yıl” ($X=3,6212\pm,82404$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarından hem de “3 Yıllan Daha Fazla” süre kullanan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

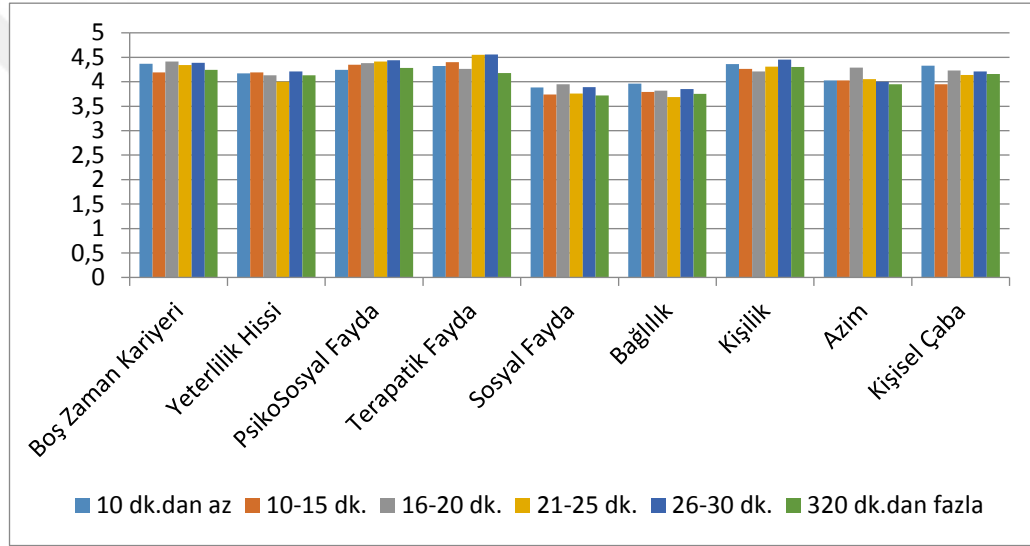
“Kişilik” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(3-509)}=3,390$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, tesisi “3 Yıllan Daha Fazla” ($X=4,3720\pm,59525$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarının tesisi “2-3 Yıl” ($X=4,1790\pm,59060$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Azim” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(3-509)}=8,540$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, tesisi “6 Aydan Daha Az” ($X=3,8232\pm,68535$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarının tesisi hem “6 Ay - 1 Yıl” ($X=4,1080\pm,79445$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarından hem de “3 Yıllan Daha Fazla” ($X=4,1786\pm,61873$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde düşük olduğu

görülmektedir. Ayrıca, tesisi “3 Yılden Daha Fazla” ($X=4,1786\pm,61873$) kullanan katılımcıların ortalamalarının tesisi “2-3 Yıl” ($X=3,8796\pm,73645$) kullanan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

“Kişisel Çaba” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(3-509)}= 4,288$; $p<0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, tesisi “3 Yılden Daha Fazla” ($X=4,2669\pm,66273$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarının tesisi “6 Aydan Daha Az” ($X=4,0617\pm,77715$) süre kullanan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

4.3.8. Hipotez 8. Tesise Ulaşım Süresine Göre, Ciddi Boş Zaman Düzeyleri



Grafik 4.20. Tesise ulaşım sürelerine göre Anova test sonuçları

Tablo 4.9. Katılımcıların tesise ulaşım sürelerine göre ANOVA test sonuçları

CKBZ Alt Boyutları	Tesise Ulaşım Süresi	N	X	ss	df	F	p	Tukey Fark
Boş Zaman Kariyeri	10 dakikadan az (A)	115	4,37	,52	5-507	2,820	,016	B-A B-C
	10-15 dakika (B)	151	4,19	,54				
	16-20 dakika (C)	59	4,41	,50				
	21-25 dakika (D)	64	4,34	,49				
	26-30 dakika (E)	57	4,39	,38				
	30 dakikadan fazla (F)	67	4,24	,63				
	Total	513	4,30	,53				
Yeterlilik Hissi	10 dakikadan az	115	4,17	,74	5-507	,904	,478	-
	10-15 dakika	151	4,19	,62				
	16-20 dakika	59	4,13	,57				
	21-25 dakika	64	4,00	,67				
	26-30 dakika	57	4,21	,51				
	30 dakikadan fazla	67	4,13	,58				
	Total	513	4,15	,63				
Psikososyal Fayda	10 dakikadan az	115	4,24	,67	5-507	1,208	,304	-
	10-15 dakika	151	4,35	,55				
	16-20 dakika	59	4,38	,51				
	21-25 dakika	64	4,41	,77				
	26-30 dakika	57	4,44	,52				
	30 dakikadan fazla	67	4,28	,72				
	Total	513	4,34	,63				
Terapatik Fayda	10 dakikadan az (A)	115	4,32	,60	5-507	5,253	,000	C-D C-E F-D F-E
	10-15 dakika (B)	151	4,40	,48				
	16-20 dakika (C)	59	4,26	,49				
	21-25 dakika (D)	64	4,55	,48				
	26-30 dakika (E)	57	4,56	,34				
	30 dakikadan fazla (F)	67	4,18	,72				
	Total	513	4,37	,55				
Sosyal Fayda	10 dakikadan az	115	3,88	,89	5-507	1,192	,312	-
	10-15 dakika	151	3,74	,69				
	16-20 dakika	59	3,95	,95				
	21-25 dakika	64	3,76	,92				
	26-30 dakika	57	3,89	,65				
	30 dakikadan fazla	67	3,72	,58				
	Total	513	3,81	,79				
Bağlılık	10 dakikadan az	115	3,96	,90	5-507	1,417	,216	-
	10-15 dakika	151	3,79	,71				
	16-20 dakika	59	3,82	,79				
	21-25 dakika	64	3,69	,64				
	26-30 dakika	57	3,85	,66				
	30 dakikadan fazla	67	3,75	,66				
	Total	513	3,82	,75				
Kişilik	10 dakikadan az	115	4,36	,58	5-507	1,358	,239	-
	10-15 dakika	151	4,26	,64				
	16-20 dakika	59	4,21	,66				
	21-25 dakika	64	4,31	,51				
	26-30 dakika	57	4,45	,54				
	30 dakikadan fazla	67	4,30	,55				
	Total	513	4,31	,59				

Tablo 4.9. (devamı) Katılımcıların tesise ulaşım sürelerine göre ANOVA test sonuçları

Azim	10 dakikadan az	115	4,03	,64	5-507	1,791	,113	-
	10-15 dakika	151	4,03	,80				
	16-20 dakika	59	4,29	,63				
	21-25 dakika	64	4,05	,55				
	26-30 dakika	57	4,00	,49				
	30 dakikadan fazla	67	3,95	,78				
	Total	513	4,05	,69				
Kişisel Çaba	10 dakikadan az (A)	115	4,33	,55	5-507	3,930	,002	A-B
	10-15 dakika (B)	151	3,95	,87				
	16-20 dakika (C)	59	4,23	,63				
	21-25 dakika (D)	64	4,14	,65				
	26-30 dakika (E)	57	4,21	,74				
	30 dakikadan fazla (F)	67	4,16	,64				
	Total	513	4,15	,72				

Katılımcıların tesise ulaşım sürelerine göre ANOVA testi ve ikinci düzey Tukey HSD testi yapılmıştır. Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının tesise ulaşım sürelerine bağlı olarak, “boş zaman kariyeri”, “terapatik Fayda” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmektedir.

“Boş Zaman Kariyeri” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)} = 2,820$; $p < 0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, tesise “10-15 dakika” da ulaşan ($X = 4,1943 \pm 0,54243$) katılımcıların ortalamalarının tesise hem “10 dakikadan az” ($X = 4,3725 \pm 0,52950$) hem de “16-20 dakika” da ($X = 4,4153 \pm 0,50322$) ulaşan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

“Terapatik Fayda” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)} = 5,253$; $p < 0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre, tesise “16-20 dakika” da ulaşan ($X = 4,2678 \pm 0,49773$) katılımcıların ortalamalarının tesise hem “21-25 dakika” ($X = 4,5500 \pm 0,48337$) hem de “26-30 dakika” da ($X = 4,5684 \pm 0,34391$) ulaşan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir. Ayrıca tesise “30 dakikadan daha fazla” süre de ulaşan ($X = 4,1821 \pm 0,72088$) katılımcıların ortalamalarının tesise hem “21-25 dakika” ($X = 4,5500 \pm 0,48337$) hem de “26-30 dakika” da ($X = 4,5684 \pm 0,34391$) ulaşan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

“Kişisel Çaba” alt boyutundaki farklılığın ($F_{(5-507)} = 3,930$; $p < 0,05$) hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine

göre, tesise “10 dakikadan az” sürede ulaşan” ($X=4,3326\pm,55084$) katılımcıların ortalamalarının tesise “10-15 dakika” da ($X=3,9586\pm,87960$) ulaşan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.



5. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı, Ankara ilindeki spor merkezlerinden faydalanan üyelerin ciddi boş zaman etkinliklerine katılımlarını; cinsiyet, yaş, medeni durumu, eğitim durumu, aile birey sayısı, aile gelir durumu, egzersiz yapma amacı, egzersiz yapma sıklığı, egzersiz yapma süresi, sporda harcadığı zaman, tesise ulaşım süresi açısından incelemektir.

Elde edilen bulgular sonucunda; spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının %53'ünün "erkek", %47'sinin "kadın" olduğu görülmektedir. Bu durum spor merkezi katılımcılarına yönelik yapılan bir çok araştırma (79; 19; 124; 32) ile benzerlik göstermektedir. Spor merkezlerinde yapılan çalışmalarda erkek katılımcıların fazla olmasının nedeni olarak dünyada kadınların ve erkeklerin spora katılımı arasındaki eşitsizliği gösterilebilir (125). Bu durum ülkemizde de farklı olmamakla birlikte Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın 2013 resmi verilerine göre toplam sporcuların sadece %35'inin kadınlar oluşturmaktadır (41).

Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının çoğunluğunu "18-25 yaş" arasındaki bireyler oluşturmaktadır. Daha sonra ise en büyük grup "26-35 yaş" grubundaki katılımcılardır. Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının %72'si "bekâr" olup, %74'ü "ön lisans ve lisans" eğitim durumuna sahiptir. Bunun nedeni olarak, spor merkezi üyelerinin çoğunluğunun yaş ortalamasının "18-25 yaş" aralığında olması gösterilebilir. Nitekim Türkiye İstatistik Kurumu 2015 verilerine göre erkeklerde ortalama ilk evlenme yaşı 27 iken, kadınlarda ise 24'tür (121). Ayrıca, katılımcıların eğitim durumlarının çoğunun "ön lisans – lisans" düzeyinde olması, tesis kullanım yaş ortalamasına bakıldığında doğal bir sonuç olarak görülmektedir.

Spor merkezi ciddi boş zaman katılımcılarının %60'ı "fazla kilolarından kurtulma" amacıyla; %49'u "3 yıldan daha fazla"; %53'ü haftada "3-4 gün"; %54'ü günde "1-1,5 saat" egzersiz yaptığını ifade etmektedir. Ayrıca, katılımcıların %52'si spor merkezine 15 dakikadan daha az sürede ulaşmaktadır.

HİPOTEZ 1: Cinsiyetine Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri

Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarının, cinsiyet açısından anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan T-Test sonuçlarına göre, “boş zaman kariyeri”, “psikososyal fayda”, “terapatik fayda”, “azim” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında kadınların lehine anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Günümüzde yapılan araştırmada kadınların birçok alanda erkekler kadar etkin ve başarılı olduğu görülmektedir (131). Dahası, Öztemel (2012) tarafından yapılan bir araştırmada kadınların kariyer seçimlerinde erkeklere oranla daha kararlı olduğu görülmektedir. Dolayısıyla, spor merkezi katılımcılarından kadınların boş zaman kariyeri ile ilgili verdikleri puanların erkeklere göre daha fazla olması alanyazın ile benzerlik göstermektedir.

Psikososyal fayda alt boyutunda kadınların ortalamalarının erkeklerden fazla olması ile ilgili literatüde benzer çalışmalar mevcuttur. Eiron ve ark. (2011) tarafından yapılan bir araştırmada, kadınlar mesleki rollere katılımında dahi arkadaş edinme kalıplarında erkeklere göre daha az değişkenlik göstermektedir.

Terapatik fayda alt boyutu dikkate alındığında, kadınların erkeklere göre daha fazla ortalamaya sahip olması alt boyutun unsurlarından biri olan “stresten uzaklaşma” ile açıklanabilir. Nitekim Koparan ve Öztürk (2002) tarafından yapılan bir araştırmada, kadınların (%65) erkeklere (%35) göre daha fazla stresten uzaklaşma amacıyla egzerisiz yaptığı belirtilmiştir.

HİPOTEZ 2: Yaşa Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri

Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarının yaşları açısından anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Anova sonuçlarına göre, “boş zaman kariyeri”, “terapatik fayda”, “sosyal fayda”, “bağlılık” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Bu alt boyutlardaki farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi yapılmıştır. Buna göre, “boş zaman kariyeri” ve “terapatik fayda” alt boyutlarında “18-25” yaş aralığındaki katılımcıların ortalamaları anlamlı şekilde düşük olduğu görülmektedir. Buna göre, spor merkezi katılımcılarının yaşları küçüldükçe “boş zaman kariyeri” ve “terapatik fayda” çıktıkları daha azdır. Boş

zaman kariyeri alt boyutunda 15-25 yaş aralığındaki katılımcıların ortalamalarının düşük olması alan yazın içinde de görülmektedir. Bunun nedeni olarak, bireylerin yaşlarının artmasıyla başarıya attıkları anlamın da artması gösterilebilir (22). Dolayısıyla, yaşa bağlı olarak bireylerin kariyerlerindeki başarı algısı daha fazla artmaktadır.

Terapatik fayda alt boyutu açısından değerlendirildiğinde yaş ile mutluluk düzeyinin kesin bir ilişkisi olduğu görülmektedir (34). Dolayısıyla, araştıma bulguları alanyazın ile paralellik göstermektedir. Mroczek ve Kolarz (1998) tarafından yapılan bir araştırmada da yaş ile mutluluk arasında pozitif bir ilişki görülmüştür.

“Bağlılık” alt boyutunda “26-35” yaş aralığındaki katılımcıların ortalamaları “18-25” yaş arasındaki diğer katılımcıların ortalamaların anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmektedir. Yaş değişkeninin irdelendiği pek çok araştırmada, yaş arttıkça bağlılığın da arttığına ilişkin bulgular elde edilmiştir (26; 77). Bunun nedeni olarak, bireyin yaşıyla doğru orantılı olarak belirli bir etkinliğe harcadığı maddi veya manevi unsurlar gösterilebilir.

“Sosyal fayda” ve “Kişisel Çaba” alt boyutunda “36-50” yaş aralığındaki katılımcıların ortalamaları diğer katılımcıların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmektedir. İçerik ve türüne göre değişiklik gösteriyor olsa da, bir gruba ait olma, fiziksel ve mental gelişim, kendini ifade edebilme gibi önemli ihtiyaçları tatmin eden serbest zaman etkinlikleri, bireylerin sosyalleşmelerinde ve sosyal çevrelerinin gelişiminde, iş ve günlük hayatın, monotonluğun getirdiği stresten kurtulmalarında önemli rol oynamaktadır (13). Sosyalleşme, kişinin grup normalarına uymasını öğrenmeyi sağlayan bir süreçtir (72). Dolayısıyla, bireylerin yaşları arttıkça bu süreci daha iyi yaşadıkları görülmektedir.

HİPOTEZ 3: Medeni Duruma Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri

Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarının medeni durumlarına göre anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan T-Test sonuçlarına göre, “boş zaman kariyeri”, “yeterlilik hissi” ve “bağlılık” alt boyutlarında “evli” katılımcıların lehine anlamlı bir farklılık görülmektedir. Sergek ve Sertbaş (2006)’ın yapmış olduğu bir araştırmada ise medeni durumu bekâr olanların öz etkililik-

yeterlilik düzeyi diğerlerine göre daha yüksek bulunmuş ancak aradaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir.

HİPOTEZ 4: Eğitim Duruma Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri

Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarının eğitim durumları açısından anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Anova sonuçlarına göre, “yeterlilik hissi”, “psikososyal fayda”, “sosyal fayda”, “bağlılık” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Bu alt boyutlardaki farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi yapılmıştır. Buna göre, “yeterlilik hissi”, “psikososyal fayda” alt boyutlarında “Lisansüstü” eğitimi olan katılımcıların ortalamalarının anlamlı şekilde düşük olduğu görülmektedir.

“Sosyal Fayda” alt boyutunda “önlisans-lisans” grubundaki katılımcıların ortalamalarının diğer gruplardan anlamlı şekilde düşük olduğu görülmektedir.

“Bağlılık” ve “Kişisel Çaba” alt boyutlarında “lise” grubundaki katılımcıların ortalamalarının diğer gruplardan yüksek olduğu görülmektedir.

HİPOTEZ 5: Aile Gelir Durumuna Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri

Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarının aile gelir durumu açısından anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Anova sonuçlarına göre, “psikososyal fayda”, “terapatik fayda” ve “azim” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Bu alt boyutlardaki farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi yapılmıştır. Buna göre, “psikososyal fayda”, “terapatik fayda” ve “azim” alt boyutlarında “4001 TL ve üzeri” aile gelirine sahip olan katılımcıların ortalamalarının diğer grup ortalamalarından anlamlı şekilde düşük olduğu görülmektedir.

Boş zaman etkinliklerine katılımı etkileyen unsurlardan bir tanesinde ekonomik durumdur (123; 9). Sabbağ ve Aksoy (2011) tarafından üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir araştırmada boş zaman etkinliklerine katılmama nedeni olarak ekonomik yetersizliği göstermişlerdir. Yapılan bir diğer araştırmada ise ekonomik durumu yüksek olan bireylerin yaşam doyumları daha iyidir.

Ekonomik durum, bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılayabilmelerinden, kendilerini geliştirebilecek etkinliklere katılabilmeye kadar pek çok hedef için bir gereklilik durumundadır. Bu nedenle ekonomik durumun bireylerin ve üniversite öğrencilerinin mutluluğu ile ilişkili olması şaşırtıcı gelmemektedir (122).

Diğer bir taraftan, yapılan bazı araştırmalara göre ise boş zaman etkinlikleri türlerinde sosyo-ekonomik farklılıkların, yine de kesin olarak boş zaman davranışlarını tümüyle etkilememektedir (18). Bunun nedeni olarak, birçok boş zaman etkinliğinin para harcamayı gerektirmediğini gösterebiliriz.

HİPOTEZ 6: Egzersiz Yapmadaki Öncelik Amacına Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri

Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarının egzersiz yapmadaki öncelik amacına göre anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Anova sonuçlarına göre, “boş zaman kariyeri”, “terapatik fayda”, “psikososyal fayda”, “kişilik”, “azim” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Bu alt boyutlardaki farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi yapılmıştır. Buna göre, “boş zaman kariyeri”, “psikososyal fayda” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında “fazla kilolardan kurtulma” amacıyla egzersiz yapan katılımcıların ortalamaları diğer amaçlarla egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir.

“Terapatik Fayda” alt boyutunda “boş zamanı değerlendirme” amacıyla egzersiz yapan katılımcıların ortalamaları diğer amaçlarla egzersiz yapan grubun ortalamalarından düşüktür. Terapatik rekreasyon hizmetleri özel ilgiye ihtiyacı olan kişilerin ilgi alanlarını ve yeteneklerini çeşitlendirerek bireylere destek olmaya çalışmaktadır. Ayrıca beceri elde etmede, bağımsız yaşam hakkında anlayışa ve duruşa sahip olabilme, sağlıklı, kişilikli ve en önemlisi boş zamanı faydalı bir şekilde değerlendirmeyi yaşam şekli haline getirmiş bireyler oluşturmada etkili olan rekreatif bir etkinlik türüdür (110). Tanımdan da anlaşılacağı üzere, terapatik boş zaman etkinlikleri daha çok özel ilgiye ihtiyacı olan kişiler tarafından yapılmaktadır. Dolayısıyla, spor merkezlerinde “boş zamanı değerlendirme” amaçlı terapatik rekreasyonel etkinliklerinin diğer amaçlara göre az olması normal bir sonuç olarak

değerlendirilebilir. Ayrıca, Solmaz ve Aydın (2012) tarafından yapılan bir araştırmada spor merkezi katılımcılarının sadece %8'i boş zamanı değerlendirme amaçlı egzersiz yaptığını belirtmiştir. Bu sonuç da çalışmamız ile paralellik göstermektedir.

“Kişilik” alt boyutunda “güzel ve zinde bir vücuda sahip olma” amacıyla egzersiz yapan katılımcıların ortalamaları diğer grup ortalamalarından yüksektir. Bireylerin rekreatif spor etkinliklerine neden katıldığı uzun zamandır bilim adamlarının ilgisini çeken bir konudur. Bireyleri bu tür etkinliklere motive eden gerekçelerin bilinmesi ve tespit edilmesi için spor, egzersiz ve rekreasyon bilimlerinde birçok çalışma yapılmıştır (15). Bunlardan bir tanesi de kişiliktir. Bireylerin kişilik özellikleri ile rekreasyonel etkinliklere katılım amaçları arasında önemli bir ilişki vardır (1; 14; 76). Yani, bireyler kişilik özelliklerine göre rekreasyonel etkinliklere katılmaktadır. Dolayısıyla, “kişilik” alt boyutunda “güzel ve zinde bir vücuda sahip olma” amacıyla ciddi boş zaman etkinliklerine katılma isteğinin çok olması olağan bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

“Azim” alt boyutunda “sağlıklı bir yaşam sürdürme” amacıyla egzersiz yapan katılımcıların ortalamaları diğer grup ortalamalarından düşüktür. Alanyazın incelendiğinde çalışmamız ile ters görüşte araştırmalar mevcuttur. Solmaz ve Aydın (2012) tarafından yapılan bir araştırmada spor merkezi katılımcılarının %75'i sağlıklı yaşam sürdürme amaçlı egzersiz yaptığını belirtmiştir. Sağlıklı yaşam biçimi, bireyin sağlığını etkileyen tüm davranışlarını kontrol etmesi, günlük etkinliklerini kendisine uygun bir şekilde belirlemesi olarak tanımlanmıştır. Sağlıklı olmak her insanın temel hakkı olduğu kadar, kişinin de kendi sorumluluğudur. Kişinin sağlığı geliştirici davranışları kazanması için, kendini kontrol etmesi, bu davranışları kazanmak için istek duyması gerekir (60). Kısacası, sağlıklı bir yaşam için “azim” gösterilmesi ve boş zaman etkinliği olarak yapılan egzersizin sürekli olması gerekmektedir (94).

HİPOTEZ 7: Egzersiz Yapma Süresine Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri

Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarının egzersiz yapma sürelerine göre anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Anova sonuçlarına göre, “boş zaman kariyeri”, “sosyal fayda”, “bağlılık”, “kişilik”, “azim” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir. ,

Bu alt boyutlardaki farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi yapılmıştır. Buna göre, “boş zaman kariyeri” alt boyutunda “3 yıldan daha fazla” süre egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarının diğer katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir.

Taştepe (2001:27) genel anlamıyla kariyeri, “seçilen bir iş hattında ilerlemek ve bunun sonucunda sorumluluk üstlenmek, statü kazanmak ve saygınlık elde etmek anlamını taşımak” şeklinde tanımlamıştır. Dolayısıyla kariyer elde etmek için, seçmiş olduğu bir iş veya etkinlik konusunda kendini geliştirmek ve o alanda ilerlemek zorundadır. Bu da, bireyin o etkinlik ile ilgili belirli zaman harcamasını gerekli kılar. Araştırma sonucuna göre, boş zaman kariyeri alt boyutunda “3 yıldan daha fazla” süre ciddi boş zaman etkinliğine katılan bireylerin ortalamalarının diğer gruplardan fazla olması bu gerekliliğin bir sonucu olarak görülmektedir.

“Sosyal fayda” alt boyutunda “6 ay-1yıl” süre egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarının “2-3 yıl” egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir.

“Kişilik” alt boyutunda “2-3 yıl” süre egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarının “3 yıldan daha fazla” egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarından düşük olduğu görülmektedir.

“Azim”, “Bağlılık” ve “Kişisel Çaba” alt boyutunda “3 yıldan daha fazla” süre egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarının diğer katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir. Stebbins (2007), ciddi boş zamanı tanımlarken “sistemik katılıma dayalı” olduğunu belirtmiştir. Bu ifadeden de anlaşılacağı gibi, ciddi boş zaman alt boyutları içinde azim, bağlılık ve kişisel çaba alt boyutları da aynı boş zaman kariyeri alt boyutu gibi belirli bir zaman ve süreklilik gerektirir. Dolayısıyla, azim, bağlılık ve kişisel çaba alt boyutlarında spor merkezi kullanıcıları arasında tesisi daha uzun süre kullanan bireylerin ortalamalarının yüksek olması alanyazına göre benzer bir sonuçtur.

HİPOTEZ 8: Tesise Ulaşım Süresine Göre Ciddi Boş Zaman Düzeyleri

Spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman katılımlarının tesise ulaşım sürelerine göre anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Anova

sonuçlarına göre “boş zaman kariyeri”, “terapatik fayda” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Bu alt boyutlardaki farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi yapılmıştır. Buna göre, “boş zaman kariyeri” alt boyutunda tesise “10-15 dakika” sürede ulaşan katılımcıların ortalamalarının tesise “10 dakikadan az” ve “16-20 dakika” da ulaşan katılımcıların ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmektedir.

“Terapatik fayda” alt boyutunda tesise “16-20 dakika” sürede ulaşan katılımcıların ortalamalarının tesise “21-25 dakika” ve “26-30 dakika” da ulaşan katılımcıların ortalamalarından düşük olduğu görülmektedir. Ayrıca, tesise “30 dakikadan fazla” sürede ulaşan katılımcıların ortalamalarının tesise “21-25 dakika” ve “26-30 dakika” da ulaşan katılımcıların ortalamalarından düşük olduğu görülmektedir.

“Kişisel Çaba” alt boyutunda tesise “10 dakikadan daha az” sürede ulaşan katılımcıların ortalamalarının tesise “10-15 dakika” da ulaşan katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir.

Bir spor merkezinin kuruluşunda dikkat edilmesi gereken unsurların başında yer seçimi gelmektedir (61). Çünkü “spor tesisine uzaklık” bireylerin boş zaman etkinliklerini kısıtlayan engellerin başında gelmektedir (67). Demirel ve Harmandar (2009) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada öğrencilerin boş zaman etkinliklerine katılımlarındaki en büyük engellerden birinde “tesis/hizmet/ulaşım” alt boyutunda olduğu görülmektedir. Ayrıca, Gürbüz ve diğ. (2011) tarafından yapılan bir başka çalışmada da sportif tesislere ulaşımın zaman alması rekreasyonel etkinliklere katılımın önündeki engellerden bir tanesi olarak görülmektedir.

6. SONUÇ

Bu araştırmanın amacı, Ankara ilinde rekreasyonel spor merkezlerini kullanan bireylerin ciddi boş zaman katılım düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemektir. Öncelikle, boş zaman, ciddi boş zaman ve rekreasyon kavramları ve bu konu ile ilgili yapılan çalışmalar ayrıntılı bir biçimde incelenmiştir.

Rekreasyonel spor merkezlerine üye olan bireylerin ciddi boş zaman katılım düzeyleri ve buna etki eden unsurların ilişkilerini ortaya koyan bulgular ışığında şu sonuçlara ulaşılmıştır.

Cinsiyet ve CKBZ ölçeği alt boyutları incelendiğinde, “boş zaman kariyeri”, “psikososyal fayda”, “terapatik fayda”, “azim” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında kadınların lehine anlamlı bir farklılık görülmektedir. Yani, spor merkezi katılımcılarından boş zaman kariyeri, psikososyal fayda ve terapatik fayda alt boyutunda kadınların verdikleri ciddi boş zaman puanlarının erkeklere göre daha fazladır.

Yaş ve CKBZ ölçeği alt boyutları incelendiğinde, “boş zaman kariyeri”, “terapatik fayda”, “sosyal fayda”, “bağlılık” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir. Buna göre, spor merkezi katılımcılarının yaşları küçüldükçe CKBZÖ puanları da azalmaktadır.

Medeni durum ve CKBZ ölçeği alt boyutları incelendiğinde, “boş zaman kariyeri”, “yeterlilik hissi” ve “bağlılık” alt boyutlarında “evli” katılımcıların lehine anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Eğitim durumu ve CKBZ ölçeği alt boyutları incelendiğinde, “yeterlilik hissi”, “psikososyal fayda”, “sosyal fayda”, “bağlılık” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir. Buna göre, “yeterlilik hissi”, “psikososyal fayda” alt boyutlarında “Lisansüstü” eğitimi olan katılımcıların; “Sosyal Fayda” alt boyutunda “önlisans-lisans” grubundaki katılımcıların ortalamalarının diğer gruplardan anlamlı şekilde düşük olduğu görülmektedir. “Bağlılık” ve “Kişisel Çaba” alt boyutlarında ise “lise” grubundaki katılımcıların ortalamalarının diğer gruplardan yüksek olduğu görülmektedir.

Aile gelir durumu ve CKBZ ölçeği alt boyutları incelendiğinde, “psikososyal fayda”, “terapatik fayda” ve “azim” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir. Buna göre, “psikososyal fayda”, “terapatik fayda” ve “azim” alt boyutlarında “4001 TL ve üzeri” aile gelirine sahip olan katılımcıların ortalamalarının diğer grup ortalamalarından anlamlı şekilde düşük olduğu görülmektedir.

Egzersiz yapmadaki öncelikli amacı ve CKBZ ölçeği alt boyutları incelendiğinde, “boş zaman kariyeri”, “terapatik fayda”, “psikososyal fayda”, “kişilik”, “azim” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir. Buna göre, “boş zaman kariyeri”, “psikososyal fayda” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında “fazla kilolardan kurtulma” amacıyla egzersiz yapan katılımcıların ortalamaları diğer amaçlarla egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir. “Terapatik Fayda” alt boyutunda “boş zamanı değerlendirme” amacıyla egzersiz yapan katılımcıların ortalamaları diğer amaçlarla egzersiz yapan grubun ortalamalarından düşüktür. Ayrıca, “Kişilik” alt boyutunda ise “güzel ve zinde bir vücuda sahip olma” amacıyla; “Azim” alt boyutunda “sağlıklı bir yaşam sürdürme” amacıyla egzersiz yapan katılımcıların ortalamaları diğer grup ortalamalarından düşüktür.

Egzersiz yapma süresi ve CKBZ ölçeği alt boyutları incelendiğinde, “boş zaman kariyeri”, “sosyal fayda”, “bağlılık”, “kişilik”, “azim” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir. Buna göre, “boş zaman kariyeri”, “Azim”, “Bağlılık” ve “Kişisel Çaba” alt boyutunda “3 yıldan daha fazla” süre egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarının diğer katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir. “Sosyal fayda” alt boyutunda “6 ay-1 yıl” süre egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarının “2-3 yıl” egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir. “Kişilik” alt boyutunda ise “2-3 yıl” süre egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarının “3 yıldan daha fazla” egzersiz yapan katılımcıların ortalamalarından düşük olduğu görülmektedir.

Tesise ulaşım süresi ve CKBZ ölçeği alt boyutları incelendiğinde, “boş zaman kariyeri”, “terapatik fayda” ve “kişisel çaba” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir. Buna göre, “boş zaman kariyeri” alt boyutunda tesise “10-15 dakika”

sürede ulaşan katılımcıların ortalamalarının tesise “10 dakikadan az” ve “16-20 dakika” da ulaşan katılımcıların ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmektedir. “Terapatik fayda” alt boyutunda tesise “16-20 dakika” sürede ulaşan katılımcıların ortalamalarının tesise “21-25 dakika” ve “26-30 dakika” da ulaşan katılımcıların ortalamalarından düşük olduğu görülmektedir. Ayrıca, tesise “30 dakikadan fazla” sürede ulaşan katılımcıların ortalamalarının tesise “21-25 dakika” ve “26-30 dakika” da ulaşan katılımcıların ortalamalarından düşük olduğu görülmektedir. “Kişisel Çaba” alt boyutunda ise tesise “10 dakikadan daha az” sürede ulaşan katılımcıların ortalamalarının tesise “10-15 dakika” da ulaşan katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir.

Modern teknolojinin ortaya çıkmasıyla birlikte çalışanların boş zamanlarının artmasına yardımcı olmuş ve günlük zorunlu işler için gerekli olan süreyi de kısaltmıştır. Dolayısıyla insanlar, boş zaman açısından özgürlüğe kavuşarak sadece iş değil, zaman harcayabilecekleri eğlenceli etkinlikler, hobiler, oyun ve çeşitli fiziksel etkinliklere yönelmiştir (68). Spor merkezleri içerisinde yapılan fiziksel etkinlikler de boş zaman değerlendirme araçlarının başında gelmektedir.

Türkiye’deki rekreasyonel spor merkezlerine üye olan bireylerin ciddi boş zaman katılım düzeylerinin belirlemeye yönelik yapılmış çalışmalar olsa da çok sınırlı sayıdadır. Bu nedenle, spor merkezi katılımcılarının ciddi boş zaman düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Buna göre, bireylerin ciddi boş zaman katılımlarını etkileyen değişkenlerin neler olduğu saptanmaya çalışılmıştır.

Sonuç olarak, Ankara ili rekreasyonel spor merkezlerindeki bireylerin ciddi boş zaman katılım düzeyleri cinsiyet, yaş, medeni durum, aile gelir durumu, eğitim durumu, egzersiz yapmadaki öncelik amacı, egzersiz yapma süresi ve tesise ulaşım süresine göre farklılık göstermektedir.

7.ÖNERİLER

Genel Öneriler

Bu konuda yapılacak araştırmalarda, daha büyük örneklem grubu ile geniş kitleleri kapsayan araştırmalar yapılabilir.

Bu çalışma, rekreasyonel spor merkezleri katılımcıları üzerinde gerçekteşmiştir. Ciddi boş zaman etkinliği olarak spor merkezi dışında başka bir uğraş verilen alanlara da bu çalışma uygulanabilir.

Kendisini sadece ciddi boş zaman katılımcısı olarak değerlendiren bireylere yapılan bu çalışmaya ek olarak, kendisini kayıtsız boş zaman katılımcısı olarak değerlendiren bireyler üzerinde de benzer bir çalışma yapılabilir. Buna ek olarak, rekreasyonel spor merkezlerine üye olan ciddi ve kayıtsız boş zaman katılımcılarının farklı değişkenlere göre CKBZ ölçeği puanları karşılaştırılabilir.

Bu ve buna benzer araştırmaların sonuçları dikkate alınarak bireylerin ciddi boş zaman etkinliklerine katılımlarını engelleyen unsurlar belirlenerek, bu engellerin ortadan kaldırılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir.

Çalışmaya Yönelik Öneriler

Dünyada ve ülkemizde spora olan eşitsizliğin azaltılması ve kadınların spora katılımının artırılması için bilgilendirici seminerler, etkinlikler düzenlenebilir.

Çalışma sonucunda özellikle 51-65 yaş aralığının düşük olduğu görülmektedir. Bu yaş aralığındaki bireyleri egzersiz yapmaya teşvik edici programlar oluşturulabilir.

Küçük yaşta bireylere sporu sevdirmek, sporcu olmayı benimsetmek için spor merkezlerinde yaş gruplarına göre programlar düzenlenebilir.

Spor merkezlerinde evli olan bireylerin ciddi boş zaman etkinliklerine katılımlarını engelleyen unsurlar belirlenerek, bu engellerin ortadan kaldırılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir.

Rekreasyonel spor merkezleri üyelerinin tesislere ulaşımını kolaylaştıracak çalışmalar yapılmalı ve yeni açılması planlanan spor merkezlerinin yer seçiminde ulaşım unsuru göz önüne alınmalıdır.

KAYNAKÇA

1. Ağaoğlu, Y.S., Boyacı, M. (2013). Rekreasyon Kavramına Felsefi Yaklaşım. *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 13(2), 1-9.
2. Akgül, B.M. (2011). *Farklı Kültürlerdeki Bireylerin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi: Ankara-Londra Örneği*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
3. Akgül, B.M., Özdemir, A.S., Erturan Öğüt, E.E., Karaküçük, S. (2016). Ciddi boş zaman envanteri ve ölçümü: Geçerlilik ve Güvenirlilik çalışması. *Journal of Human Sciences*. 13(2), 2820-2838.
4. Akyıldız, M. (2010) *Boş Zaman Pazarlamasında Deneysimsel Boyutu: 2009 Rock'n Coke Festivali Katılımcılarına Yönelik Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi.
5. Akyıldız, M. (2012). Boş zamana “ciddi” bir bakış: Boş zaman araştırmalarında ciddi boş zaman teorisi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*. 4(2), 46-59.
6. Akyıldız, M. (2013). *Ciddi ve Kayıtsız Katılımcıların Kişilik Özellikleri İle Boş Zaman Tatmini ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişki*. Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi.
7. Akyıldız Munusturlar, M., Argan, M. (2016a). Development of the serious and casual leisure measure. *World Leisure Journal*. 58(2), 124-141.
8. Akyıldız Munusturlar, M. ve Argan, M. (2016b). *Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Katılımcılarının Kişilik Özellikleri ile Boş Zaman Tatmini ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişki*. İstanbul: Nobel Bilimsel Eserler.
9. Akyıldız Munusturlar, M., Munusturlar, S. (2016). Ciddi bir boş zaman etkinliği olarak fotoğrafçılık: Fotoğrafçıların kümeleme analizi ile sınıflandırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*. 6(2), 1303-1414.
10. Akyıldız Munusturlar, M. (2016). Fiziksel engelli bireylerin ciddi boş zaman, boş zaman tatmini ve yaşam kalitesinin incelenmesi. *Sport Sciences (NWSASPS)*. 11(3), 23-38.
11. Arai, S. M. (1997). Volunteers within a changing society: The uses of empowerment theory in understanding serious leisure. *World Leisure and Recreation*, 39(3), pp.19-22.

12. Arai, S. M. (2000). Typology of volunteers for a changing political context: The impact on social capital, citizenship, and civil society. *Society and Leisure*, 23, 327-352.
13. Ardahan, F., Yerlisu Pala, T. (2010). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin cinsiyete ve gelire göre incelenmesi. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*. 21(4), 129-136.
14. Ardahan, F., Yerlisu Pala, T. (2011). Açık alan rekreasyonu: bisiklet kullanıcıları ve yürüyüşçülerinin doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 8(1), 1327-1340.
15. Ardahan, F. (2013). Rekreasyonel egzersiz güdüleme ölçeğinin rekreatif spor türüne göre incelenmesi: Antalya örneği. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 4 (Ekim), 95-108.
16. Ardahan, F. (2016). Ciddi boş zaman faaliyeti olarak gönüllülük: AKUT Örneği. *Mediterranean Journal of Humanities*. 6(1), 47-61.
17. Argan, M., (2007). *Eğlence Pazarlaması* (Birinci Basım). Ankara: Detay Yayıncılık
18. Aslan, A.K., Aslan, L.N. (2001). Boş Zaman Değerlendirmede Çevre Faktörü. *Ege Eğitim Dergisi*. 1(1), 1-12.
19. Aslan, M. (2006). *Determination of the service quality among sport and fitness centers of selected universities*. Master Thesis, Middle East Technical University, Ankara, 53.
20. Bartram, S. A. (2001). Serious leisure careers among whitewater kayakers: A feminist perspective. *World Leisure Journal*, 43(2), 4-11.
21. Başaran, Z., Karaküçük, S. (2004). Sporun tabana yaygınlaşmasına engelleyen sebepler. The 10th Ichper. Sd Europe Congress, The Tssa 8th International Sports Science Congress Proceedings.
22. Başol, O., Bilge, E. Kuzgun, Ş. (2012). Öğrencilerin kariyer değerlerini etkileyen unsurların tespitine yönelik bir araştırma: bireysel değerler. *Electronic Journal of Vocational Colleges*. 57-68

23. Bryan, H. (1977). Leisure value systems and recreational specialization: The case of trout fishermen. *Journal of Leisure Research*, 9, 174-187.
24. Butler, E. (2010) *Equestrianism: serious leisure and intersubjectivity*. Master Thesi, Colorado State University,
25. Culbertson, H.M., Jeffers, D.W., Stone, D.S., Terrell, M. (1992). *Social, political and economic context in public relations: theory and cases*. New York and London: Routledge.
26. Çöl, G., Gül, H. (2005). Kişisel özelliklerin örgütsel bağlılık üzerine etkileri ve kamu üniversitelerinde bir uygulama. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*. 19(1), 291-306
27. Demasson, A. (2014). *Information literacy and the serious leuisure participant: variation in the experience of using information to learn*. Doctoral Thesis, Queensland University of Technology.
28. Demirel, M., Harmandar, D. (2009). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 838-846.
29. Dilley, R & Scraton, S. (2010): Women, climbing and serious leisure, *Leisure Studies*, 29(2), 125-141.
30. Edginton, C.R., Chen, P. (2008). *Leisure as transformation*. Illinois Champaign: Sagamore Publishing, L.L.C.
31. Eiron - Derdikman, R., Indredavik, M .S., Bratberg, G. H., Taraldsen, G., Bakken, I. J., Colton, M. (2011). Gender differences in subjective well-being, self-esteem and psychosocial functioning in adolescents with symtoms of anxiety and depression: Findings from the Nord-Trondelag health study. *Scandinavian Journal of Psychology*. 52(3), 261 – 267.
32. Eraslan, A., Çimen, Z. (2016). The service quality of recreational sports centers on university campuses: perceptions of students. *International Journal of Recent Scientific Research*. 7(7), 12641-12648.
33. Erturan Öğüt, E.E., Yenel, İ.F., Kocamaz, S. (2012). Spor federasyonlarındaki gönüllülerin katılım nedenleri ve kazanımları: ciddi boş zaman teorisine göre bir değerlendirme. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*. 4(1), 48-76.

34. Frieters, P., Beaton, T. (2012). The mystery of the U-shaped relationship between hapiness and age. *Journal of Econemic Behavior & Organization*. 82, 525-542.
35. Gillespie, D. Leffler, A. and Lerner, E. (2002). 'If it weren't for my hobby, I'd have a life: dog sports, serious leisure, and boundary negotiations', *Leisure Studies*, 21, 285–304.
36. Güçlü, M. (2013). Gençlik Döneminde Boş Zaman Faaliyetlerinin Yeri ve Önemi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 1(1).
37. Gürbüz, B., Yenel, F., Özdemir, A.S., Akgül, B.M., Karaküçük, S. (2011). Türk toplumunun boş zaman değerlendirme profile: Ankara ili örneği. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 41-51.
38. Godbey, G. C. (1994). *Leisure in Your Life: An Exploration*. State College, PA: Venture.
39. Godbey G. (2008). *Leisure in your life: New perspectives*. State College, PA: Venture.
40. Graham, M. M. (2004). *Volunteering as heritage/volunteering in heritage*. In R. A. Stebbins, & M. M. Graham (Eds.), *Volunteering as leisure/leisure as volunteering: An international assessment* (13-30). Wallingford, Oxon, UK: CAB International.
41. GSB. Son Erişim Tarihi:07.04.2017
[URL:http://dergi.gsb.gov.tr/sayi22/files/assets/basichtml/page53.html](http://dergi.gsb.gov.tr/sayi22/files/assets/basichtml/page53.html)
42. Gould, J., Moore, D., McGuire, F & Stebbins, R (2008). Development of the serious leisure inventory and measure. *Journal of Leisure Research*; 40(1), 47-68.
43. Hacıoğlu, N., Gökden, Z.A., Dinç, Y. (2003a). *Boş zaman & rekreasyon yönetimi örnek animasyon uygulamaları*, (18). Ankara: Detay Yayıncılık.
44. Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., Dinç, Y. (2003). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi*, Ankara: Detay Yayıncılık.
45. Hazar, A. (2014). *Rekreasyon ve animasyon* (Genişletilmiş 4. Baskı). Ankara: Detay Yayıncılık.
46. Heuser, L. (2005). We're not too old to play sports: The career of women lawn bowlers. *Leisure Studies*, 24, 45-60.

47. Horner, S., Swarbrooke, J. (2014). *Leisure marketing: a global perspective*. NY: Routledge.
48. Hartel, J. (2003). The serious leisure frontier in library and information science: hobby domains. *Knowledge Organization*, 30(3/4), 228-238.
49. Hartel, J. (2010). *Hobby and leisure information and its user*. In M. J. Bates, & M. N. Maack (Eds.), *Encyclopedia of Library and Information*.
50. Hartel, J. (2005). *Serious leisure*. In K. Fisher, S. Erdelez, & L. McKechnie (Eds.), *Theories of information behavior: A researcher's guide* (313–317). Medford, NJ: Information Today.
51. Hartel, Jenna. (2006). Information activities and resources in an episode of gourmet cooking. *Information Research* 12 (1).
52. Hartel, J., Stebbins, R. A., Fulton, C, Chang, S. J. and Case, D. O. (2006). Taking leisure seriously: Information realities in leisure time. *Proceedings of the American Society for Information Science and Technology*, 43, 1–7.
53. Hartel, J. (2007). *Information activities, resources & spaces in the hobby of gourmet cooking*. Doctoral dissertation, University of California, Los Angeles.
54. Hartel, J. (2008). Information activities and resources in an episode of gourmet cooking. *Information Research*, 12(1), 281.
55. Hartel, J. (2010). Hobby and leisure information and its user. In M. J. Bates, & M. N. Maack (Eds.), *Encyclopedia of Library and Information Science* (3rd Edition). New York: Taylor and Francis.
56. Huang, Y.T. (2013). A study on the relationship between leisure activity involvement, well-being, the benefits of serious leisure activity, and sports volunteer self-actualization in the Changhua national games. *The Journal of Human Resource and Adult Learning*. 9(1). 12-25.
57. Hutchinson, S. L., & Kleiber, D. A. (2005). Gifts of the ordinary: Casual leisure's contributions to health and well-being. *World Leisure Journal*, 47(3), 2-16.
58. Hurd, A.R., Anderson, D.M. (2011). *The park and recreation professional's handbook*. The USA: Human Kinetics.

59. Işık, U. (2014). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan ciddi boş zaman katılımcılarının kişilik özelliklerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi.
60. İlhan, N., Batmaz, M., Akhan, L.U. (2010). Üniversite öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanat Dergisi*. 3(3), 34-44.
61. İmamoğlu, A.F., Ekenci, G. (2014). *Spor örgütleri için işletme yönetimi*. Ankara: Berkan Yayınevi.
62. İnce, C. (2000). *Turizm işletmelerinde rekreasyon ve animasyon*. Ankara: Turhan Kitabevi.
63. Joffre Dumazedier (1974). *Leisure and the social system* (133). In J. F.Murphy (ed.) *Concepts of Leisure*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
64. Jenkins, C. and Sherman, B. (1979), *The collapse of work*, Methuen, Fakenham.
65. Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon ve boş zamanları değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitabevi.
66. Karaküçük, S.K. ve Gürbüz B. (2007). *Rekreasyon ve kent(li)leşme*. Ankara: Gazi Kitabevi
67. Karaküçük, S., Gürbüz, B. (2007). Boş zaman engelleri ölçeği - 28: Ölçek geliştirme, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 3-10.
68. Karaküçük, S. (2014). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme* (Geliştirilmiş 7. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.
69. Kari, J. (2001). *Information seeking and interest in the paranormal: Towards a process model of information action*. University of Tampere.
70. Kari, J. & Hartel, J. (2007). Information and higher things in life: addressing the pleasurable and the profound in information science. *Journal of the American Society for Information Science and Technology*. 58(8), 1131- 47.
71. Koparan, Ş., Öztürk, F. (2002). Uludağ üniversitesi personelinin üniversite sportif olanaklarından yararlanma düzeyleri. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 239-265.

72. Koştaş, M. (1983). Sosyalleşme. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Dergisi*. 29(1), 329-334.
73. Langviniene N. (2012). The development of leisure services industry in the context of improvement of quality of life, *Societal Innovations for Global Growth*, 748-763.
74. Lee, C., & Trace, C. (2009). The role of information in a community of hobbyist collectors. *Journal of the American society for information science and technology*, 60(3), 209.
75. Lo Verde, F.M., Modi, I & Cappello, G. (2013). *Mapping leisure across borders*. Newcastle upon Tyne, UK: Cambridge Scholars Publishing.
76. Mansuroğlu, S. (2002). Akdeniz üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman özellikleri ve dış zaman rekreasyon eğilimlerinin belirlenmesi. *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*. 15(2), 53-62.
77. Mathieu, J. E. ve Zajac, D. M. (1990). A review and meta-analysis of the antecedents, correlates and consequences of organizational commitment, *Psychological Bulletin*, 108(2), 171-194.
78. Mroczek, D.K., Kolarz, C.M. (1998). The effect of age on positive and negative affect: A development perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5). 1333-1349.
79. Mullin, B. J., Hardy, S., Sutton, W. A. (2000). *Sport Marketing* (2nd Edition). United States, Campaign, IL: Human Kinetics.
80. Orr, N. (2006). Museum volunteering: Heritage as 'serious leisure'. *International Journal of Heritage* .12 (2), 194-210.
81. Öztemel, K. (2012). Kariyer kararsızlığı ile mesleki karar verme öz yetkinlik ve kontrol odağı arasındaki ilişkiler. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(2), 459-477.
82. Page, S., Connell, J. (2010). *Leisure: An introduction*. USA: Prentice Hall.
83. Parker, S. R. (1992). Volunteering as serious leisure. *Journal of Applied Recreation Research*, 17, 1-11.
84. Puddephatt, Antony J. (2007). *Robert A. Stebbins serious leisure: A perspective for our Time*. (176). <http://www.cjsonline.ca/reviews/seriousleisure.html> *Canadian Journal of*

- Sociology Online*, Transaction Publishers.
85. Rojek, C. (1997). Leisure theory: Retrospect and prospect. *Loisir et Société/Society and Leisure*, 20, 383–400.
86. Robinson, J.P., & Godbey, G. (1997). *Time for life: The surprising ways Americans use their time*. University Park, PA: Pennsylvania State University Press
87. Rojek, C., Shaw, S. M., & Veal, A. J. (2006), *A handbook of leisure studies*. London: Palgrave Macmillan.
88. Raisborough, J. (1999). Research note: The concept of serious leisure and women's experiences of the Sea Cadet Corp. *Leisure Studies*, 18(1), 67–71.
89. Raisborough, J. (2006). Getting on board: Women, access and serious leisure. *Sociological Review*, 54(2), 242–262.
90. Raisborough, J. (2007). Gender and serious leisure careers: A case study of women Sea Cadet Corps. *Journal of Leisure Research*, 39(4), 686–704.
91. Sabbağ, Ç., Aksoy, E. (2011). Üniversite öğrencileri ve çalışanlarının boş zaman etkinlikleri: Adıyaman örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 3(4), 10-23.
92. Scott, D., and Schafer, C.S. (2001). Recreational specialization: A critical look at the construct. *Journal of Leisure Research*, 33, 319-343.
93. Solmaz, B., Aydın, B.O. (2012). Popüler kültür ve spor merkezlerine yönelik bir araştırma. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*. 4(1). 67-82.
94. Soyuer, F., Soyuer, A. (2008). Yaşlılık ve fiziksel aktivite. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*. 15(3), 219-224.
95. Stebbins, R.A. (1977). The amateur: Two sociological definitions. *Pacific Sociological Review*. 20, 582-606.
96. Stebbins, R.A. (1979). *Amateurs: On the margin between work and leisure*. Beverly Hills, CA: Sage Publications.
97. Stebbins, R.A. (1982). Serious leisure: A conceptual statement. *Sociological Review*, 25(2), 251–272.
98. Stebbins, R.A. (1992). *Amateurs, professionals and serious leisure*, Montreal: McGill Queen's University Press.

99. Stebbins, R.A. (1997). Casual leisure: A conceptual statement. *Leisure Studies* 16, 17-25.
100. Stebbins, R.A. (1998). *After work: The search for an optimal leisure lifestyle*. Calgary, Alberta: Detselig.
101. Stebbins, R.A., (1999). *Serious leisure*. (69-79). *Leisure studies: Prospects for the twenty-first century*, edited by E. Jackson and T. Burton, State College, PA: Venture.
102. Stebbins, R.A. (2001). *New directions in theory and research of serious leisure*. Lewinston, NY: Edwin Mellen Press.
103. Stebbins, R.A. (2002). *The organizational basis of leisure participation: A motivational exploration*. State College, PA: Venture Publishing.
104. Stebbins, R.A. (2006). *Serious Leisure: A Perspective for Our Time*, Aldine Transaction, NJ: New Brunswick.
105. Stebbins, R.A. (2007). *Serious Leisure: A perspective for our time*. New Brunswick: Transaction.
106. Stebbins, R.A. (2009). Nature challenge activities: answering the call of the wild. *Leisure Reflections Series Newsletter*, 84 (November).
107. Stebbins, R.A. (2013). *The Committed Reader: reading for utility, pleasure and fulfillment in the twenty-first century*. Lanham, MD: Scarecrow Press.
108. Stebbins, R.A (2015). *Serious leisure: a perspective for our time* (paperback edition). (4). USA: Transaction Publishers.
109. Stebbins, R. A. (2016). *Serbest zaman fikri: temel ilkeler*. (82-83). (Çev: M. Demirel, N. E. Ekinci, Ü. D. Üstün, O. Gümüşgil) Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi.
110. Sevil, T., Şimşek, K.Y., Katırcı, H., Çelik, V.O., Çeliksoy, M.A., (2012). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi*. (43). Eskişehir: T.C. Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Yayını.
111. Sevil, T. (2015). *Terapatik rekreasyonel aktivitelere katılımın yaşlıların algıladıkları boş zaman tatmini, yaşam tatmini ve yaşam kalitesine etkisi*. Doktora Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi,

112. Shipway, R., & Jones, I. (2008). The great suburban Everest: an ‘insiders’ perspective on experiences at the 2007 Flora London Marathon. *Journal of Sport & Tourism*, 13(1), 61–78.
113. Spurgin, K., (2008). *Everyday information organization practices in the pursuit of leisure: The information organization, management, and keeping activities of amateur art photographers* (3rd Edition). Doctoral dissertation. University of North Carolina Science, New York: Taylor and Francis.
114. Stalp, M. C. & Conti, R. (2011). Serious leisure in the home: Professional quilters negotiate family space. *Gender, Work and Organization*, 18, 399-414.
115. Sherman, B. (1986). *Working at Leisure*. London: Methuan London Ltd.
116. Taştepe, H. (2001). Kariyer yönetiminin değerlendirilmesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi.
117. Tezcan, M. (1982). Sosyolojik açıdan boş zamanların değerlendirilmesi, Ankara, *Ankara Üni. Eğitim Bilimleri Fak. Yay.* 116.
118. Torkildsen, G. (1999). *Leisure and recreation management* (4. Edition). USA and Canada: Chapman & Hall.
119. Torkildsen G. (2005). *Leisure and recreation management* (5. Edition). USA: Taylor and Francis Group.
120. Torkildsen G. (2010). *Sport and Leisure Management* (6. Edition). USA: Routledge.
121. TÜİK (2015). Erişim Tarihi: 04.05.2017
<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21515>
122. Tuzgöl Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 22(2), 132-143.
123. Tütüncü, Ö., Aydın, İ., Küçükusta, D., Avcı, N., Taş, İ. (2011). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımını etkileyen unsurların analizi. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*. 22(2). 69-83.
124. Uçan, Y. (2007). Spor-fitness merkezlerinin algılanan hizmet kalitesi ölçeğinin geliştirilmesi, (13, 22, 24). Doktora Tezi. Bolu, Abant İzzet Baysal Üniversitesi.

125. UNESCO. Son Erişim Tarihi: 22.04.2017
[URL:http://www.unesco.org.tr/dokumanlar/bedenegitimi/kadin_spor.pdf](http://www.unesco.org.tr/dokumanlar/bedenegitimi/kadin_spor.pdf).
126. Veal, A. J. (1987). *Leisure and the Future*. USA:Routledge.
127. Veal, A. J. (1992). *Research methods for leisure and tourism: a practical guide*. Harlow, Essex, Longman.
128. Wheaton, B & Tomlinson, A. (1998). The changing gender order in sport? The case of windsurfing subcultures. *Journal of Sport and Social Issues (JSSI)*, 22(3), 252-274.
129. Wilson, J. (2000). Volunteering. *Annual Review of Sociology*. 26, 215-240.
130. Yetiş, Ü. (2008). Ortaöğretim öğrencilerinin boş zaman değerlendirmeleri (Ankara Örneği). Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi.
131. Zengin, B., Şen, L. M., Taşar, O. (2011). Marmara bölgesinde turizm öğrencilerinin konaklama sektöründe cinsiyete göre kariyer düşünceleriyle ilgili bir araştırma. *Uluslararası Asya Ekonomisi Konferansı*. 217-225

EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

1. **Cinsiyet:** (1)Kadın (2)Erkek
2. **Yaş:** (1) 18 yaş altı (2) 18-25 yaş arası (3) 26-35 yaş arası
(4) 36-50 yaş arası (5) 51-65 yaş arası (6)65 yaş üstü
3. **Medeni Durum:** (1)Evli (2)Bekâr
4. **Eğitim Durumu:** (1)ilkokul (2)Ortaokul (3)Lise (4)Önlisans -Lisans (5)Lisansüstü
5. **Aile bireyleri sayısı:** _____ kişi
6. **Sizin veya ailenizin aylık ortalama geliri:** _____ TL
7. **Sigara Kullanıyor musunuz?** (1) Evet (2)Hayır
8. **Egzersiz yapmanızdaki öncelikli amacınız (Lütfen tek seçenek işaretleyiniz)**
(1)Boş zamanımı değerlendirme (4)Sağlıklı bir yaşam sürdürme
(2)Güzel ve zinde bir vücuda sahip olma (5)Kilolarımdan kurtulma
(3)Stres atma (6)Sosyal ilişkilerimi geliştirme
9. **Kaç ay/yıldır egzersiz yapıyorsunuz?**
(1) 6 aydan daha az (2) 6 ay – 1 yıl (3) 2-3 yıl (4) 3 yıldan daha fazla
10. **Haftada ortalama kaç gün egzersiz yapıyorsunuz?**
(1) Haftada 1-2 defa (2) Haftada 3-4 (3)Haftada 5-6 defa (4)Haftada 7 ve daha fazla
11. **Spor tesisinde günde harcadığınız süre ne kadardır?**
(1) 1 saatten daha az (2) 1 sa.- 1,5 sa. (3) 1,5 saatten daha fazla
12. **Ortalama olarak tesise ulaşım süreniz nedir?**
(1) 10 dakikadan az (2)10-15 dakika (3) 16-20 dakika
(4) 21-25 dakika (5) 26-30 dakika (6) 30 dakikadan fazla

Ek 2: Anket Formu

	Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1-Yoğun olsam bile seçtiğim boş zaman etkinliğine katılırım.	5	4	3	2	1
2-Yorgun olmama rağmen seçtiğim boş zaman etkinliğine katılırım.	5	4	3	2	1
3-Seçtiğim etkinliğin zorluklarıyla ısrarla başa çıkarırım.	5	4	3	2	1
4-Seçtiğim etkinlik ile ilgili engellerle karşılaşsam bile üstesinden gelmek için mücadele ederim.	5	4	3	2	1
5-Seçtiğim etkinlikte kendimi artık daha bilgili hissediyorum.	5	4	3	2	1
6-Seçtiğim etkinlikte gelişme gösterdiğimi hissediyorum.	5	4	3	2	1
7-Bu etkinlik ile ilgili çeşitli başarılarla imza attığımı düşünüyorum.	5	4	3	2	1
8-Bu etkinlikte nasıl daha iyi olabilirim diye düşünüyorum.	5	4	3	2	1
9-Bu etkinlikte beni bir basamak daha iyiye taşıyacak herşeye açığım.	5	4	3	2	1
10-Seçtiğim etkinlik için kayda değer bir çaba harcıyorum.	5	4	3	2	1
11-Seçtiğim etkinlik ile ilgili kitap, CD vb. materyaller alırım.	5	4	3	2	1
12-Seçtiğim etkinlik ile ilgili kendimi geliştirmek için çok çalışırım.	5	4	3	2	1
13-Seçtiğim etkinlik ile ilgili daha fazla bilgi sahibi olabilmek için çeşitli kaynaklardan araştırmalar yaparım.	5	4	3	2	1
14-Seçtiğim etkinlik ile ilgili daha iyi olabilmek için zaman harcarım.	5	4	3	2	1
15-Bu etkinliğe dâhil olduğumdan beri özgüvenim arttı.	5	4	3	2	1
16-Bu etkinliğe ilgi duyan diğer kişiler ile arkadaşlıklar kuruyorum.	5	4	3	2	1
17-Bu etkinliğe dâhil olmak belli bir sosyal statü kazandırıyor.	5	4	3	2	1
18-Bu etkinlik sayesinde sosyal çevrem genişliyor.	5	4	3	2	1
19-Bu etkinlik ile bilinen biri olmak beni mutlu ediyor.	5	4	3	2	1
20-Bu etkinliğe ait bir grubun parçası olmak beni mutlu ediyor.	5	4	3	2	1
21-Bu etkinliğe katılmak bana mutluluk veriyor.	5	4	3	2	1
22-Bu etkinlikle kendimi yenilenmiş hissediyorum.	5	4	3	2	1
23-Bu etkinlik psikolojik olarak kendimi daha iyi hissetmemi sağlıyor.	5	4	3	2	1
24-Bu etkinlik sayesinde stresten uzaklaşıyorum.	5	4	3	2	1
25-Bu etkinlik esnasında kendimi farklı bir dünyadaymış gibi hissediyorum.	5	4	3	2	1
26-Bu etkinliğe ilgi duyan kişilerle benzer fikirlere sahibim.	5	4	3	2	1
27-Bu etkinliğe ilgi duyan kişilerle ortak düşüncelere sahibim.	5	4	3	2	1
28-Bu etkinliğe ilgi duyan kişilerle ortak değerlere sahibim.	5	4	3	2	1
29-Bu etkinliğin diğer katılımcıları ile benzer mentaliteye (hayat görüşü, düşünce tarzı vb.) sahibim.	5	4	3	2	1
30-Seçtiğim bu etkinliğin yerini hiçbir boş zaman aktivitesi tutamaz.	5	4	3	2	1
31-Beni tanıyan herkes, bu etkinliğin beni ben yapan şeylerden biri olduğunu bilir.	5	4	3	2	1
32-Bu etkinliğe olan tutkum ile tanınan biriyimdir.	5	4	3	2	1
33-Bu etkinlik neredeyse hayatımın merkezinde yer alıyor.	5	4	3	2	1
34-Bu etkinliğe katılmak belli bir düzeyde yetenek gerektiriyor.	5	4	3	2	1
35-Bu etkinliğe katılmak istekli olmayı gerektiriyor.	5	4	3	2	1
36-Bu etkinliğe katılmak belli bir düzeyde beceri gerektiriyor.	5	4	3	2	1
37-Bu etkinliğe katılmak belli bir düzeyde bilgi sahibi olmayı gerektiriyor.	5	4	3	2	1
38-Bu etkinliğe katılmak etkinliğe ilişkin belli bir düzeyde yeterlilik hissi gerektiriyor.	5	4	3	2	1
39-Bu etkinliğin benim kişiliğime uyduğunu düşünüyorum.	5	4	3	2	1
40-Bu etkinliğin karakter yapıma uygun bir etkinlik olduğunu düşünüyorum.	5	4	3	2	1
41-Bu etkinliğin kişiliğimle örtüştüğünü düşünüyorum.	5	4	3	2	1
42-Kişiliğime uymasa bu etkinliğe katılmaya devam edemezdim.	5	4	3	2	1