

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

**ÖZEL YETENEKLE İLGİLİ BÖLÜMLERDE**  
**OKUYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN**  
**REKREASYONEL AKTİVİTELERE**  
**KATILIMLARINA ENGEL OLABİLECEK**  
**UNSURLARIN BELİRLENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Hazırlayan**

**Ersan TOLUKAN**

**2010 – NİĞDE**

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

**ÖZEL YETENEKLE İLGİLİ BÖLÜMLERDE  
OKUYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN  
REKREASYONEL AKTİVİTELERE  
KATILIMLARINA ENGEL OLABİLECEK  
UNSURLARIN BELİRLENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Hazırlayan**

**Ersan TOLUKAN**

**Danışman**

**Yrd. Doç. Dr. Baki YILMAZ**

**2010 – NİĞDE**

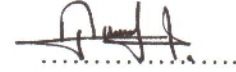
## ONAY SAYFASI

Yrd. Doç. Dr. Baki YILMAZ danışmanlığında Ersan TOLUKAN tarafından hazırlanan “Özel Yetenekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi” adlı bu çalışma jürimiz tarafından Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.


14 / 12 / 2010

### JÜRİ :

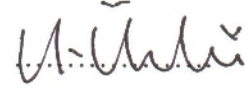
Danışman : Yrd. Doç. Dr. Baki YILMAZ



Üye : Yrd. Doç. Dr. Ünal KARLI



Üye : Yrd. Doç. Dr. Hüseyin ÜNLÜ



### ONAY :

Bu tezin kabulü Enstitü Yönetim Kurulu'nun ..... Tarih ve ..... sayılı kararı ile onaylanmıştır.

Prof. Dr. Selen DOĞAN  
Enstitü Müdürü

## ÖZET

Bu araştırmanın amacı, Gazi Üniversitesi'nin özel yetenek sınavıyla öğrenci alan beden eğitimi ve spor, müzik eğitimi ve resim-iş eğitimi bölümlerinde okuyan öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılmalarına engel olan faktörleri saptamaktır.

Araştırmanın evrenini, 2009–2010 eğitim-öğretim yılında Gazi Üniversitesi'nde öğrenim gören ve özel yetenek sınavları ile öğrenci yerleştirilen bölümlerden beden eğitimi ve spor bölümü (1205), müzik eğitimi bölümü (216) ve resim-iş eğitimi (497) bölümlerinde okuyan toplam 1918 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, beden eğitimi ve spor bölümünden 221 öğrenci, Müzik Eğitimi bölümünden 116 öğrenci ve Resim-İş bölümünden 161 öğrenci olarak toplam 498 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır.

Araştırmada anket yoluyla toplanan veriler kullanılarak, Üniversite öğrencileri ile ilgili demografik bilgilerin değerlendirilmesinde frekans (f) ve yüzde (%) dağılımları hesaplanmıştır. Araştırmada kullanılan anketin 6 alt boyutunda Üniversite öğrencilerinin cinsiyet durumlarına göre, verdikleri cevapların değerlendirilmesinde bağımsız gruplarda t-test analizi uygulanmıştır. Ayrıca sınıf, bölüm, refah seviyeleri ve boş zamanlarını değerlendirmede çektikleri güçlük durumlarına göre ankete verdikleri cevapların değerlendirilmesinde ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Gruplar arası farklılıkları belirlemek için Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır.

Sonuç olarak, genel anlamıyla öğrencilerin cinsiyetlerine ve sınıf değişkenlerine göre boş zamanları değerlendirmede bir farklılığın gözükmediği bölüm değişkenlerine göre beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerinin resim ve müzik eğitimi bölümü öğrencilerine göre boş zamanlarını değerlendirmede daha az güçlük çektiği, öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmedeki çektiği güçlük değişkenine göre ise, boş zamanlarını değerlendirmede güçlük çektiğini söyleyen öğrencilerin birey psikolojisi alt boyutunda sıkıntı yaşadıkları, boş zamanlarını değerlendirmede engel yaşamayan öğrencilerin ise boş zamanları değerlendirmeyle ilgili yapılan faaliyetlerde daha başarılı oldukları tespit edilmiştir.

## **ABSTRACT**

The aim of this study was to determine the factors that prevent the students who studies in the Physical Education and Sport, Musical Education and Painting Departments which request aptitude test, from participating into the recreational activities.

Population of the research is constituted by total 1918 students who were studying at Gazi University in 2009-2010 Academic Years in Physical Education and Sport (1205), Musical Education (216) and Art Education Departments (497) which request aptitude test. Totally 498 volunteer participants constitute the research's sample; 221 students from Physical Education and Sport, 116 students from Musical Education and 161 students from Art Education Departments.

In evaluating the demographic data about university students, frequency (f) and percentage distribution (%) were calculated by using the data collected via questionnaire in the research. Independent samples t-test analysis was performed for evaluating the answer of the students according to the gender of the University students in the 6 sub-dimension dimension of the questionnaire used in the research. Also, one-way analysis of variance (ANOVA) test was performed for evaluating the answers according to the class, department, welfare levels and difficulties for recreation. To determine the differences between the groups, the Tukey HSD multiple comparison test was applied to the students.

Finally, there was generally no difference in recreation according to the gender and class variance of the students. According to the department variances with regarding the spare times, students studying at physical education and sport departments have less difficulties than students studying at art education and musical education departments. According to the students who have difficulty for recreation, have problems in the lower dimension of the individual psychology. Students, who have no difficulty for recreation, were more successful in the activities for recreation.

## ÖNSÖZ

Günümüz koşullarında, bilimsel ve teknolojik gelişmelerin insan hayatına sağladığı kolaylıklar göz önünde tutulduğunda, çalışma saatlerinin giderek azaldığı, dolayısıyla bireylerin kendilerine ayıracakları boş zamanların arttığı gözlenmektedir. Boş zamanların doğru ve pozitif biçimlerde değerlendirilebilmesi bu alanda yapılacak eğitim çalışmaları ile mümkün olabilecektir.

Rekreasyon çalışmaları, bireylerde zihinsel performans artışı, yaratıcılık ve kültürel gelişmeler açısından önemli olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle üniversitelerde akademik olarak eğitim alan öğrencilerin, bilimsel ve sosyal hayatta başarılı olabilmeleri için, akademik alt yapıları yanı sıra, kültürel sosyal ve beceri donanımları da etken olacaktır.

Genç insanların temel ihtiyaçlarını ve mutluluklarını sağlamada, serbest zamanda birçok alternatifler karşımıza çıkmaktadır. Bu amaçla üniversiteler, boş zamanları programlama, planlama, uygulama ve değerlendirme aşamalarında, rekreasyon deneyimlerinin gerçekleştirileceği merkezler olmalıdır.

Üniversitenin özel yetenek bölümlerinde okuyan öğrencilerin rekreasyonel faaliyetlere katılımını engelleyen faktörleri belirlemek amacıyla yapılan bu araştırma, pek çok kişinin katkılarıyla hazırlanmıştır.

Öncelikle tezimin her aşamasında yakın ilgi ve yardımlarıyla beni yönlendiren tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Baki YILMAZ'a ve çalışmalarım sırasında hiçbir şekilde desteklerini esirgemeyen Yrd. Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ hocama sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Ersan TOLUKAN

Aralık – 2010

# İÇİNDEKİLER

	<b>Sayfa No</b>
İÇ KAPAK .....	i
ONAY SAYFASI .....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT .....	iv
ÖNSÖZ .....	v
İÇİNDEKİLER .....	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix
1. GİRİŞ VE AMAÇ .....	1
1.1. Problem Durumu .....	2
1.2. Problem Cümlesi .....	3
1.3. Araştırmanın Amacı .....	3
1.4. Araştırmanın Önemi .....	4
1.5. Araştırmanın Sayıltıları .....	5
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	5
2. GENEL BİLGİLER .....	6
2.1. Zaman ve Zamanla İlgili Kavramlar .....	6
2.2. Boş Zaman.....	9
2.2.1. Boş Zaman Anlayışındaki Gelişim Süreci.....	11
2.2.2. Boş Zaman Hakkı .....	12

2.2.3. İhtiyaçlar ve Boş Zaman .....	13
2.2.4. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları.....	18
2.2.4.1. Dinlenme Fonksiyonu .....	18
2.2.4.2. Eğlenme Fonksiyonu.....	19
2.2.4.3. Gelişim Fonksiyonu .....	19
2.2.5. Boş Zaman Değerlendirme Eğilimini Etkileyen Faktörler .....	20
2.3. Rekreasyon .....	20
2.3.1. Rekreasyonun Özellikleri .....	23
2.3.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması.....	24
2.3.2.1. Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması .....	25
2.3.2.2. Çeşitli Kriterlere Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması .....	25
2.4. Rekreasyon İhtiyacı.....	25
2.4.1. Rekreasyona Duyulan İhtiyaç Nedenleri .....	26
2.4.1.1. Fiziksel İhtiyaçlar.....	27
2.4.1.2. Sosyal İhtiyaçlar.....	27
2.4.1.3. Psikolojik İhtiyaçlar .....	28
2.4.1.4. Kişisel Beceri ve Yeteneklerin Geliştirilmesi İhtiyacı.....	28
2.4.1.5. Duygusal İhtiyaçlar .....	28
2.5. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımı Etkileyen Faktörler .....	29
2.6. Gençlik (Üniversite) ve Rekreasyon .....	32
3. MATERYAL VE YÖNTEM .....	35
3.1. Araştırmanın Yöntemi .....	35



3.2. Evren ve Örneklem.....	35
3.3. Veri Toplama Teknikleri .....	35
3.4. Boş Zaman Engelleri Ölçeği .....	36
3.5. Verilerin Analizi.....	37
4. BULGULAR.....	39
5. TARTIŞMA SONUÇ.....	51
6. ÖNERİLER.....	56
7. KAYNAKLAR .....	57
EKLER.....	67
ÖZGEÇMİŞ .....	69

## TABLolar LİSTESİ

### Sayfa No

Tablo 1.	Bireylerin Alt Boyutlara ve Anketin Geneline İlişkin Geçerlilik-Güvenilirlik Sonuçları .....	37
Tablo 2.	Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Yüzde Frekans Dağılımları .....	39
Tablo 3.	Üniversite Öğrencilerinin Bölüm Değişkenine Göre Yüzde Frekans Dağılımları .....	39
Tablo 4.	Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Değişkenine Göre Yüzde Frekans Dağılımları .....	40
Tablo 5.	Üniversite Öğrencilerinin Refah Düzeyi Değişkenine Göre Yüzde Frekans Dağılımları .....	40
Tablo 6.	Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirmede Çektikleri Güçlük Değişkenine Göre Yüzde Frekans Dağılımları .....	41
Tablo 7.	Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri Ve T-Testi Sonuçları .....	41
Tablo 8.	Üniversite Öğrencilerinin Bölüm Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri ve ANOVA testi Sonuçları .....	43
Tablo 9.	Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri ve ANOVA testi Sonuçları .....	45
Tablo 10.	Üniversite Öğrencilerinin Refah Düzeyi Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri ve ANOVA testi Sonuçları .....	47
Tablo 11.	Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirmedeki Çektiği Güçlük Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri ve ANOVA testi Sonuçları .....	49

## 1. GİRİŞ VE AMAÇ

Rekreasyon, insanların boş zamanlarında yaptıkları etkinlikleri ifade eden bir kavramdır ve insanın çalışma saatleri dışındaki boş zamanında katıldığı faaliyetlerle ilgilidir (Demir, 2003). Yani rekreasyon; insanın yoğun çalışma yükü, alışılmış hayat tarzı veya olumsuz çevresel etkilerden tehlikeye giren yada olumsuz etkilenen bedeni ve ruhi sağlığını tekrar elde etmek, koruyarak devam ettirmek, aynı zamanda zevk ve haz almak amacıyla, kişisel doyum sağlayacak, tamamen çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında kalan, bağımsız ve bağlantısız boş zaman içinde, isteğe bağlı ve gönüllü olarak, ferdi veya grup içinde seçerek yaptığı etkinlikler şeklinde tanımlanabilir (Karaküçük, 2005).

Rekreasyon, temel bir insan gereksinimi olarak gönüllü katılım ve isteğe bağlı zaman içindeki aktiviteleri gerektirir (Kılbaş, 2004).

Günlük yaşantımız içinde, çalışma ve diğer etkinliklerimizin sıkıcı ve kendini tekrarlayan çabalara dönüşmesi, boş zaman değerlendirme etkinliklerini yaşamımızın önemli bir parçası ve bir yenilenme aracı haline getirmiştir. Buna paralel olarak, kişilerin boş zamanlarını değerlendirmelerine yönelik çok seçenekli hizmetler sunan canlı bir sektör de oluşmuştur. Ekonomik verimliliğin artması ve çalışma koşullarının iyileştirilmesiyle ortaya çıkan boş zamanın bilinçli bir şekilde değerlendirilmesi, pozitif sonuçları olacak bütünsel bir çaba olmalıdır. Bu konuda yapılan çalışmalarda, boş zamanın pozitif kullanımının artmasının kendini gerçekleştiren ve ruhen sağlıklı gençlerin gelişmesine katkıda bulunduğu yaygın olarak ifade edilmektedir (Balcı ve başk., 2002).

Bireylerin fiziksel ve ruhsal doyuma ulaşma çabasında yaratılmak istenen pozitif gelişmelerin desteklenmesi önemli bir sorumluluktur. Kişinin zorunluluklarının dışında kalan sürede yapılacak planlamalarla ve ayrılacak küçük zaman dilimleriyle bunu sağlayabileceğine inandırılması ise temel bir sorun olarak görülmektedir. Alım gücündeki artışa paralel olarak tüketime yansıtan insan, ihtiyaçlarının seçiminde ve kullanımında, çoğunlukla zamanı boşa harcayabilmektedir. Oysa zaman harcarken çok büyük israflar içine girildiği her çeşit toplumlarda görülebilmektedir. Zamanın verimli kullanılmasını engelleyen kişisel,

toplumsal ve ekonomik kaynaklı pek çok faktörden söz etmek mümkündür (Karaküçük, 2005).

Rekreasyonel etkinliklere katılımın bu olumlu katkılarına rağmen bireylerin değişik sebepler nedeniyle kendileri için oldukça önemli olan bu tür etkinliklere katılmadıkları ya da çeşitli engeller nedeniyle katılmadıkları görülmüştür. “Engel” kavramı boş zaman literatüründe “bireyin boş zamanlarında rekreasyonel etkinliklere katılımını engelleyen veya kısıtlayan ve birey tarafından karşılaşılan nedenleri ifade etmektedir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007a).

### **1.1. Problem Durumu**

Literatürü incelediğimizde, toplumdan topluma, kültürden kültüre hatta bireyden bireye farklılık gösteren zaman kavramının birçok araştırmacı tarafından yapılmış farklı tanımları vardır (Türk Dil Kurumu, 2005; Püsküllüoğlu, 2004).ve üzerinde fikir birliğine varılmış tek bir zaman tanımının varolduğu söylemek oldukça güçtür (Güngörmüş, 2007).

Zaman, canlı, cansız tüm varlıkların hayat ölçüsü olan, tasarruf edilmeyen, ödünç alınamayan, satın alınamayan sadece kullanılan ve kaybedilen, tekrarı mümkün olmayan, nesnelerin uzaydaki hareketlerine göre ölçülebilen ve bölümlere ayrılabilen soyut bir kavramdır (Eren, 2001).

Zamanın tanımlanmasında bilim adamları oldukça zorlanmaktadırlar. Bunun başlıca sebebi vardır, birincisi insanların tanımlamada hayli subjektif kelimeler kullanması; ikincisi ise “serbest zaman” kavramının farklı kültürlerde, farklı anlamlara gelmesidir (Kathleen, 1996). Bu etkinlikler, insanların serbest zamanlarında isteyerek ve gönüllü olarak katıldıkları veya izledikleri, para kazanma amacı taşıyan, haz verici etkinliklerdir (Hazar, 1999).

Rekreasyon, insanların mutlu, sağlıklı ve hayattan zevk alarak yaşamalarını sağlayan, modern teknolojinin ve şehirleşmenin ortaya çıkarttığı kalabalık, kirlilik ve diğer sorunların yarattığı, bedensel ve moral çöküntülerini ortadan kaldıracak önemli bir eğitim konusudur (Karaküçük, 2005).

Günümüzde sanayileşmenin ve teknolojik gelişmelerin beraberinde getirdiği birçok değişiklikler mevcuttur. Değişiklikler insanların yaşam biçimlerini

etkilemekte ve yeni davranışlar edinilmesi gereğini ortaya koymaktadır (Çamlıyer, 1991).

Yaşantımızda çok önemli bir yeri ve değeri olan yüksek öğretim kurumlarımızdaki öğrencilerimiz genç bir yapıya sahip olan nüfusumuzun içinde önemli bir yer tutmaktadır. Bununla birlikte duyarlı ve dinamik yapısı ile geleceğimizin de tükenmeyen potansiyeli ve güvenidir bu nedenle öğrencilerle ilgili konular, boş zamanları değerlendirme sorunları, tüm yüksek öğrenim kurumlarının ortak konuları ve sorunlarıdır. Bunun sonucu olarak boş zamanları değerlendirme sorunları, her ülke ve millet için olduğu gibi ülkemizin de sosyal, kültürel, ekonomik, politik ve yönetim şekli gibi ana sistemleriyle çok yakın ilgi ve ilişkiler içindedir (Mutlutürk, 1991).

Gençliğin boş zamanları değerlendirmeye ilişkin tutumları, bu boş zamanların daha cazip ve daha verimli olarak kullanılması önemlidir. Boş zamanları değerlendirmede engel olabilecek faktörlerin de tespiti ve incelenmesi önemlidir. Görülüyor ki bu konu araştırılması gereken bir problemdir.

## **1.2. Problem Cümlesi**

Özel yetenek sınavı sonuçlarına göre üniversiteyi kazanan öğrencilerin rekreasyonel katılımlarında engel olabilecek faktörler nelerdir?

## **1.3. Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmanın genel amacı, özel yetenek sınavlarıyla üniversiteyi kazanan öğrencilerin rekreasyonel katılımlarında engel olabilecek faktörleri saptamaktır.

Bu genel amacı gerçekleştirmek için aşağıdaki sorular cevaplanacaktır.

- Üniversite öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimleri cinsiyetlerine göre farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimleri bölümlerine göre farklılık göstermekte midir?

- Üniversite öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimleri sınıflarına göre farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimleri refah seviyelerine göre farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimleri boş zamanlarını değerlendirmedeki karşılaştıkları güçlüklerle göre farklılık göstermekte midir?

#### **1.4. Araştırmanın Önemi**

Günümüzde rekreasyon, artık öğrenim sürecinin önemli bir kısmını oluşturmaktadır. Her çeşit rekreasyon etkinliklerinin teknolojik ve eğitimsel gelişmelere paralel olarak okul eğitim programlarının içinde yer almaya başlayacağı tahmin edilmektedir. Rekreatif etkinlikler eğitim içerisinde önemli bir kaynak oluşturmaktadır. Rekreasyon eğitiminin, öncelikle ilk ve orta eğitimde verilmesi gerekliliği daha uygun görülmektedir ve aile eğitiminden sonra ikinci basamağı oluşturmaktadır. Ülkemizdeki okullarda böyle bir eğitimin varlığından söz etmek zordur. Üniversitelerdeki eğitim öğretim programları için de benzer şeyler söylemek mümkündür. Ancak üniversitelerin Beden eğitimi ve Spor Yüksekokulları ve Bölümleri kısmen bunun dışında tutulabilir. Bununla birlikte adı geçen okulların rekreasyon eğitimi vermeleri ile rekreasyon lideri ve yöneticisi yetiştirilmesi amacını gözettikleri söylenebilir. Fakat özellikle ülkemizde eğitim veren ve rekreasyon eğitimi ile ilgisi olduğu düşünülen bazı fakültelerin rekreasyon eğitimi konusunda yaklaşımları ve programları da incelendiğinde rekreasyon eğitimine yönelik herhangi bir programın uygulanmadığı görülmektedir. Toplumun her kesiminde yaşayan insanlar için boş zamanlarını geçirebilecekleri, yaratıcılıklarını kullanabilecekleri, kendilerini ifade edebilecekleri etkinliklere gereksinim vardır. Bu türden etkinliklerin organizasyonun yapılması yanında, farklı etkinliklerin yönetimi ve liderliği için rekreasyon eğitimi amaçlı ders adları ve içeriklerinin oluşturulması gereklidir (Balcı, 2003).

Bu araştırma; rekreasyon kavramının bilimsel yönden açıklanması, rekreasyonel faaliyetlerin sağlanması, bu faaliyetlere engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi açısından ve araştırma sonucunun rekreasyonel çalışmalar yürüten ve rekreatif uygulamalar yapan kişilere katkı sağlayabileceğinden önemlidir.

### **1.5. Araştırmanın Sayıltıları**

- Anket sorularının hazırlanması için başvuru alan kişiler yeterli olduğu,
- Araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin araştırma evrenini yansıttığı,
- Araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin araştırmaya gönüllü katıldıkları ve anket sorularına objektif yanıt verdikleri varsayılmıştır.

### **1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Bu araştırma, 2009-2010 öğretim yılı Gazi Üniversitesinde'ki özel yetenek sınavlarıyla öğrenci alan bölümlerden Beden Eğitimi ve Spor, Müzik Eğitimi ve Resim-İş Eğitimi bölümlerinde okuyan öğrencilerden tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilen 498 öğrenciyle anketten elde edilen verilerle sınırlıdır.

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Zaman ve Zamanla İlgili Kavramlar

Zaman, bir iş veya oluşun geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakit; meydana gelen olayları sıralamaya yarayan başsız ve sonsuz mücerret, soyut kavramdır (Sabuncuoğlu ve Paşa, 1992). Şöyle ki; zaman kavramı, belli bir toplumsal çevreyi oluşturan insanların, sürekli değişimler arasında kurdukları bağlantıları içermekle kalmayıp, aynı şekilde belli bir olayın geçiş süresine göre, olaydan “önce” ve “sonra” olanı ve olacak olanı kapsamaktadır (Elias, 2000).

Zaman kavramını bilim adamları farklı şekilde tanımlamıştır. Çağdaş insan için çok fazla önemli olan zaman kavramını hiçbir yazar ya da bilim adamı kesin tanımını yapamamıştır. Zaman insanların sonsuzluk ölçüsü olduğu ve şimdiye kadar zamanla ilgili doğal kabul edilen her şeyin, insan düşüncesinin ürünü ve görecelidir (Addington, 1993).

Adair ve Adair; zamanın değişiminin yer aldığı bir boyut olduğunu, değişme hızı ve oranını, son derece çeşitli ölçülerde oluştuğunu (dağların oluşması milyonlarca yıl sürerken insanlar, yarım yüzyıldan biraz daha uzun bir süre içinde doğar, büyür ve ölür) ve bu nedenle bireyler zamanı ve değişimi kendi yaşam sürecimi ölçüleri içerisinde değerlendirmeyi yeğlediğini ifade etmektedir (Adair ve Adair, 1999).

Türk Dil Kurumu ise zamanı, olayların ardışıklığını görerek aklımızla yarattığımız ve olayların bundan sonrada içinde olup gideceklerini düşündüğümüz başı ve sonu olmayan soyut kavram olduğunu belirtmiştir (Türk Dil Kurumu, 2005).

Zaman kavramının tek bir tanımının olmaması ya da çok farklı tanımlarının olmasındaki temel nedenlerden birisi de; kavramının bünyesinde birçok özelliği taşıyor olmasıdır. Bu açıdan bakıldığında, zamanı özellikleri şöyle sıralanabilir (Can, 1994).

- Diğer kaynaklar gibi kullanılır, ondan yararlanır,
- Ender bulunan bir kaynaktır ve telafisi mümkün olmadığı için çok kıymetlidir,



- Herkes, her gün eşit zamana sahiptir,
- Harcanan zamanın yerine yenisi konmaz, geriye döndürülemez,
- Satın alınmaz, para gibi biriktirilmmez, hammadde gibi depolanıp istendiğinde kullanılamaz, üretilmez,
- Çoğaltılamaz, uzatılamaz, durdurulup istendiğinde yeniden başlatılamaz,
- Kaybedilen bir an yeniden kazanılamaz, kullanılırsa da tükenmeye devam eder, akan zaman geri çevrilemez,
- Ödünç alınamaz, kiralanamaz,
- Henüz yerini alabilecek bir mal bulunamamıştır yani eşsiz bir kaynaktır.

Günlük hayatta karşılaşılan ve peş peşe gelişen bütün olaylar “zaman” denilen soyut bir kavramı düşünmeye zorlamaktadır. Çünkü, çok değerli olan bu kavram içinde, olaylar sıralanır, yaşanır, değerlendirilir. Zaman kavramı dışında meydana gelen hiçbir olay ve olgu olmaz (Tunçel, 1999).

Zamanı 2 ana başlık altında toplayabiliriz:

#### A. Çalışma (İş) zamanı

- İşe bağımlı zaman
- Çalışma saati dışında kalan ancak çalışma için hazırlık ve işe geliş gidiş sürelerini içeren zaman
- Uğraşılan işle veya 2. işle ilgili normal mesai dışı yapılması gereken mesleki uğraşlar.

#### B. Çalışma dışı zaman

- Varoluşla ilgili zaman (yemek-uyku)
- Boş zaman (rekreasyon) (Baltaş ve Baltaş, 2005).

İçinde bulunduğumuz bu günlerde, yokluğundan en çok şikayet edilen konuların başında zaman ve para gelmektedir (Yılmaz ve Aslan, 2002). Paranın bulunabilir olmasına karşın, geçen zamanın geri dönüşümü mümkün değildir. Bu nedenle, zaman verimli bir biçimde kullanılmalıdır (Akatay, 2003). Çünkü zaman hayattır ve hiç bir saniye geri gelmez. Zamanı, harcanan para gibi görmek gerekmektedir (Lakein, 1997).

Zaman, hayattır ve zamanı boşa geçirmek, hayatı boşa geçirmek anlamını taşımaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2005). Bir başka deyişle “zamanı kontrol edememek, hayatı kontrol edememektir”(Sabuncuoğlu ve Tüz, 2001).

Zaman kavramı bir eylemin geçtiği süredir. Bir an için yeryüzünde ve evrende hareket halinde olan her şeyin durduğu düşünülürse, böyle bir statik ortamda zaman olgusundan söz edilemez (Sabuncuoğlu ve Paşa, 1992). Geri döndürülmesi ve yerinin doldurulması imkânsızdır (Can, 1994). Bu yüzden, zamanı dolu dolu hem de doya doya yaşamak amaçlanmalıdır. Çünkü yaşanan her dakika bir servettir (Sabuncuoğlu ve Paşa, 1992). Zaman elimizdeki en değerli kaynaktır (Jones, 2000).

Adair ve Adair (1999) zamanın önemini; “zaman, ender bulunan bir kaynaktır. Harcanan zamanın yerine yenisi konamaz, geriye de döndürülemez. Bizler için zaman kazanmayı ve bunu nasıl akıllıca kullanabileceğimizi öğrenmekten daha önemli bir şey düşünemiyorum” sözleriyle vurgulamaktadır. Eren (2001); “zaman tasarruf edilemeyen, ödünç alınamayan, kiralanamayan, satın alınamayan, çoğaltılamayan, sadece kullanılan soyut bir kavramdır”. Ayrıca, her hizmet ve her iş zaman kullanmayı gerektirir. Zamanın yerini alınacak bir mal bulunamamıştır. Durdurmak mümkün değildir, sürekli olarak akar ve yitirilir. Dünden bugüne gelen ve yarına giden, sürekli, geri dönmeyen tek yönlü akıştır” sözleriyle zamanın önemine değinmiştir.

Zamanın iyi kullanımı günümüz insanı için kaçınılmaz bir gerekliliktir (Karaküçük ve Ekenci, 1995). Bu bakımdan, zamanı iyi kullanan bir insan, yaşam kalitesini yükseltir ve diğer kaynaklar gibi kendisi ve amaçları için zamanı etkili bir biçimde değerlendirir veya harcayabilir (Mackenzie, 1985; Zorba, 2001; Dinç, 2005).

Zamanı iyi kullanabilmek, insanın kendisine, çalışma hayatına, sosyal hayatına, dinlenme ve eğlencesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasına ayırdığı zaman birimleri arasında dengeyi iyi kurabilmesine bağlıdır. Zamanı yanlış ve verimsiz kullanımından ortaya çıkan hastalıklar, kişiyi ve bütün toplumu etkilemektedir. Bu ise, bedeni hastalıklardan bile daha tehlikeli olabilmektedir (Karaküçük, 2005).

Zamanı iyi kullanabilen bir insan; her an ne yapacağını ve zamanını en faydalı şekilde nasıl kullanacağını bilir. Ulaşmak istediği hedeflere göre her gün

zamanını nerelerde kullanması gerektiği hakkında yeterince kendini hazırlar ve böylece daha verimli olur (Uzunoglu, 1992).

Zamanı iyi kullanamama, bireyleri olumsuz yönde etkilemektedir. Smith(1998), zamanını kullanamayan bireyin, yaşam dengesinin bozulduğunu, asıl yapması gereken işlere daha az zaman ayırdığını ifade etmekte ve bireylerin zamana yaklaşımı ve kullanma biçiminin, başarının ya da başarısızlığın arasındaki ibreyi belirleyeceğini, sağlıklı ya da gergin, depresif olmaya sebebiyet vereceğini vurgulamaktadır.

Aslında zaman azlığından şikâyet edenlerin, önemli bir çoğunluğu zamanlarını nasıl kullanacaklarını bilmeyenlerdir (Çakmaklı, 2002). Zamanı verimli kullanamayan bireyler, Rastegary ve Landy'nin (1993), "bireyin zorunluluklarına yetemeyecek derecede az olan zamanla karşılaşması" şeklinde ifade ettikleri zaman baskısıyla karşı karşıya kalmaktadırlar.

Özetle, en değerli varlığımız olan zaman; bizim için her şeye değer ve bilgece kullanılmalıdır. Zamanın iyi kullanımı özellikle günümüz insanı için kaçınılmaz bir gerekliliktir. Zamanın iyi kullanılması hayatımızda bir denge sağlamamıza veya dengesizliğin nereden kaynaklandığını belirlememize yardımcı olur. Zamanı kullanmanın bilincinde olmak, çalışma biçimini sürekli geliştirmenin anahtarıdır. Böylece, zamanı iyi kullanan bir insan, yaşam kalitesini yükseltir ve diğer kaynaklar gibi kendisi ve amaçları için zamanı etkili bir biçimde değerlendirir veya harcayabilir (Güngörmüş, 2007).

## **2.2. Boş Zaman**

Boş zaman kavramı ile ilgili literatürde birçok tanım mevcuttur. Bu kavramı yazarlar, özgür zaman, serbest zaman ve boş zaman kavramı olarak ele almışlardır (Yılmaz ve başk., 2006). Bu tanımlara göre boş zaman, kişinin çalışma saatleri ve zorunlu olarak kendisine ayıracağı zamanın dışında kalan ve özgürce kullanabilmek ve seçme şansına sahip olduğu bir zaman parçasıdır. Yetim (2005), boş zamanı; dinlenme, rahatlama, bilgi ve görgüsünü artırma, psikolojik ve fizyolojik zevklerinde doyumu gerçekleştirme, toplumsal hizmet katkısında bulunarak ahlâki inancın gereğini yerine getirme, yaratıcı yeteneklerini geliştirme

biçiminde ve tüm bu faaliyetlerde herhangi bir çıkar amacı gütmemek üzere gerçekleştirilen tamamıyla isteğe bağlı bir uğraşı bütünlüğü olarak açıklamıştır.

Abadan boş zamanı, uyumak, yemek yemek, vücut temizliği yapmak, okula gidip gelmek, ders veya bir işte çalışmak dışında kalan zaman veya kişinin üretime yönelmiş faaliyetleri sırasında veya onu takiben girişmekte olduğu üretim dışında harcayabildiği süre olarak belirtmiştir (Abadan, 1966).

Hazar (1999) ise boş zamanı, insanların, sınırlı yaşam süresinin zorunlu davranışlar (iş, iş ile ilgili etkinlikler, yaşamı sürdürmek için gerekli etkinlikler vb.) dışında kalan zamanı olarak açıklamış ve Demiray (1992) ise herhangi bir güdüyle kazandırılacak ihtiyaçlar için harcanan zaman dilimi olarak tanımlamışlardır.

Boş zamanı serbest zaman olarak tanımlayan Arslantürk ve Amman'a (1999) göre boş zaman; yemek, uyku ve cinsel ihtiyaçların karşılanması gibi fizyolojik, ev içinde yapılması zorunlu bazı işler gibi ailevi, iş hayatı gibi mesleki faaliyetlerin dışında kalan, tamamen ferdin tercihinine bağlı olarak tek başına ya da grup halinde özgürce yapılan faaliyetlere ayrılan zaman olarak tanımlanabilir. Erbesler (1987) boş zamanı serbest zaman şeklinde nitelendirerek; serbest zaman, günümüzde çağdaş yaşamın ve çalışma koşullarının insanlar üzerinde oluşturduğu baskı, yorgunluk ve monotonluğu gidermek veya dengeleme süreci olduğunu ifade etmiştir.

Çalışmanın, toplumsal yapı içerisinde kendine özgü bir varlık alanı oluşturması, çalışmayı, diğer iş ve uğraşlardan kesin olarak ayırmaktadır. Bu durum çalışmaya benzemeyen yani zorunluluk ihtiva etmeyen, formel kural ve ilkelerle sınırlı olmayan uğraşlarında toplumsal yapı içinde, özerk bir yaşam alanı olarak belirmesine yol açmıştır. Bu bağlamda boş zaman, ilk kez zorunlu ve ilkesel çalışmadan farklı bir olgu olarak ortaya çıkmıştır (Aytaç, 2002).

Boş zaman, günümüz toplumlarında, önemi giderek artan sosyal olgulardan biridir. Sanayi toplumuna geçmekte olan veya sanayileşmiş toplumlarda insan emeğinin yerini makineler almakta, buna paralel olarak üretim kapasiteleri artarken çalışma saatleri azalmaktadır (Arıkan ve Yıldırım, 2006). Örneğin Endüstri İhtilali'nin ilk dönemlerinde işçiler yılda 3500-4000 saat çalışırken, günümüzde bu rakam 1800 saatin altına düşmesiyle bireylerin boş zamanlarında önemli artışlar meydana gelmiştir (Aytaç, 2002). Ayrıca tatillerin uzunluğu ve çeşitli resmi tatillerde

boş zamanların artışında bir başka etmen olmuştur (Tezcan, 1994). Boş zamanların artması ise, boş zaman eğilimlerini gerekli kılmıştır (Güngörmüş ve başk., 2006).

İnsanlar, genel olarak hayatlarını devam ettirebilmek, daha iyi koşullarda yaşamak, statü sahibi olmak, toplum içinde üretken konumda bulunmak için çalışmaya gereksinim duymaktadırlar. İnsanların yaşantıları adına daha iyiye yol almaları içinse, toplam zamanlarından önce kendi özel zamanlarını, diğer bir deyişle, “boş zamanlarını” olumlu yönde kullanmaları gerekmektedir (Özdemir, 2006).

Demokratik bir toplumda boş zaman bireyin bir ayrıcalığıdır. Boş zamanın doğru kullanımı ile bireyin davranış, tutum ve isteklerinde istendik değişiklikler meydana getirebilmek olasıdır. Boş zaman bu anlamda sadece bireyler için değil onların oluşturduğu toplumlar açısından da önemlidir. Kaliteli bir kültürün oluşturulması, iyi vatandaşlar yetiştirilmesi, başarılı bir öğretim süreci, boş zamanın doğru kullanımı ile yakından ilgilidir (Tekin ve başk., 2006).

Şahin ve Şahin (2003) boş zamanların önemine değinerek; “boş zamanlar, yaşamımızın hayat enerjisi olmaktadır” sözünü vurgulamaktadır. Bu görüş doğrultusunda; nasıl ki, çalışmaya ayrılan zaman yaşamımızı sürdürebilmek için önemli bir olguysa; tekrar yenilenmek, stresten uzaklaşmak için de boş zamanlara ihtiyaç duymaktayız. Bu görüşü Doug King, “arasıra ara vermeyi öğren yoksa değerli hiçbir şey elde edemezsin” sözüyle desteklemektedir (Zelinski, 2004).

### **2.2.1. Boş Zaman Anlayışındaki Gelişim Süreci**

Toplumsal yaşamda önemli bir yer tutan boş zamanlar, günümüz toplumunda varlığına en çok ihtiyaç duyulan bir alanı oluşturmaktadır. Endüstrileşmiş ya da endüstrileşmekte olan tüm toplumlarda iş saatleri kısaltmakta, böylece sahip olunan boş zaman giderek artmaktadır. Özellikle çalışan kesim için boş zaman, yoğun çalışma koşullarının olumsuz etkilerinden kurtularak toplumla bütünleşmeyi sağlayan ve önemi gittikçe artan bir yaşam hakkı olarak kabul edilmektedir (Güngörmüş, 2007).

Boş zaman, her sınırlı kaynaktaki olduğu gibi nüfus içinde eşitsiz olarak dağılım göstermektedir. Yaş kategorisinde özellikle üretime aktif olarak katılan nüfus ile katılmayanlar açısından önemli bir farklılık vardır. Çalışan nüfusun çalışma

yaşamından kaynaklanan zorunluluklar nedeniyle daha az boş zamana sahip oldukları, buna karşın öğrencilerin, emeklilerin ve işsiz kesimin boş zaman diliminin daha fazla olduğu kabul edilmektedir. Bireyin evli olup olmaması da boş zaman diliminde farklılıklar yaratmaktadır. Evli ve özellikle çocuk sahibi olanların boş zaman dilimi zorunlu zaman diliminin artması sonucunda azalmaktadır. İş mekânı dışına taşan uğraşlar boş zaman dilimi üzerinde olumsuz etki yapmaktadır. Buna karşın eğitim düzeyi yükseldikçe boş zaman konusunda insanların daha özenli ve titiz davrandıkları görünmektedir (Öztürk, 1998).

Boş zamanın akıllıca kullanılması bir gelişmişlik ve eğitim sonucudur. Rekreasyon aynı zamanda uygarlığın göstergesidir. Boş zaman insanlığın gelişmesine yardımcı olduğu ve kötü olarak kullanılmadığı sürece değerlidir (Kılbaş, 2004).

### **2.2.2. Boş Zaman Hakkı**

Serbest zaman, vakit öldürme aracı olmamalıdır. Serbest zamanın yapıcı bir biçimde değerlendirilmesinin bireysel ve toplumsal açıdan çeşitli yararları vardır. Serbest zamanı değerlendirme etkinlikleri ister birey, ister grup için olsun yapıcı, istedik davranışları geliştirici olmalı, zamanı gelişigüzel harcama değil, gerektirdiği gibi kullanma olarak anlaşılmalıdır (Nurettin, 1973).

Serbest zamanın biçimi, süresi ve serbest zaman ihtiyacının giderilmesi ülkenin iklim, coğrafi konum ve kültürüne göre değişik özellik gösterir (Zorlu, 1973). Gençlerin serbest zamanlarının iyi bir biçimde değerlendirilmesi, gencin ruh sağlığının dengeli olması, sağlıklı bir kişilik geliştirmesi, olumlu toplumsal ilişkiler kurabilmesi, duygusal canlılık ve enerji kazanması bakımından önemli bir konudur.

Değerlendirmeden geçen serbest zaman gençte sıkıntı yaratacak, bu sıkıntı ise onun ruh sağlığının en büyük düşmanı olacaktır. Gençler arasında olumsuz gruplaşmalar, uyuşturucu madde alışkanlıkları, suç eğilimleri ve teşebbüsleri genellikle serbest zamanın iyi bir biçimde değerlendirilmemesi sonucu meydana gelmektedir. Serbest zamanın gençler tarafından yapıcı bir biçimde değerlendirilmesi, kalkınmanın yaratıcı ve itici gücü olabilir. Serbest zamanı değerlendirme aracı ile üretime katkı sağlanabilir. Ancak yapılan etkinlikler, gencin o anda serbest zaman

içinde olduğu gerçeğini zedelemeyecek tarzda dinlenmesini sağlayabilmelidir. Katı bir biçimde planlanmış serbest zaman, özgür zaman olmaktan çıkar. Buna karşılık çok plansız olursa yapıcı olmaz. Bu iki zıt davranışın ortasını bulabilmek, serbest zamanları yararlı bir biçimde değerlendirmek anlamına gelir (Köknel, 1970).

### 2.2.3. İhtiyaçlar ve Boş Zaman

Günümüz toplumlarında boş zaman, önemi giderek artan sosyal görüngülerden biridir. Boş zaman olarak nitelendirilen; bireye ait, zorunluluklardan uzak, kendi istencimiz ve tasarrufumuz altında olması gereken zamanlarda büyük artışlar gözlenmektedir. Endüstrileşme yolunda ya da endüstrileşmiş toplumlarda iş saatleri kısaltmakta, boş zamanlar giderek artmakta ve endüstrileşme ve teknolojik gelişmeler, çalışma saatleri ve boş zamanları kesin olarak ayırmaktadır (Ergin, 1972). Örneğin, endüstri ihtilalinin ilk dönemlerinde işçiler yılda 3500-4000 saat çalışırken bu gün bu rakam 1800 saatin altındadır. Yani kitlesel üretimin bir sonucu olarak, 1900'lerden beri iş haftası 60 saatten 40 saate inmiş ve son zamanlarda sanayi toplumlarında haftalık çalışma saatlerinin 35 saate hatta 30 saatlere çekilmesi tartışılmaktadır. Böylece çalışanlardan daha fazla verim alınacağı düşünülmektedir (Anhalt, 1994).

Uygarlığın en başlarından Sanayi Devrimi'ne gelinceye dek, kişinin çalışıp çabalayıp hem kendisinin hem de ailesinin geçimi için biraz daha fazlasını üretebilmesi kural olarak kabul edilmekte idi (Russel, 1997). Ailesel yaşamın devam etmesi, gerekli ihtiyaçların sağlanması ve sürdürülen yaşamın daha kaliteli olabilmesi için eş ve çocuklarında büyük katkısı olmaktadır.

19. yüzyılın başlarında, İngiltere'de erkekler günde 15 saat çalışırken; alışlageldiği üzere çocuklar günde 12 saat kimi zaman ise 15 saate çalışırlardı. Çalışma saatlerinin bu kadar uzun olmasının sebebini ise, büyüklerin kendilerini içkiye kaptırmamaları, çocukların da kötü yola düşmemeleri için olduğu söylenmekteydi (Russel, 1997). İşe dayanan toplumsal zorunluluklar da azalarak, akşamları, hafta sonları, tatillerde ve izin günlerinde, boş zamana ve kendi kendini gerçekleştirilmeye elveren zaman parçacıklarına yer tanımıştır. Bu gelişme boş zaman harcamada ve boş zaman endüstrilerinin büyümesinde çok büyük bir artışa yol

açmıştır. Boş zaman ve sağlık, Batı Avrupa ve Birleşik Devletlerde en hızlı büyüyen harcama alanıdır (Applebaum, 1997).

Sanayi öncesi döneme ait olan geleneksel toplumlarda çalışma hayatı ile boş zaman kesinlikle birbirinden ayrı değildi. Çalışma, aile ve cemaatlerle birlikte yapılırken, kendileri için üreten ve tüketen insanlar eğlenceyi de, dinlenmeyi de bu süreçte iç içe gerçekleştirmekteydi. O nedenle çalışma hayatı ile eğlence ve dinlenmeyle geçen boş zaman arasında kesin duvarlar yoktu. İşte sanayileşme bu farklılaşmayı getirerek, çalışma hayatı ile eğlence ve dinlenme hayatını birbirinden ayırdı. Ayırımın ortaya çıkardığı boş zaman kültürü, çağa özgü yeni yaşama biçimlerini, yeni alışkanlıkların ve hatta yeni mesleklerin ortaya çıkmasının bir nedenidir. Bu durum sanayi ötesi değişimi yaşayan toplumlar için de önemli bir toplumsal olgudur. Gerçekte bu önem toplumların derin tarihsel serüvenlerini içerecek şekilde zamanın nasıl değerlendirileceği sorunundan kaynaklanmaktadır. Özellikle sanayi toplumunda bölünmüş ve ayrılmış zaman dilimleri muhatapları için açık bir hedef olmaktaydı. Bu hedef, insanlara planlar ve programlar yaptırmakta, hazırlıklı olmalarını gerektirmekteydi. Ancak, sanayi öncesi toplumunda zaman bir bütün olarak algılanmakta ve mesai içi ve mesai dışı ayırımına itibar edilmemektedir. Geleneksel toplumda zaman anlayışının benzeri bir örneği olan bu anlayış temelde boş zaman olgusunu reddetmekte, üstelik boş zamanın ustaca kullanılmasını geliştiren yeni yaklaşımlar ve yeni anlayışlar sunmaktadır (Doğan, 2002).

Sanayileşmeyle birlikte gelen, kentleşme, ailelerin daralması, teknolojik gelişmeler, eğitim hizmetlerinin artışı, değer değişimleri gibi toplumsal değişimler, iş ve boş zaman ayırımında önemli rol oynamış toplumsal etmenlerdir (Tezcan, 1991).

Boş zaman endüstrileri, sanayi ulusları ekonomilerinin diğer sektörlerinininkini aşan büyüme oranlarıyla, belli başlı endüstriler haline getirmiştir. Turizme, dinlenceye, spora, tatile, oyuna, hobilere, el sanatlarına, eğlenceye ve zevklere harcanan para, çoğu ülkenin tüketim modellerine önemli bir etkidir. Günümüzde bütün sanayi toplumları ve hatta gelişmekte olan ülkelerde, işgücü ve iş haftasındaki azalım nedeniyle, iş dışındaki serbest zaman miktarında kayda değer bir artış görülmektedir (Applebaum, 1997). Aytaç (1994), çalışma ilişkilerindeki değişimi ve buna bağlı olarak boş zamanın özerk hale gelmesini, modern toplumu en iyi karakterize eden özelliklerinden biri olduğunu ifade etmektedir.



Boş zaman kavramının anlamı, içeriği, değeri ve etkisel boyutu yeni oluşan toplumsal yapının anlam örgüsüne ayarlı hale gelmiştir. Artık “boş zaman” ve “boş zaman uğraşları” ya da “boş zaman hakkı”, küçültücü veya alçaltıcı bir talep değil ya da İlkçağ’da olduğu gibi yalnızca seçkinlere özgü bir hak olmaktan çıkmış, tüm toplum kesimleri için en doğal ve en yaşamsal bir hak olarak kabul edilir olmuştur. Günümüzde artık, boş zamanı dolu dolu yaşamak ve dünya nimetlerinden kıyasıyla faydalanmak teşvik görmektedir.

Oluşan tüketim toplumunu, yeniden üretmek için aktif bir tüketici olmak, boş zamanı bir tüketim alanı, boş zaman faaliyetlerini de bir tüketim nesnesi olarak algılamak artık bir yaşam felsefesi haline almıştır (Aytaç, 1994).

Lafargue (1993), 19. yüzyılın sonlarında boş zaman kullanma hakkının önemine değinerek; boş zamanlarda doyasıya eğlenmenin ve dinlenmenin gerektiğini vurgulamıştır. Bu süreç, uzun bir dönem içerisinde pazar günlerinin ve daha sonraları ise, cumartesilerin serbest bırakılması boş zaman etkinlik çeşitlerinde kısıtlamaların kaldırılması, ekonomik ve sosyal refahın yükselmesiyle, boş zaman kullanma hakkının yaygınlaşması sonucunu getirmiştir (Karaküçük, 2005). Önceleri bireyin günde 2-3 saati aşmayan boş zamanı, bugün salt hakkı değil, değerlendirilmesi gereken bir süredir (Ergin, 1972). Yani, çalışma dışında zamana sahip olmak ve etkinliklere katılabilmek, bireyin gündelik yaşamında vazgeçemeyeceği ve önemli bir hak olarak sayılmaktadır.

Artık çağımızda, başta sanayileşmiş ülkeler olmak üzere diğer gelişmekte olan ve geleneksel toplumlarda boş zaman bilincinin geliştiği görülmektedir. Öncelikle, çalışan kesimin daha fazla boş zamana ve zamanlarını dilediğince özgür olarak kullanmak hakkına sahip olmak istedikleri bilinmektedir. İnsanlar teknolojinin ve daha çok üretimin kendilerine sağladığı boş zaman imkânlarının artarak devam etmesini ve bu imkânlarını her çeşit etkinliklerle geliştirmelerini istemektedirler. Günümüz koşulları, öncelikle gelişmiş ülke insanlarına bu hakkı tanımaktadır (Karaküçük, 2005).

Kropotkin (1997)’e göre eğer iş, doğru düzgün anlaşılıp, günde 4-5 saatten fazla sürmese ve herkesin zevkleri uyarınca onu çeşitlendirme olanağı olsaydı, içlerinde çalışmanın gerçek zevk olacağı ölçüde idare edilen işyerleri olacaktır.

Russell (1997)'in çalışma saatleri ile ilgili olarak; “son derece ölçülü, akla dayalı bir örgütlenme ile, sıradan bir ücretlinin günde 4 saat çalışması herkese yettiği gibi, işsizliğin de ortadan kalkacağı muhtemeldir düşüncesi de Kropoktin’i destekler niteliktedir. Russell, bunlara ek olarak; “kimsenin günde 4 saatten fazla çalışmaya zorlanmadığı bir dünyada, bilimsel merakla sahip herkes bu merakını giderebilecek, ressam da (resimleri ne denli kusursuz olursa olsun) didinip durmadan resim yapabilecektir. Her şeyin ötesindeyse, sınırlar gerilmeden, bıkmış usanmadan, sindirim güçlüğü olmadan yaşanacak, mutluluk ve yaşama sevinci saracak her yanı. Yapılan zorunlu çalışma, boş zamanların zevkli geçmesi için yeterli olsa da, bitip tükenme yaşamayacaktır kimse” şeklindeki ifadesiyle boş zamanın önemini ve çalışma zamanına olumlu yönde etkisini vurgulamıştır. Çünkü, çalışmaya ayrılan zorunlu zaman bireyleri tükenmişlik duygusuna iterek fiziksel ve ruhsal açıdan bir zorlanma oluşturmakta, boş zaman ise zorunlu zamanlar dışında tekrar yenilenmek için bir araç haline gelecektir.

Literatürü incelediğimizde, iş ve boş zaman kavramları arasındaki ilişkiyi veya temel farklılıkları belirlemeye yönelik kuramsal çalışmaların yapıldığını görmekteyiz. Bu çalışmaların pek çoğunda iş ve boş zaman kavramları birbirinden farklı olarak tanımlanmıştır. Ancak, her ne kadar iş ve boş zaman kavramları iki ayrı kutupta görünse de temelde incelendiğinde aralarındaki farkın o kadar da net olmadığını belirtmiştir. Temelde boş zaman aktivitesi olarak tanımlanan pek çok etkinlik veya bazılarınca iş olarak görülen uğraşlar içinde hem işi hem de boş zaman etkinliğini barındırabilmekte ve bu nedenle iş ve boş zaman kavramlarının birbirinden net bir çizgiyle ayırmanın olanaksız olduğu söylenilebilir.

Andrew, modern zamanda boş zamanı çalışmaktan farklı olarak bir zaman veya koşul olarak, anlama eğiliminde olduğumuzu belirterek çalışma ve boş zaman arasındaki farkları şu şekilde sıralamıştır (Applebaum, 1997).

- İş, gerginlik, çaba, gayret ve zahmet içerir. Boş zaman çabasız rahat ve zevk vericidir.
- İş, zorlama ve zorunlulukla yapılır. Boş zaman zorlamasız ve varoluşu sürdürmek için sorunsuzdur.

- İş bir amaca yönelik bir araç olarak görülür. Boş zaman kendi içinde bir amaç olarak kabul edilir.
- İş, değeri için harcanmış zamandır. Boş zaman insanın kendi zamanıdır.
- İşin, toplumsal olarak yarar ve toplum için bir zorunluluk olduğuna inanılır. Boş zamanın tadı bireysel olarak çıkarılır.
- İyi iş ödüllendirilir. Oysa boş zaman kendi kendinin ödülüdür ve kendi kendini tatmin eder.
- İş sıklıkla rutin veya yeknesaktır. Boş zaman bir özgürleşme veya tatildir, rutinden özgürleşmeye ve etkinliklerde seçim yapmayı sağlar.
- Sanayi işi başkalarınınca örgütlenir, sıkı sıkıya programlanmış ve saatler tarafından düzenlenmiştir. Boş zamanda, insan işvereninden, zamanlamalardan, programlardan ve sistematikleşmeden kurtulmuştur.
- Çalışmanın, toplumsal yapı içerisinde kendine özgü bir varlık alanı oluşturması, çalışmayı diğer iş ve uğraşlardan kesin olarak ayırmaktadır. Bu durum çalışmaya benzemeyen yani zorunluluk ihtiva etmeyen, formel kural ve ilkelerle sınırlı olmayan uğraşlarında toplumsal yapı içinde, özerk bir yaşam alanı olarak belirmesine yol açmıştır.

Bu bağlamda boş zaman, ilk kez zorunlu ve ilkesel çalışmadan farklı bir olgu olarak ortaya çıkmıştır (Aytaç, 2002).

Boş zaman, kendi canlılığını zedelemeksizin, ne işin ne de iktisadi başarının altını çizen değerlerin yerine geçebilir. Üretim ve tüketim birbirinden ayrılmaz bir ikilidir: Her biri diğerini öngörür. Ne kadar üretilirse, o kadar tüketilecek vardır. Üretimin emek ve verimlilik oranı ne kadar büyükse, boş zamana ayrılan zaman da o kadar büyüktür. İnsanlar doyumsuzluklarına bir seçenek ve işlerinde de anlam aradıkları sürece, boş zamanın büyümekte olduğu yolunda bir tezde vardır (Applebaum, 1997).

İnsanların iş ve yapması gereken sosyal olgular sürecinde fiziki sağlığının dengeli ve düzenli bir şekilde devam edebilmesi gerekmektedir ve buna bağlı olarak vücut ve akıl dinlenme gereksinimi duyar.

Boş zaman iş açısından bakıldığında üretken bir zaman olabildiyse de, vücudu ve aklı yenilemek açısından da verimli olabilir. İş yaşamındaki günlük yüklerin ağırlığını dengelemek için bireylerin kendilerine her gün dinlendirici uğraşlar için boş zaman ayırması gerekmektedir (Shinn, 2004).

#### **2.2.4. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları**

Boş zaman kavramının gelişim sürecine bakıldığında, sanayi devrimi ile çalışma, tasarruf, sermaye birikimi gibi kavramların yeni toplumsal değerler olarak ortaya çıktığı ve boş zamanların savurganlık ve tembellik olarak değerlendirildiği görülmektedir. Çalışmaya büyük önem verilen sanayi devrimi döneminde boş zaman, yorulan bireylerin fiziksel gücünü tamir eden ve dengesini yeniden bulmasına yardımcı olan dinlenme fonksiyonunu yerine getirmektedir.

Ancak burada dinlenmenin fiziksel yorgunluğu giderebilmesine karşın, sinir sistemini ve bireyin ruhsal yapısını mutlaka yeniden canlandıracağı gerçeği gözden uzak tutulmaktadır. Bu zamanın dinlenme fonksiyonu kadar önemli diğer iki fonksiyonu da vardır. Bunlar “eğlenme” ve “gelişim” fonksiyonlarıdır. Bu iki fonksiyonun bilincine ise sonraki dönemlerde varılmıştır (Sağcan, 1986).

##### **2.2.4.1. Dinlenme Fonksiyonu**

Karaküçük (2005); dinlenme fonksiyonunun, boş zamanı en fazla karakterize eden ve farklı algılamalarla, çalışma hayatı boyunca değerlendirilen temel bir fonksiyon olduğunu ifade etmektedir. Dinlenme, yeniden elde etme veya iş sonrası stres ve yorgunluk atma ile bedensel aşınmaları ve sinir gerilimlerini ortadan kaldıran bir fonksiyon üstlenmiştir. Çalışma saatlerinin 12-15 saat olduğu sanayi devriminin ilk dönemlerinde, işçiler boş zamanlarında dinlenme fonksiyonunu sadece fiziksel gücü yeniden elde etmek anlamında kullanmışlardır. Çalışan için boş zaman, sadece bir sonraki çalışma gününe fiziksel olarak hazırlanmayı ifade etmektedir.

Dru Scott (1993);, “çalışma zamanı berrak düşünmeyi ve etkili çalışmayı ifade eder. Dinlenme zamanı, akülerimizin yeniden dolmasını ve gücümüzün

yenilenmesini sağlar. Çalışmak mecburiyetinde olduğumuz günlerde muntazam, yüksek verimli sabahlar istiyorsanız, kendinize devamlı bir miktar dinlenme zamanı ayırınız. Tam olarak verimli zaman, toplam dinlenme zamanına bağlıdır” şeklinde boş zamanlarda dinlenme fonksiyonunun önemini vurgulamaktadır.

Aristoteles ise, “soylu bir insanın zekâ ve sanat yeteneğini geliştirmesi, yani erdemli bir hayat sürmesi için ona “boş zaman” fırsatı verilmelidir” şeklinde ifade etmiştir (Gülnehal, 1997). Özellikle çalışma hayatında bedensel olarak tüketici bir ortam içinde olmayan pek çok kişi için artık dinlenmek, “sırtüstü yatmak ve hiçbir şey yapmamak” anlamını taşımamaktadır. İş dışı zamanlarda, bedensel ya da zihinsel olarak zorlu birtakım uğraşlarla dinlenme yolunu seçen insanların sayısı hiçte az değildir. Çağdaş dünyanın her geçen gün yenilerini keşfettiği “boş zaman uğraşları/hobiler” bunun en belirgin göstergesidir (Komili, 1997).

#### **2.2.4.2. Eğlenme Fonksiyonu**

Günümüzde insanlar, ne kadar boş zaman etkinliğine katılırsa o kadar başarılı sayılmakta ve statüsü artmaktadır. Eğlenceye verilen önem günlük yaşamda da görülmektedir (Tezcan, 1993). Torkildsen (2005), eğlenmenin içten gelen bir istek olduğunu ve boş zamanlarımızda bizleri memnun edecek anlara ihtiyaç duyduğumuzu belirtmiştir.

Bireyler artık birçok spor ve eğlence aktivitelerinde yoğun olarak yer almakta, spora ve eğlenceye olan bu ilgi 20. yüzyılın başlarında giderek artmakta olan bir akımın etkisiyle; sağlıklarına, duygusal, fiziksel ve psikolojik ruh hallerine verdikleri önemde artmıştır (Horner ve Swarbrooke, 2005).

#### **2.2.4.3. Gelişim Fonksiyonu**

Gelişim fonksiyonu, insan düşüncesini, günlük eylemlerin otomatizminden kurtaran, daha geniş sosyal katılıma zemin hazırlayan, insanın kişiliğini geliştirmesine ve göstermesine eğilimli, aynı zamanda çıkarıcı olmayan faaliyetleri içermektedir (Karaküçük, 2005). Bu tür faaliyetler, insanların bedensel ve ruhsal

yorgunluklarını gidererek onlara fiziksel ve ruhsal olarak yaratıcı bir güç kazandırır (Sağcan, 1986).

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

Bireylerin serbest zamanlarını değerlendirme davranışları yaşadığı toplumun geleneklerinden kendi gereksinimlerine kadar pek çok değişkenden etkilenebilir. “Serbest zaman etkinliklerine katılım kişilerin yaşam biçimlerine, özelliklerine ve zaman kullanımlarına göre değişiklik gösterirken, etkinliklerin türü, katılma biçimleri ve bireylerin bu etkinliklere ayırdıkları süre; ırk, toplumsal ve kişisel özellikler, yaş, cinsiyet gibi pek çok faktörden etkilenmektedir” (Aydoğan ve Aral, 2007).

Aslan (1994), öğrencilerin serbest zaman değerlendirmelerini etkileyen etmenleri aşağıdaki şekilde sıralamıştır.

#### **Sosyal Faktörler**

- Kültür ve Davranış
- Sosyal Sınıf
- Etkileşim Grupları
- Aile

#### **Ekonomik Faktörler**

- Meslek
- Gelir Düzeyi

#### **Demografik Faktörler**

- Yaş ve Cinsiyet
- Yerleşim Birimi
- Eğitim

### **2.3. Rekreasyon**

Rekreasyon, Latince “recreate” kelimesinden gelmekte ve “yenilenme, yeniden yaratılma” manasını taşımaktadır. Sözlük anlamına göre ise rekreasyon,

“ruhsal ve manevi yönden yenilenme, yeniden doğuş” demektir. Rekreasyon, çalışma ve günlük rutin işlerin sonrasında bir yenilenme yaşantısıdır.

Rekreasyon kavramı ile insan iç içedir. Etkinlikler insanlar içindir. Bu da insanların yaşadığı yerlerde rekreasyon etkinliklerinin yapılabilmesi için ortamın hazırlanması demektir. İnsanlık tarihi bilinçli veya değil bu tür etkinliklerin günümüze de yansıyan örnekleriyle doludur (Çerez ve başk., 2006). Rekreasyonu, boş zamanda ve tek başına, grupla, araçlı, araçsız, açık veya kapalı alanlarda, kent içi veya kent dışında, bir organizasyon içinde veya dışında zorunlu olmadan seçilen zevk ve neşe verici her türlü etkinlikler şeklinde tanımlanabilir (Karaküçük, 2005).

Rekreasyon, pasif veya aktif, grup veya ferdi olarak sporlarla, kültürel fonksiyonlarla, tabiat veya insan tarihinin değerlendirilmesine, gezilere, eğlencelere, zevk veren olaylara, resmi olmayan eğitime katılmayı içerir (Dinç, 1999). Rekreasyon, eğlence ve dinlenme gibi birçok faaliyetlere ayrılan boş zamanlardan oluşur. Rekreasyon, kişilerin çok yönlü olumlu gelişimlerini hedefler. Rekreasyon etkinlikleri, gönüllü katılımı içerir. İlgi, özgürlük ve verimlilik esastır. Rekreasyonun temel problemi, insanlarda memnuniyet oluşturacak temel gereksinimler ortaya çıkarmaktır (Luetkens, 2004).

Rekreasyon aktiviteleri bireyde; arkadaşlık kurma, macera ve yeni deneyimler, başarı duygusu, yaratma zevki, fiziksel dayanıklılık, hizmet duygusu, güzellikten hoşlanma, zihinsel güçleri kullanma, duygusal deneyim ve dinlenme gibi doyumlar oluşturmaktadır (Tezcan, 1994). Bireysellikten toplumsallığa geçiş sürecinde, bireyin en kalabalık topluluklarla bir arada olma süreci öğrencilik dönemlerinde görülmektedir. Bunun daha mantıklı ve bilinçli tercihlerle oluştuğu dönem, gelişim dönemi olarak da düşünüldüğünde, üniversitelerdir. Üniversite eğitimi sırasında, olası aile ortamından da uzaklaşan bireyin yeni eğilimler ve yeni arkadaş grupları edinme döneminde kazandırılacak bazı alışkanlıklar onun tüm yaşam kalitesini de olumlu yönde etkileyebilecektir.

Bu nedenle boş zamanların değerlendirilmesi gelişmiş ve gelişmekte olan tüm ülkelerde, üzerinde en çok durulan ve önem verilen ortak problemlerdendir. Boş zamanı iki tarafı keskin bir kılıca benzetmek mümkündür. Olumlu kullanılırsa kişisel ve toplumsal gelişim, olumsuz kullanılırsa bunalım, başıbozukluk gibi sorunlar ortaya çıkmaktadır (Karaküçük, 2005).

Bernard Russel'in (1997) "boş vakitleri akıllıca değerlendirmek uygarlığın ortaya çıkardığı önemli bir üründür" sözüyle, boş zamanları olumlu değerlendirmenin önemini vurgulamaktadır.

Sosyal aktiviteler için en iyi fırsat boş zamanlarda oluşmaktadır. Yürüyüş, tırmanma, bisiklet sürme, kayma ve yüzme vücudun verim seviyesini arttırmaktadır. Manzaralı basit bir yürüyüşün verdiği memnuniyetle eğlence, macera, sağlık ve ilham sağlamaktadır. Günümüz modern toplumlarında insanlar gelirlerinin belli bir oranını özellikle sportif rekreasyon etkinlikleri için harcamaktadırlar. Bunun altında sağlık bilinci yatmaktadır. Devlet ve yerel yönetimler de bu etkinliklere destek olmakta ve ortam yaratarak teşvik etmektedirler (Çerez ve başk., 2006).

Bazı araştırmalar özellikle stresten ve kalp-damar hastalıklarından korunmada, boş zamanların fiziksel aktivitelerle değerlendirilmesinin önemine işaret etmektedir (Karaküçük ve Şenel, 1998).

Rekreasyon için yeterli imkan ve ortam sağlandığı takdirde toplumun yaşam kalitesi üzerinde önemli ölçüde katkı sağlayabilir (Yılmaz ve başk., 2006). Bireylerin ve toplumların sosyal yaşantılarında önemli bir yeri olan rekreatif faaliyetlerin organizasyonunda üniversitelerin daha fonksiyonel olmasının gerektiği söylenebilir (Mete ve Ağaoğlu, 2003).

Gençlerin boş zamanlarını değerlendirmeleri ve rekreatif etkinliklere katılımları, üniversite eğitimleri sırasında okulların kendilerine sunduğu olanaklar kapsamında yarı örgütlü bir şekilde gerçekleşmekte; bu bağlamda üniversiteler öğrencilerinin resmî eğitimleri dışında kalan zamanlarını iyi bir şekilde değerlendirmeleri için de yönlendirici rol üstlenebilmektedirler. Üniversitelerin hazırladıkları rekreasyon programları ve buna ilişkin altyapı olanakları, gençlerin aralarındaki iletişimi artırırken diğer katılım nedenlerini de tatmin etmektedir (Balcı, 2003).

Türkiye'deki üniversitelerde öğrenim gören gençlerin boş zaman etkinliklerine katılımları son yıllarda üniversite kampüslerinin gelişmesi ve yönetimlerin bu konudaki çabalarıyla gün geçtikçe artmaktadır (Balcı, 2003).



### 2.3.1. Rekreasyonun Özellikleri

Rekreasyon, anlam, içerik, kapsam yönünden değişik özellikler meydana getirmektedir. Ancak, rekreasyonun birçok araştırmacı tarafında kabul edilen bazı temel özelliklerinden bahsetmek mümkündür. Bunlar rekreasyonu, diğer faaliyetlerden ve kavramlardan ayıran temel özelliklerdir.

Buna göre rekreasyonun temel özelliklerini şunlar oluşturmaktadır (Sağcan, 1986; Karaküçük, 2005).

- Rekreasyon faaliyetlerinin seçimi gönüllü olmalıdır.
- Rekreasyon faaliyetleri özgürlük hissi verir.
- Faaliyetlere devam ve iştirak etme zorunluluğu bulunmamalıdır.
- Rekreasyon, boş zamanda yapılır.
- Rekreasyon faaliyetleri, her yaştaki ve cinsteki insanların katılımına imkân verir.
- Rekreasyon faaliyetlerinde inisiyatif, kişinin kendisine bırakılmalıdır.
- Rekreasyonel faaliyetler, her türlü açık veya kapalı alanlar ile her mevsim ve iklim şartlarında uygulanabilmektedir.
- Rekreasyon, bir faaliyeti gerektirir. Faaliyetler, fiziksel, zihinsel, ruhsal, toplumsal ya da bunlar içinden bazılarının kombinasyonu şeklinde olabilmektedir.
- Rekreasyon, çok çeşitli faaliyetler, alternatifler içerir.
- Rekreasyon, haz ve neşe sağlayan bir faaliyettir.
- Rekreasyon, evrensel olarak uygulanmaktadır. Rekreasyonel faaliyetler, bütün insanlar için ortak bir lisan oluşturmaktadır.
- Rekreasyon, kişinin kendisini ifade edebilme ve yaratıcı olabilmesine imkân sağlayıcı faaliyetleri içermelidir.
- Rekreasyonun her kişiye göre bir amacı vardır.
- Rekreasyonel faaliyetlerin katılımcıya kişisel ve toplumsal özellikler kazandırması beklenir.

- Rekreasyon, toplumun geleneklerine, törelerine, ahlâki ve manevi değerlerine uygun olmalı ve sosyal değerlere ters düşmemelidir.
- Rekreasyon, bir faaliyet yapılırken, ikinci veya daha fazla faaliyetlere de ilgi duyma veya gerçekleştirme imkânı verir.
- Rekreasyon etkinlikleri, rekreasyonistler tarafından üstlenilir. Bu etkinlikler ve uğraşlar, başkası tarafından bir başkası için yerine getirilemez.
- Rekreasyon eylemi, planlı veya plansız, beceri sahibi kişilerle veya beceri sahibi olmayan kişilerle ya da organize veya organize olmamış mekânlarda yapılabilmektedir.
- Rekreasyon, rekreatif etkinliklere katılma sonucu ortaya çıkan bir deneyimdir.

### **2.3.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması**

Rekreasyon kavramının anlamı ve içeriği kültürden kültüre veya bireyden bireye farklılık göstermektedir. Bu farklılığın oluşmasında toplumsal, kültürel, ekonomik ve çevresel şartlar gibi birçok unsur etkili olmaktadır. Kavramın kadar geniş içerikli olması ve farklı anlamlar içermesi, alanda çalışan pek çok araştırmacıyı, kavramın değişik yöntemler izleyerek sınıflandırılmasına yönlendirmiştir.

Rekreasyonun sınıflandırılması, rekreasyonun fonksiyonlarına veya çeşitli kriterlerine bağlı olarak şekillenmektedir. Birey, amacı ve isteği doğrultusunda etkinliğe katılmaya karar vermiş ise, buna uygun bir rekreasyon çeşidi ortaya çıkmaktadır. Her birey için ayrı ayrı amaçlar ve isteklerin bulunabileceği ve buna paralel olarak da çok çeşitli rekreatif etkinliklerin olduğu düşünülürse, kesin bir gruplama veya çeşitlendirme yapmanın zorluğu da ortaya çıkmaktadır (Karaküçük, 2005). Örneğin Küçüktopuzlu (1991) rekreasyonu, “etkin rekreasyon, edilgen rekreasyon, ticari rekreasyon, sosyal rekreasyon, kırsal rekreasyon, estetik rekreasyon, entelektüel rekreasyon, orman rekreasyonu, kapalı yer rekreasyonu, açık hava rekreasyonu ve endüstriyel rekreasyon” şeklinde sınıflandırmış. Pehlivanoğlu (1986) rekreasyon planlaması açısından önem taşıyan bir sınıflandırma yaparak, bunları;

- Yapısal sınıflandırma (kapalı yer ve açık hava),
- Yerel sınıflandırma (kentsel ve kırsal),
- İçeriksel sınıflandırma (aktif ve pasif),
- Zamansal sınıflandırma (günlük ve tatil “tatil rekreasyonu ise, haftalık ve yıllık”) olarak nitelendirmiştir.

### **2.3.2.1. Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması**

- Dinlenme amaçlı (fiziksel ve ruhsal dinlenmek),
- Kültürel amaçlı (tarihi eser ve müze ziyaretleri vb.),
- Toplumsal amaçlı (toplumsal ilişkiler kurmak veya geliştirmek),
- Sportif amaçlı (seyirci olarak veya aktif spor yaparak),
- Turizm amaçlı (başka mekanlara seyahat etmek),
- Sanatsal amaçlı (sanatın birkaç veya tek bir dalıyla ilgilenmek).

### **2.3.2.2. Çeşitli Kriterlere Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması**

- Yaş faktörüne göre (genç, yetişkin vb.),
- Faaliyete katılanların sayısına göre (bireysel, grup veya aile),
- Zamana göre (yaz, kış, günlük veya haftalık vb.),
- Kullanılan mekana göre (açık veya kapalı),
- Sosyolojik muhtevaya göre (lüks, geleneksel).

## **2.4. Rekreasyon İhtiyacı**

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

Rekreasyona duyulan ihtiyaç rekreasyon faaliyetlerinin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı yarardan ileri gelmektedir. Rekreasyon faaliyetleri bir çok ülkede büyük reklâm kampanyaları ile çok ilerleme kaydetmiştir. Fiziksel Psikolojik ve sosyal yararlar rekreasyona duyulan ihtiyacın potansiyelini artırmıştır. Rekreasyon faaliyetleri sosyal konumlarla paralel olarak değişik ihtiyaç düzeyleri gösterir.

Rekreasyonel ihtiyaçlar, insan davranışlarına temel olabilecek tek bir neden veya faktöre bağlı kalmaksızın birçok nedenden dolayı analiz gerektirmektedir. Rekreasyona duyulan ihtiyaç, rekreasyon faaliyetlerinin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan ileri gelmektedir (Karaküçük, 2005).

#### **2.4.1.Rekreasyona Duyulan İhtiyaç Nedenleri**

Kalabalık ortam, gürültü, hava kirliliği vb. birtakım olaylar bireylerde hem fizyolojik hem de psikolojik bir dengesizliğe yol açmakta, bu dengesizliği ortadan kaldırmak için rekreatif etkinliklere ihtiyaç duyulmaktadır.

Rekreasyon, 21. yüzyılın stresli insanları için bir deşarj aracı ve ruh sağlığının dengeleyici bir unsuru olma özelliği ile giderek bir gereklilik haline geldiği söylenebilir (Özışık, 1998). Özellikle çalışan insan için bu tür etkinliklere başvurmak, onun yeniden enerji kazanması bakımından gereklidir. Böylece bireylerin yaşam bağları güçlenerek sağlıklı bireyler durumuna gelirler (Tezcan, 1993).

Bireylerin rekreasyon ihtiyaçlarını belirlemede önemli olan unsurları tanımlayan ve ihtiyaçları ortaya koyan birçok araştırmacıdan biri olan Torkildsen (2005) rekreasyona duyulan temel ihtiyaçları şu şekilde sınıflandırmıştır.

- Macera, rahatlama, kaçış ve fantezi gibi yeni deneyimler,
- Tanımlama ve teşhis koymak,
- Güvenlik,
- Hâkimiyet (diğerlerini yönlendirmek veya kontrol etmek),
- Sorumluluk ve sosyal etkileşim (diğerleri ile birlikte olmak ve etkileşim),
- Zihinsel aktivite (farkındalık ve anlamak),
- Yaratıcılık,

- Başkalarına hizmet etmek (ihtiyaç duyulma ihtiyacı),
- Fiziksel aktivite ve zindelik.

#### **2.4.1.1. Fiziksel İhtiyaçlar**

Disareli, “hareket her zaman mutluluk vermeyebilir. Ama hareketsiz mutluluk yoktur” ifadesiyle fiziksel aktivitelerin önemine değinmiştir (Zelinski, 2004). Aktif yaşamın birçok faydalarına karşın, fiziksel aktivite eksikliği bireylerde ciddi sağlık problemlerine yol açmaktadır (Kilpatrick ve başk., 2005). Bazı araştırmalar özellikle stresten ve kalp-damar hastalıklarından korunmada boş zamanların fiziksel aktivitelerle değerlendirilmesinin önemine işaret etmekte ve düzenli olarak yapılan fiziksel aktivitelerin, kalp krizi riskini azaltarak, damarların sağlıklı olmasını sağladığını belirtilmektedir (İkizler, 2002).

Loehr (1999), düzenli olarak egzersiz yapıldığı sürece, soğuk algınlığı ve grip olma riskinin azalacağını ve bunun nedeninin ise periyodik olarak strese maruz kalmaya bir tepki olarak bağışıklık sisteminin güçlendiğini belirtmiştir.

#### **2.4.1.2. Sosyal İhtiyaçlar**

Torkildsen (2005), rekreatif faaliyetlerin bireylerin sosyal değerlerini yükseltmek için varolduğunu ifade etmektedir. Bireyin sağlığına olanak sağlayan rekreatif faaliyetler, sosyal açıdan rahatlamaya neden olmaktadır. Rekreatif faaliyetlere bu açıdan bakıldığında ise, toplumsal rahatlama, sosyal uyum ve yaşam kalitesinin sağlanması ve geliştirilmesi anlamına gelmektedir. Rekreatif etkinliklere katılan birey, kendini ifade etme imkânı bulur, içinde bulunduğu gruba aidiyet duygusu gelişir, etkinliklerdeki kurallara uymaya çalışarak sosyalleşme süreci içerisinde olur. Şunu ifade etmek gerekir ki; rekreasyon bireye fiziksel ve duygusal olarak katkı sağlayan sosyal bir davranıştır.

### **2.4.1.3. Psikolojik İhtiyaçlar**

Boş zamanın, günümüzde çağdaş yaşamın ve çalışma koşullarının bireyler üzerinde oluşturduğu baskı, yorgunluk ve monotonluğu giderme veya dengelemede önemli rol oynadığı bilinmektedir.

Çağın olgusu olan, ileri teknoloji ve otomasyon bir yandan üretim artışı ve sermaye birikimi sağlamakta ve insan gücünün daha kısa süre çalışarak gerekli ve yeterli üretimi gerçekleştirmesine imkân vermekte; öte yandan yarattığı monotonluk, yabancılaşma, gürültü, çevre kirlenmesi gibi faktörlerle yıpranma ve fazla yorulmasına yol açmaktadır. Dolayısıyla çağdaş insan bir yandan çevresinde giderek artan stres ve yıpranma faktörlerinin etkisini dengelemek için daha fazla boş zamana sahip olma şansını arttırmaktadır. İleri teknolojiyi yaygın bir biçimde kullanan toplumlarda ortaya çıkan bu boş zaman-çağdaş yaşam-çevre koşulları ilişkisi spiral bir döngü halinde insanın yaşamını etkilemektedir (Erbesler, 1987).

Bunun için insanlar stres, monotonluk, karmaşadan kurtulmak ve kendini dengelemek için daha boş zamana ve rekreatif faaliyetlere ihtiyaç duymaktadır.

### **2.4.1.4. Kişisel Beceri ve Yeteneklerin Geliştirilmesi İhtiyacı**

Bireylerin kendilerini keşfetmesi veya ne tür becerilere sahip olduklarını anlamasının en kolay yolu denemektir. Bir başka ifade ile bu durumun gerçekleşebilmesi ancak kişinin istediği veya sevdiği bir işi yapmasına bağlıdır (Karaküçük, 2005). Sosyal yapıcılığı vurgulanan rekreasyon bugün vazgeçilmezdir ve kişisel gelişimin en önemli unsuru olarak kabul edilmektedir (Müftügil, 1993). Tamamen kişisel istek ve eğilimler doğrultusunda gerçekleşmekte ve bu etkinlikler bir anlamda kişisel niteliği de gözler önüne serebilmektedir (Applebaum, 1997).

### **2.4.1.5. Duygusal İhtiyaçlar**

Bireyler yukarıda ifade edilen ihtiyaçların yanı sıra, duygusal ihtiyaçlarını da karşılamak için rekreasyonel etkinliklere katılım ihtiyacı duymaktadırlar.

Literatürdeki pek çok araştırmada, bireylerin günlük yaşantılarında maruz kaldıkları stresten fiziksel, sosyal ve duygusal olarak etkilendikleri tespit edilmiştir. Örneğin; Cooper ve Cartwright (1994) yaptıkları çalışmanın sonucunda, bireylerin iş ile ilgili stres durumunun hem fiziksel hem de duygusal sağlık üzerinde zararlı birçok etkisinin bulunduğu tespit edilmiştir.

İnsanların günlük yaşantılarındaki karşılaştıkları stres veren durumlar geçici duygusal çöküntüye neden olmayıp, uzun dönemli tatminlerini de etkilemektedir. Bu nedenle bireyler günlük yaşamdaki streslerden uzaklaşmak veya kurtulmak için, duygusal olarak tatmin olma ihtiyacı hissederler. Rekreatif aktivitelere katılım, duygusal ihtiyaçların karşılanmasını sağlayarak, bireyin yaşamındaki monotonluktan ve stres veren durumlardan uzaklaşmasında önemli etkenlerden biri olmaktadır.

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

Günlük yaşantımız içinde, çalışma ve diğer etkinliklerimizin sıkıcı ve kendini tekrarlayan çabalara dönüşmesi, boş zaman değerlendirme etkinliklerini yaşamımızın önemli bir parçası ve bir yenilenme aracı haline getirmiştir. Buna paralel olarak, kişilerin boş zamanlarını değerlendirmelerine yönelik çok çeşitli hizmetler sunan canlı bir sektör de oluşmuştur. Ekonomik verimliliğin artması ve çalışma koşullarının iyileştirilmesiyle ortaya çıkan boş zamanın bilinçli bir şekilde değerlendirilmesi, pozitif sonuçları olacak bütünsel bir çaba olmalıdır. Bu konuda yapılan çalışmalarda, boş zamanın pozitif kullanımının artmasının kendini gerçekleştiren ve ruhen sağlıklı gençlerin gelişmesine katkıda bulunduğu yaygın olarak ifade edilmektedir (Balcı ve başk., 2002).

Boş zamanları değerlendirme etkinlikleri içeriklerine ve yapıldığı mekânlara göre çok çeşitlidir. Bu etkinliklerden hangisinin tercih edileceği kişinin yapısına, cinsiyetine, eğitimine, sahip olduğu olanaklara ve yeteneklerine bağlıdır (Pulur, 2003). Etkinliklere katılmanın en önemli nedenleri, serbest zamanı zevk olarak yaşamak, işten daha değişik bir şey yapmak, arkadaşlarla etkileşim kurmak, yeni deneyimler elde etmek, bazı şeyleri başarma duygusunu yaşamak, yaratıcı duygu tatmak, toplumsal yarar elde etmek, zaman geçirmektir (Ergül, 2008).

Ortaöğretim ve üniversite gençliği üzerine yapılmış araştırmalarda da, gençliğin büyük bir çoğunluğunun boş zamanlarını nasıl geçireceklerini bilemedikleri ya da pasif etkinliklerle geçirdikleri, ancak imkân olması halinde de birçok aktif etkinliklere katılmaya istekli oldukları ortaya çıkmaktadır (Demir, 2003).

Ülkemizde üniversite öğrencilerinin spor yapma imkânı, üniversitelerin bu konudaki yatırımları ile doğru orantılıdır. Öğrencilerin serbest zamanlarını değerlendirme etkinliklerine katılmalarında, karşılaştıkları sorunlar oldukça fazladır. Bunların başında, tesis, araç-gereç, altyapı, öğretici eleman vs. sorunların gelmekte olduğundan söz edilebilir. Öncelikle bu sorunların ortadan kaldırılması veya en aza indirilmesi, çeşitli teşvik edici ve özendirici organizasyonların yapılması onların spora yönelmede gereklidir. Ayrıca gençlerimizin spor ortamını daha iyi tanımaları, sevmeleri, serbest zamanlarını yapıcı etkinliklerle değerlendirmelerini sağlayacaktır (Yaman ve başk., 1998).

Serbest zamanlarda sportif etkinliklere katılmak için ayrılan zamana etki eden diğer faktörler genelde bireyin kendi kontrolü dışındaki tesis ve malzeme yetersizliği, çalışma saatlerinin fazla olması, öğrenciler için ders saatleri yükünün fazla olması, ders saatleriyle mevcut tesislerin kullanım saatlerinin uyumsuzluğu, cinsiyet, gelir, yaş, eğitim düzeyi, bilinçsiz verilen spor eğitimi ve bundan kaynaklı alışkanlıkların oluşmaması ve katılım ücretlerinin yüksek olması olarak sayılabilir (Ergül, 2008).

Bireyler serbest zamanlarında yaptıkları rekreasyon etkinliklerini kendi istekleri doğrultusunda seçtikleri için rekreasyonun bireye has bir özelliği olduğundan bahsedilebilir (Kılbaş, 2004).

Rekreatif faaliyetlere katılmayı teşvik eden sosyal ve ekonomik faktörleri şu başlıklar altında inceleyebiliriz (Yüksel, 2002).

- Ekonomik verimlilik ve çalışma koşullarındaki gelişmeler (boş zaman artışı)
- Harcanabilir gelirin artışı
- Şehirleşme ve nüfusun artış hareketliliği
- Teknoloji
- Kitle iletişim araçlarının etkisi



- Kültürel etki ve eğitim düzeyi
- evre bilinci ile değişen sağlık bilinci ve istekler
- Siyasi otorite ve diğer kuruluşların etkileri
- Eğlence hareketinin etkisi
- Doğal zenginliklerin etkisi
- Sosyal hareketliliği etkisi

Rekreasyon alışmaları eğitimi desteklediği, kültürel ve ekonomik kalkınmayı hızlandırdığı ve çalışma verimini arttırdığı için önemli, beden ve ruh sağlığının korunması ve onarılması, toplum için zararlı davranışların yerleşmemesi açısından da gerekli bir olgudur (zdağ, 1996).

Farklı alanlarda yapılan birçok çalışmalarda rekreatif faaliyetlerin kentlileşme sürecinde ve bireysel, toplumsal sağlığa çok fazla olumlu etkiler kattığı görülmüştür. Rekreasyonel etkinliklere katılımın bu olumlu katkılarına rağmen bireylerin değişik sebepler nedeniyle kendileri için oldukça önemli olan bu tür etkinliklere katılmadıkları ya da çeşitli engeller nedeniyle katılmadıkları görülmüştür. "Engel" kavramı boş zaman literatüründe "bireyin boş zamanlarında rekreasyonel etkinliklere katılımını engelleyen veya kısıtlayan ve birey tarafından karşılaşılan nedenleri ifade etmektedir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

İnsanlar ve boş zamanı değerlendirecek yer arasında bir bağ vardır. Bu nedenle konut darlığı ve doğadan uzaklaşma gibi sebepler boş zaman etkinliklerine katılımın önündeki bazı engelleri oluşturabileceği gibi bunun yanında, Őehir hayatının hızlı temposu ve kalabalık, teknoloji gibi nedenler de rekreasyonel etkinliklere katılımdaki engelleri meydana getirebilecek sebeplerden sadece birkaçıdır. Bu tip engeller insanların fazla enerjilerini kullanıp boşalamamalarına ve çeşitli yeteneklerini ortaya koyamamalarına neden olmaktadır. Bu ortamda, insan kendisini sürekli bir baskı ve stres altında hissetmekte, özellikle genç kesimdeki; daha fazla hareket etme, yenilik ve değişim ihtiyacı, çeşitli sıkıntı ve sorunlara sebep olmaktadır (Karaküçük, 2005).

## 2.6. Gençlik (Üniversite) ve Rekreasyon

Gençliğin bütün yönlerini kapsayan, herkes tarafından kabul edilebilir bir tanımını vermek oldukça güçtür. Gençlik kavramı, değişik toplumlarda ve dönemlerde farklı biçimlerde ele alınmıştır. Hatta aynı toplumun çeşitli kesimlerinde de farklı yaklaşımlar gözlenmektedir (Gökçe, 1983).

Tezcan (1994)'a göre gençlik, çocukluk döneminin bitimi olan ön ergenlik ve ergenlik gibi dönemleri içeren bir aşamadır ve çeşitli biçimlerde sınıflandırılabilir. Gençliğin serbest zamanlarını değerlendirme biçimleri bu sınıflandırmaya göre farklılaşmaktadır.

Gençlik dönemi, bireyin fiziksel ve duygusal durumundaki değişikliklerle başlayan, cinsel ve psiko-sosyal olgunluğu kazanması ile devam ederek, bireyin kişisel bağımsızlığını ve toplumsal üretkenliğini kazandığı bir dönemdir. Bu dönemde fiziksel ve sosyal değişikliklerin hızı birbirinden farklıdır. Gencin kişiliğinin gelişmesinde içinde bulunduğu aile ortamı kadar arkadaşlık ilişkileri, öğrenim yapılan çevrenin nitelik ve nicelik bakımından özellikleri ve katıldığı boş zaman faaliyetlerinin çeşidi ile bu faaliyetlere katılım şeklinin de büyük önemi bulunmaktadır (Ergül, 2008).

Gencin boş zamanlarını faydalı ve aktif olacak şekilde değerlendirmesi onun psikolojik açıdan dengeli olması, sağlam bir kişilik geliştirmesi ve kurduğu sosyal ilişkilerdeki olumluluk açısından önemli olmakla birlikte, toplumun gelişmesi ve kalkınması açısından da etkilidir. Gençlik kendi içinde genel nitelikleri itibarıyla değişik kategorilere ayrılmaktadır (köy gençliği, kent gençliği, okuyan gençlik, işsiz gençlik vb), Üniversite gençliği de bu kategorilerden birisini oluşturmaktadır. Gençlerin boş zamanlarını değerlendirme biçimleri, onlara sağlanan imkânlarla ve verilen fırsatlarla büyük oranda ilgilidir. Bu nedenle köy gençliğinin, kent gençliğinin, gecekondu gençliğinin ya da okuyan, çalışan, işsiz olan gençliğin serbest zamanlarını değerlendirme biçimleri de birbirinden farklıdır (Süzer, 2000).

Gençlerin serbest zamanlarının iyi bir biçimde değerlendirilmesi; gencin ruh sağlığının dengeli olması, sağlıklı bir kişilik geliştirmesi, olumlu toplumsal

ilişkiler kurabilmesi, duygusal canlılık ve enerji kazanması bakımından önemli bir konudur.

Değerlendirmeden geçen serbest zaman gençte sıkıntı yaratacak, bu sıkıntı ise onun ruh sağlığının en büyük düşmanı olacaktır. Gençler arasında olumsuz gruplaşmalar, uyuşturucu madde alışkanlıkları, suç eğilimleri ve teşebbüsleri genellikle serbest zamanın iyi bir biçimde değerlendirilmemesi sonucu meydana gelmektedir. Serbest zamanın gençler tarafından yapıcı bir biçimde değerlendirilmesi, kalkınmanın yaratıcı ve itici gücü olabilir. Serbest zamanı değerlendirme aracı ile üretime katkı sağlanabilir (Köknel, 1970).

Serbest zaman etkinliklerinin planlanmasında amaç, kişiliğin gelişmesi ve toplumun yarar sağlanması olmalıdır

Genel olarak bakıldığında 12–24 yaş gençliğinin serbest zamanları değerlendirme konusunda ihtiyaç ve sorunları aynı gibi görünmektedir. Ancak, serbest zamanda gerçekleştirilecek planlı veya plansız etkinliklerin ortaya konmasında, gencin yaşadığı kültür rol oynar (Yaman ve başk., 1998).

Temelde ihtiyaçlar aynı olmakla beraber bunların ortaya konması veya hangi ihtiyaçların daha çok önem kazandığı, gencin halen yaşadığı yer, öğrenci olup olmaması, ailesinin sosyo-ekonomik düzeyi gibi özelliklere bağlıdır (Nurettin, 1973).

Ortaöğretim ve üniversite gençliği üzerine yapılmış araştırmalarda da, gençliğin büyük bir çoğunluğunun boş zamanlarını nasıl geçireceklerini bilemedikleri ya da pasif etkinliklerle geçirdikleri, ancak imkân olması halinde de birçok aktif etkinliklere katılmaya istekli oldukları ortaya çıkmaktadır (Demir, 2003).

Üniversite öğrenimi, yıllar boyu devam edecek davranış biçimlerinin oluştuğu en önemli süreçtir. Bu süreçte elde edilecek her pozitif davranış bireyi mutluluğa taşımada bir adım daha ileriye götürecektir. Bu nedenlerle, boş zaman ve rekreasyon üniversite öğrencileri için akademik eğitimin bir parçası olarak yer almalı, öğrenciler rekreasyon kavramının ve boş zamanı değerlendirme eğitiminin kendi hayatlarındaki önemini tespit etmelidirler. Aslında, rekreasyon, bireyler için farklı bir dünya oluşturan ve karşılaşılan zorlukları yenmek için çeşitli deneyimler kazandıran faaliyetleri içerir. Kişilerin ilgi ve eğitimlerini belirlemeye yönelik sürekli çalışmalar yapmak, yaş, kalıtım, eğitim süreci gibi faktörler iyi bir rekreasyon programı için göz önünde bulundurmaya çok önemli görülmektedir. Çünkü serbest

zaman, yaşam içinde çocukluktan yaşlılığa kadar sürekli bireyle birlikte var olacak ve rekreasyon yaşamın her safhasında, insana psikolojik, sosyal ve fiziksel faydaları olacak deneyimler yükleyecektir (Karaküçük ve Ekenci, 1995). Bu nedenle rekreasyon temel eğitimin bir parçası olarak desteklenmesi gerekir. Ayrıca eğitimin ana unsuru olarak kabul edilmelidir.

Rekreasyon programı; serbest zaman felsefesi, planlama, yönetim, tesis, faaliyet ve işlevini içerir. Bu anlamda programlama bir sanat olarak, yetenek ve pratikle de birleştirilmelidir. Çünkü rekreasyon yönetim ve gözlemcilerin oynadığı önemli ve başarılı rollerle güçlenmektedir (Kraus, 1985).

Rekreasyon günümüzde gittikçe artan bir değer olarak görülmektedir. Üniversitelerdeki rekreasyon programlarının üniversite gençliği üzerinde çok ciddi bir rolü ve önemi vardır.

Rekreasyon faaliyeti okul yaşamının bir parçasıdır. Bugün zamanın büyük çoğunluğunu sınıflarda, laboratuvarlarda ya da çalışma masalarında geçiren her öğrencinin rekreatif etkinliklere katılım ihtiyacı vardır. Bu nedenle üniversitelerin faaliyet programları, rekreasyon ve dinlenme için fırsatlar sağlamalı, modern yaşamın ve okul çalışmalarının verdiği yoğunluğu öğrencinin üzerinden atmalıdır. Bunun için gerekli çaba, planlama ve programlama yapılmalıdır (Kılbaş, 2004).

### **3. MATERYAL VE YÖNTEM**

Bu bölümde, araştırmanın yöntemi, evren ve örnekleme, kullanılan veri toplama teknikleri ile verilerin analizi açıklanmıştır.

#### **3.1. Araştırmanın Yöntemi**

Araştırmada tarama yöntemi kullanılmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 2005).

Araştırma için ayrıca üniversitenin özel yetenek sınavıyla öğrenci alan beden eğitimi ve spor, müzik eğitimi ve resim-iş eğitimi bölümlerinde okuyan öğrencilere bir anket uygulanmıştır. Bu anket ile elde edilen verilerle araştırmanın problemine çözüm aranmıştır.

#### **3.2. Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini, 2009–2010 eğitim-öğretim yılında Gazi Üniversitesi'nde öğrenim gören ve özel yetenek sınavları ile öğrenci yerleştirilen bölümlerden; Beden Eğitimi ve Spor Bölümü (1205), Müzik Eğitimi Bölümü (216) ve Resim-İş Eğitimi Bölümü'nde (497) okuyan toplam 1918 öğrenci, örneklemine ise Beden Eğitimi ve Spor Bölümünden 221 öğrenci, Müzik Eğitimi bölümünden 116 öğrenci ve Resim-İş bölümünden 161 öğrenci olarak toplam 498 gönüllü katılımcı oluşturmuştur.

#### **3.3. Veri Toplama Teknikleri**

Bu çalışmanın verileri, araştırmacı tarafından üniversitenin özel yetenek sınavıyla öğrenci alan Beden Eğitimi ve Spor, Müzik Eğitimi ve Resim-İş Eğitimi bölümlerinde okuyan öğrencilere uygulanan ölçek yoluyla toplanmıştır.

Ölçek araştırmacı tarafından 600 öğrenciye okullarında uygulanmıştır. Geriye dönen 510 ölçek tekrar kontrol edilerek hatalı doldurulan 22 anket değerlendirme dışı bırakılarak, 498 ölçek değerlendirmeye alınmıştır.

Bu araştırmada kişisel bilgi formu, “Boş Zaman Engelleri Ölçeği”, olmak üzere iki ayrı form kullanılmıştır.

### **3.4. Boş Zaman Engelleri Ölçeği**

Araştırmada, Gürbüz ve Karaküçük (2008) tarafından geliştirilen üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklerine katılmalarına engel teşkil edebilecek unsurları değerlendiren “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” kullanılmıştır.

Rekreasyonel faaliyetlere katılımı engelleyen faktörleri deđerlendiren 27 maddelik bir ölçek yer almaktadır. 4’lü Likert Tipi dereceleme ölçeđi kullanılmıřtır. Her bir soru için 1: “Kesinlikle Önemsiz”, 2: “Önemsiz”, 3: “Önemli”, 4: “Çok Önemli”, sečenekleri sunulmuř ve arařtırma grubundan görüşlerine en uygun sečeneyeđi iřaretlemeleri istenmiřtir.

Boş Zaman Engelleri Ölçeği 6 alt boyut altında toplanmaktadır. Birinci alt boyut (birey psikolojisi) 1., 2.,3. ve 4. maddelerden, ikinci alt boyut (bilgi eksikliği) 5., 6., 7., 8. ve 9. maddelerden, üçüncü alt boyut (tesisler/hizmet) 10., 11., 12., 13., 14., 15., 16. ve 17. maddelerden, dördüncü alt boyut (arkadaş eksikliği) 18., 19. ve 20. maddelerden, beşinci alt boyut (zaman) 21., 22., 23. ve 24. maddelerden ve altıncı alt boyut (ilgi eksikliği) 25., 26. ve 27. maddelerden oluşmaktadır.

Ölçeğin güvenirliliğini test etmek için hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 303 üniversite öğrencisi için alt boyutlarda 0.67 (zaman) ile 0.82 (bilgi eksikliği) arasında bulunmuştur. Bununla birlikte, toplam ölçek iç tutarlılık katsayısı ise 0.84 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, Boş Zaman Engelleri Ölçeği’nin Türk üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılımlarında ya da katılmamalarında (katılmayanlar için) bir engel oluşturmasına etken olan faktörleri değerlendirmek için geçerli ve güvenilir olduğunu söylemek mümkündür.

**Tablo 1. Bireylerin Alt Boyutlara ve Anketin Geneline İlişkin Geçerlilik-Güvenilirlik Sonuçları**

Alt Boyut	Cronbach alfa
Birey Psikolojisi	0,758
Bilgi Eksikliği	0,700
Tesisler/Hizmet	0,801
Arkadaş Eksikliği	0,695
Zaman	0,749
İlgi Eksikliği	0,818
Anketin Geneli	0,750

Toplam 498 katılımcıdan elde edilen genel güvenilirlik katsayısı 0.750 olarak elde edilmiştir. Tezbaşaran(1997), likert tipi bir ölçekte yeterli sayılabilecek bir güvenilirlik katsayısının olabildiğince 1'e yakın olması gerektiğini ifade etmektedir. Bu sonuçlara göre ölçeğin güvenilirlik seviyesinin oldukça iyi olduğu söylenebilir. Alt boyutlar için de güvenilirlik seviyesinin iyi olduğu görülmektedir. Ayrıca hem genel değerlendirmede hem de alt boyutlar bazında tek tek her bir sorunun güvenilirliğe katkısı incelenmiş ve anketteki her bir sorunun gerekli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Araştırmanın amacında yer alan alt problemlere uygun olarak toplanan veriler online ortamda bir veri tabanı tarafından kontrol edilmiş ve elektronik ortamda kayıt altına alınmıştır. Kaydedilen verilerin çözümlemesinde ise “SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 13.0” istatistik paket program kullanılmıştır.

Üniversite öğrencileri ile ilgili demografik bilgilerin değerlendirilmesinde frekans (f) ve yüzde (%) dağılımları hesaplanmıştır. Araştırmada kullanılan anketin 6 alt boyutunda Üniversite öğrencilerinin cinsiyet durumlarına göre, verdikleri

cevapların değerlendirilmesinde bağımsız gruplarda t-test analizi uygulanmıştır. Ayrıca sınıf, bölüm, refah seviyeleri ve boş zamanlarını değerlendirmede çektikleri güçlük durumlarına göre ankete verdikleri cevapların değerlendirilmesinde ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Gruplar arası farklılıkları belirlemek için Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır.



#### 4. BULGULAR

Bu bölümde araştırma kapsamına giren beden eğitimi ve spor, müzik eğitimi ve resim-iş eğitimi alan öğrencilerden elde edilen veriler analiz edilmiştir.

**Tablo 2. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Yüzde Frekansın Dağılımları**

Cinsiyet	Sayı	Yüzde (%)
Bayan	247	49,6
Erkek	251	50,4
<b>Toplam</b>	<b>498</b>	<b>100,0</b>

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin %49,6'sı bayan, %50,4'ü ise erkektir.

**Tablo 3. Üniversite Öğrencilerinin Bölüm Değişkenine Göre Yüzde Frekans Dağılımları**

Bölüm	Sayı	Yüzde (%)
Müzik Eğitimi	116	23.3
Resim-İş Eğitimi	161	32.3
Beden Eğitimi ve Spor	221	44.4
<b>Toplam</b>	<b>498</b>	<b>100.0</b>

Tablo 3 incelendiğinde, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin %23.3'ü müzik eğitimi bölümünde, %32.3'ü resim eğitimi bölümünde, %44.4'ü ise beden eğitimi bölümünde öğrenci oldukları tespit edilmiştir.

**Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Değişkenine Göre Yüzde Frekans Dağılımları**

Sınıf	Sayı	Yüzde (%)
Sınıf 1	139	27.9
Sınıf 2	133	26.7
Sınıf 3	131	26.3
Sınıf 4	95	19.1
<b>Toplam</b>	<b>498</b>	<b>100.0</b>

Tablo 4 incelendiğinde, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin %27.9'u 1.sınıfta, %26.7'si 2. sınıfta, %26.3'ü 3.sınıfta ve %19.1'i ise 4.sınıftadır.

**Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Refah Düzeyi Değişkenine Göre Yüzde Frekans Dağılımları**

Refah Düzeyi	Sayı	Yüzde (%)
Çok Kötü	7	1.4
Kötü	48	9.6
Normal	236	47.4
İyi	162	32.5
Çok İyi	45	9
<b>Toplam</b>	<b>498</b>	<b>100.0</b>

Tablo 5'deki verilere göre, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin %1.4'ü refah düzeyi olarak çok kötü, %9.6'sı kötü, %47.4'ü normal, %32.5'i iyi ve %9'u ise çok iyi durumda oldukları tespit edilmiştir..

**Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirmede Çektikleri Güçlük Değişkenine Göre Yüzde Frekans Dağılımları**

Güçlük Çekme Durumu	Sayı	Yüzde (%)
Her zaman	39	7.8
Bazen	298	59.8
Hiçbir zaman	161	32.3
<b>Toplam</b>	<b>498</b>	<b>100.0</b>

Tablo 6 incelendiğinde araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirmede çektikleri zorluklara göre %7.8'i her zaman zorlukla karşılaştığını, %59.8'i bazen zorlukla karşılaştığını ve %32.3'ü ise hiçbir zaman zorlukla karşılaşmadığını belirtmiştir.

**Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri Ve T-Testi Sonuçları**

Alt Boyut	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	t	p
<b>Birey Psikolojisi</b>	Bayan	247	2.86	0.49	0.912	0.362
	Erkek	251	2.81	0.52		
<b>Bilgi Eksikliği</b>	Bayan	247	2.84	0.54	2.179	<b>0.030*</b>
	Erkek	251	2.73	0.55		
<b>Tesisler/ Hizmet</b>	Bayan	247	2.90	0.41	0.296	0.738
	Erkek	251	2.89	0.41		
<b>Arkadaş Eksikliği</b>	Bayan	247	2.48	0.64	0.364	0.724
	Erkek	251	2.46	0.60		
<b>Zaman</b>	Bayan	247	2.79	0.45	1.244	0.214
	Erkek	251	2.74	0.41		
<b>İlgi Eksikliği</b>	Bayan	247	2.61	0.74	1.323	0.187
	Erkek	251	2.53	0.70		

Tablo 7'de üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre alt boyutlara ilişkin sonuçları incelendiğinde, “bilgi eksikliği” [ $t_{(498)}=2.179$ ;  $p<0.05$ ] alt boyutuna ilişkin puanlarının “cinsiyet”e göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ve farklılığın “bayan” öğrencilerden kaynaklandığı, “birey psikolojisi” [ $t_{(498)}= 0.912$ ;  $p>0.05$ ],

“tesisler/hizmet” [ $t_{(498)}= 0.296$ ;  $p>0.05$ ], “arkadaş eksikliği” [ $t_{(498)}=0.364$ ;  $p>0.05$ ], “zaman” [ $t_{(498)}=1.244$ ;  $p>0.05$ ] ve “ilgi eksikliği” [ $t_{(498)}=1.323$ ;  $p>0.05$ ] alt boyutlarına ilişkin puanlarının ise “cinsiyet”e göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre alt boyutlara ilişkin t-Testi sonuçlarında bayan ve erkek grupları arasında sadece bilgi eksikliği alt boyut puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu ve farklılığın bayarlardan kaynaklandığı (t değeri=2.179, p değeri=0.030) söylenebilir. Diğer alt boyutlar için bayan ve erkek grupları arasında istatistiksel bir farklılık gözlenmemiştir. Erkeklerin bilgi eksikliği alt boyutunda bayarlara göre daha farklı düşündükleri, cinsiyete göre alt boyut ortalamaları incelendiğinde ise bayarlarn erkeklere göre birey psikolojisi alt boyutuna daha fazla katıldıkları ya da bu ölçekteki soruları daha fazla benimsedikleri söylenebilir.

**Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Bölüm Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri ve ANOVA testi Sonuçları**

Alt Boyut	Bölüm	n	$\bar{X}$	SS	Sd	F	p	Fark-Tukey
<b>Birey Psikolojisi</b>	Müzik Eğitimi	116	2.74	0.53	2; 495	7.772	0.000*	<b>1-3</b>
	Resim Eğitimi	161	2.77	0.50				
	Beden Eğitimi ve Spor	221	2.93	0.47				
<b>Bilgi Eksikliği</b>	Müzik Eğitimi	116	2.89	0.53	2; 495	2.920	0.055	
	Resim Eğitimi	161	2.73	0.54				
	Beden Eğitimi ve Spor	221	2.77	0.56				
<b>Tesisler/ Hizmet</b>	Müzik Eğitimi	116	2.88	0.39	2; 495	2.928	0.054	
	Resim Eğitimi	161	2.85	0.40				
	Beden Eğitimi ve Spor	221	2.95	0.42				
<b>Arkadaş Eksikliği</b>	Müzik Eğitimi	116	2.35	0.68	2; 495	5.270	0.005*	<b>1-3</b>
	Resim Eğitimi	161	2.43	0.58				
	Beden Eğitimi ve Spor	221	2.57	0.60				
<b>Zaman</b>	Müzik Eğitimi	116	2.77	0.44	2; 495	0.200	0.819	
	Resim Eğitimi	161	2.78	0.40				
	Beden Eğitimi ve Spor	221	2.75	0.45				
<b>İlgi Eksikliği</b>	Müzik Eğitimi	116	2.87	0.75	2; 495	21.163	0.000*	<b>1-2 1-3 2-3</b>
	Resim Eğitimi	161	2.63	0.73				
	Beden Eğitimi ve Spor	221	2.37	0.62				

Tablo 8’de üniversite öğrencilerinin bölüm değişkenine göre alt boyutlara ilişkin analizi (ANOVA) sonuçları incelendiğinde, “birey psikolojisi” alt boyutuna ilişkin puanları bölümlerine göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir [ $F_{(2;495)} = 7.772$ ;  $p < 0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, müzik eğitimi bölümündeki öğrencilerin puanları ( $\bar{X} = 2.74$ ) ile

beden eğitimi bölümündeki öğrencilerin ( $\bar{X}=2.93$ ) puanları arasında anlamlı farklılık olduğu ve beden eğitimi bölümündeki öğrencilerin müzik eğitimi ve resim eğitimi bölümündeki öğrencilere göre “birey psikolojisi” alt boyutuna ilişkin puanlarının bu iki gruptan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin “arkadaş eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanları bölümlerine göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir [ $F_{(2,495)}= 5.270$ ;  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, müzik eğitimi bölümündeki öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.35$ ) ile beden eğitimi bölümündeki öğrencilerin ( $\bar{X}=2.57$ ) puanları arasında anlamlı farklılık olduğu ve beden eğitimi bölümündeki öğrencilerin müzik eğitimi ve resim eğitimi bölümündeki öğrencilere göre “arkadaş eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanlarının bu iki gruptan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin “ilgi eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanları bölümlerine göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir [ $F_{(2,495)}= 21.163$ ;  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, müzik eğitimi bölümündeki öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.87$ ), resim eğitimindeki öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.63$ ) ve beden eğitimi bölümündeki öğrencilerin ( $\bar{X}=2.37$ ) puanları arasında yani 3 grubun da ikili ikili kendi arasına anlamlı farklılık olduğu ve müzik eğitimi bölümündeki öğrencilerin resim eğitimi ve beden eğitimi bölümündeki öğrencilere göre “ilgi eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanlarının bu iki gruptan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin “bilgi eksikliği” [ $F_{(2,495)}=2.920$ ;  $p>0.05$ ], “tesisler/hizmet” [ $F_{(2,495)}=2.928$ ;  $p>0.05$ ] ve “zaman” [ $F_{(2,495)}=0.200$ ;  $p>0.05$ ] alt boyutlarına ilişkin puanları arasında bölümlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Yani bu alt boyutlar açısından bölümler arasında görüş farklılıkları bulunmamaktadır.

**Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri ve ANOVA testi Sonuçları**

Alt Boyut	Sınıf	n	$\bar{X}$	SS	Sd	F	p	Fark-Tukey
<b>Birey Psikolojisi</b>	Sınıf 1	139	2.86	0.48	3; 494	0.874	0.454	
	Sınıf 2	133	2.82	0.54				
	Sınıf 3	131	2.87	0.47				
	Sınıf 4	95	2.77	0.52				
<b>Bilgi Eksikliği</b>	Sınıf 1	139	2.77	0.55	3; 494	0.560	0.642	
	Sınıf 2	133	2.81	0.53				
	Sınıf 3	131	2.75	0.60				
	Sınıf 4	95	2.83	0.49				
<b>Tesisler/ Hizmet</b>	Sınıf 1	139	2.89	0.42	3; 494	0.228	0.877	
	Sınıf 2	133	2.92	0.40				
	Sınıf 3	131	2.88	0.39				
	Sınıf 4	95	2.90	0.42				
<b>Arkadaş Eksikliği</b>	Sınıf 1	139	2.46	0.58	3; 494	0.944	0.419	
	Sınıf 2	133	2.44	0.58				
	Sınıf 3	131	2.55	0.69				
	Sınıf 4	95	2.44	0.61				
<b>Zaman</b>	Sınıf 1	139	2.70	0.43	3; 494	2.076	0.103	
	Sınıf 2	133	2.76	0.45				
	Sınıf 3	131	2.83	0.40				
	Sınıf 4	95	2.78	0.44				
<b>İlgi Eksikliği</b>	Sınıf 1	139	2.54	0.74	3; 494	0.407	0.748	
	Sınıf 2	133	2.62	0.71				
	Sınıf 3	131	2.58	0.70				
	Sınıf 4	95	2.54	0.73				

Araştırma grubunun öğrenim gördüğü sınıflarına göre alt boyutlara ilişkin ANOVA testi sonuçlarına göre, hiçbir alt boyutta sınıflar arasında farklılık gözlenmemiştir. “birey psikolojisi” [ $F_{(3;494)}= 0.874$ ;  $p>0.05$ ], “bilgi eksikliği” [ $F_{(3;494)}= 0.560$ ;  $p>0.05$ ], “tesisler/hizmet” [ $F_{(3;494)}= 0.228$ ;  $p>0.05$ ], “arkadaş eksikliği” [ $F_{(3;494)}=0.944$ ;  $p>0.05$ ], “zaman” [ $F_{(3;494)}=2.076$ ;  $p>0.05$ ] ve “ilgi eksikliği” [ $F_{(3;494)}=0.407$ ;  $p>0.05$ ] alt boyutlarına ilişkin puanlarının sınıflara göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Öğrencilerin sınıf alt boyutlardaki fikirleri arasında istatistiksel fark yoktur, sınıflardaki bireyler hemen hemen aynı görüşe sahiptirler.



**Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Refah Düzeyi Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri ve ANOVA testi Sonuçları**

Alt Boyut	Refah Seviyesi	n	$\bar{X}$	SS	Sd	F	p	Fark-Tukey
<b>Birey Psikolojisi</b>	Çok kötü	7	2.71	0.56	4; 493	4.879	0.001*	<b>2-5</b>
	Kötü	48	2.67	0.53				
	Normal	236	2.78	0.48				
	İyi	162	2.92	0.49				
	Çok iyi	45	3.03	0.57				
<b>Bilgi Eksikliği</b>	Çok kötü	7	2.91	0.53	4; 493	1.163	0.326	
	Kötü	48	2.93	0.64				
	Normal	236	2.78	0.55				
	İyi	162	2.75	0.51				
	Çok iyi	45	2.80	0.55				
<b>Tesisler/ Hizmet</b>	Çok kötü	7	2.82	0.41	4; 493	2.114	0.095	
	Kötü	48	2.79	0.49				
	Normal	236	2.93	0.40				
	İyi	162	2.86	0.37				
	Çok iyi	45	3.01	0.48				
<b>Arkadaş Eksikliği</b>	Çok kötü	7	1.95	0.78	4; 493	1.830	0.122	
	Kötü	48	2.36	0.64				
	Normal	236	2.48	0.59				
	İyi	162	2.51	0.60				
	Çok iyi	45	2.51	0.74				
<b>Zaman</b>	Çok kötü	7	2.78	0.30	4; 493	0.657	0.622	
	Kötü	48	2.68	0.51				
	Normal	236	2.79	0.40				
	İyi	162	2.76	0.44				
	Çok iyi	45	2.77	0.47				
<b>İlgi Eksikliği</b>	Çok kötü	7	2.71	1.09	4; 493	3.247	0.012*	<b>2-5</b>
	Kötü	48	2.75	0.83				
	Normal	236	2.51	0.66				
	İyi	162	2.66	0.74				
	Çok iyi	45	2.32	0.67				

Üniversite öğrencilerinin refah seviyelerine göre alt boyutlara ilişkin ANOVA testi sonuçlarına göre, “birey psikolojisi” alt boyutuna ilişkin puanları refah seviyelerine göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir [ $F_{(4,493)}=4.879$ ;  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, refah seviyesi kötü olan öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.67$ ) ile çok iyi olan öğrencilerin ( $\bar{X}=3.03$ ) puanları arasında anlamlı farklılık olduğu ve refah seviyesi çok iyi olan öğrencilerin diğer gruplardaki öğrencilere göre “birey psikolojisi” alt boyutuna ilişkin puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin “ilgi eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanları refah seviyelerine göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir [ $F_{(4,493)}=3.247$ ;  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, refah seviyesi kötü olan öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.75$ ) ile çok iyi olan öğrencilerin ( $\bar{X}=2.32$ ) puanları arasında anlamlı farklılık olduğu ve refah seviyesi kötü olan öğrencilerin diğer gruplardaki öğrencilere göre “ilgi eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin “bilgi eksikliği” [ $F_{(4,493)}=1.163$ ;  $p>0.05$ ], “tesisler/hizmet” [ $F_{(4,493)}=2.114$ ;  $p>0.05$ ], “arkadaş eksikliği” [ $F_{(4,493)}=1.830$ ;  $p>0.05$ ] ve “zaman” [ $F_{(2,495)}=0.657$ ;  $p>0.05$ ] alt boyutlarına ilişkin puanları arasında refah seviyelerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Yani bu alt boyutlar açısından refah seviyeleri arasında görüş farklılıkları bulunmamaktadır.

**Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirmedeki Çektiği Güçlük Değişkenine Göre Alt Boyutlara İlişkin Temel İstatistikleri ve ANOVA testi Sonuçları**

Alt Boyut	Güçlük Sıklığı	n	$\bar{X}$	SS	Sd	F	p	Fark-Tukey
<b>Birey Psikolojisi</b>	Her Zaman	39	3.03	0.51	2; 495	4.118	0.017*	1-3
	Bazen	298	2.84	0.49				
	Hiçbir Zaman	161	2.77	0.52				
<b>Bilgi Eksikliği</b>	Her Zaman	39	2.96	0.48	2; 495	2.487	0.095	
	Bazen	298	2.80	0.54				
	Hiçbir Zaman	161	2.72	0.56				
<b>Tesisler/ Hizmet</b>	Her Zaman	39	2.95	0.35	2; 495	0.588	0.556	
	Bazen	298	2.89	0.40				
	Hiçbir Zaman	161	2.91	0.44				
<b>Arkadaş Eksikliği</b>	Her Zaman	39	2.76	0.48	2; 495	6.864	0.001*	1-2
	Bazen	298	2.49	0.61				1-3
	Hiçbir Zaman	161	2.36	0.64				
<b>Zaman</b>	Her Zaman	39	2.87	0.43	2; 495	2.283	0.103	
	Bazen	298	2.78	0.43				
	Hiçbir Zaman	161	2.72	0.43				
<b>İlgi Eksikliği</b>	Her Zaman	39	2.89	0.84	2; 495	12.866	0.000*	1-3
	Bazen	298	2.64	0.71				2-3
	Hiçbir Zaman	161	2.36	0.64				

Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirmedeki çektiği güçlüğü göre alt boyutlara ilişkin ANOVA testi sonuçları incelendiğinde, “birey psikolojisi” alt boyutuna ilişkin puanları çektiği güçlüğü göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir [ $F_{(2;495)}=4.118$ ;  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, boş zamanını değerlendirmede hiçbir zaman

güçlük çekmeyen öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.77$ ) ile her zaman güçlük çeken öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=3.03$ ) arasında anlamlı farklılık olduğu ve hiçbir zaman güçlük çekmeyen öğrencilerin diğer gruplardaki öğrencilere göre “birey psikolojisi” alt boyutuna ilişkin puanlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin “arkadaş eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanları çektiği güçlüğe göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir [ $F_{(2,495)}=6.864$ ;  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, boş zamanını değerlendirmedi her zaman güçlük çeken öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.76$ ) ile bazen güçlük çeken öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.49$ ) ve hiçbir zaman güçlük çekmeyen öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.36$ ) arasında anlamlı farklılık olduğu ve hiçbir zaman güçlük çekmeyen öğrencilerin diğer gruplardaki öğrencilere göre “arkadaş eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin “ilgi eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanları çektiği güçlüğe göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir [ $F_{(2,495)}=12.866$ ;  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, boş zamanını değerlendirmedi hiçbir zaman güçlük çekmeyen öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.36$ ) ile bazen güçlük çeken öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.64$ ) ve her zaman güçlük çeken öğrencilerin puanları ( $\bar{X}=2.89$ ) arasında anlamlı farklılık olduğu ve hiçbir zaman güçlük çekmeyen öğrencilerin diğer gruplardaki öğrencilere göre “ilgi eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre, öğrencilerin “bilgi eksikliği” [ $F_{(2,495)}=2.487$ ;  $p>0.05$ ], “tesisler/hizmet” [ $F_{(2,495)}=0.588$ ;  $p>0.05$ ] ve “zaman” [ $F_{(2,495)}=2.283$ ;  $p>0.05$ ] alt boyutlarına ilişkin puanları arasında çektiği güçlüğe göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Yani bu alt boyutlar açısından boş zaman değerlendirmedi ki çektiği güçlük arasında görüş farklılıkları bulunmamaktadır.

## 5. TARTIŞMA SONUÇ

Araştırmaya katılan öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmede güçlük durumuna bakıldığında genel anlamıyla güçlük çektikleri görülmektedir. Karaküçük ve Gürbüz (2007) yapmış olduğu araştırmada katılımcıların büyük oranının sahip olduğu boş zaman süresinin yetersiz olduğu ve bu konuda güçlük çektiği görülmüştür. Karaküçük ve Gürbüz'ün (2007) yapmış olduğu çalışma, araştırmamız sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmede güçlük çekmesinde nedenin derslerin yoğun olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre t testi sonuçlarından bayan ve erkek grupları arasında sadece bilgi eksikliği alt boyut puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu ve farklılığın bayarlardan kaynaklandığı (t değeri=2.179, p değeri=0.030) tespit edilmiştir. Diğer alt boyutlar için bayan ve erkek grupları arasında istatistiksel bir farklılık gözlenmemiştir. Erkek öğrencilerin bilgi eksikliği alt boyutunda bayan öğrencilere göre daha farklı düşündükleri, cinsiyete göre alt boyut ortalamaları incelendiğinde ise bayanların erkeklere göre birey psikolojisi alt boyutuna daha fazla katıldıkları ya da bu ölçekteki soruları daha fazla benimsedikleri söylenebilir.

Karaküçük ve Gürbüz (2007) öğretim elemanlarına yönelik yapmış oldukları araştırmada “boş zaman engelleri ölçeğinin” zaman, bilgi eksikliği ve para alt boyutunda cinsiyete göre farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılığın bayarlardan kaynaklandığını ve bayan öğretim elemanlarının etkinliklere katılımında erkek öğretim elemanlarına göre daha çok etkilendiklerini görülmüştür. Balcı (2003) yaptığı araştırmada üniversitede okuyan kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre rekreasyonel faaliyetlere aktif katılımlı etkinliklere daha az yöneldikleri tespit edilmiştir. Ergül'ün (2008) yapmış olduğu araştırmada Öğrencilerin sportif rekreasyon etkinliklere katılımları cinsiyet değişkenine göre spor yapma durumları incelendiğinde erkek öğrencilerin bayan öğrencilere göre spor yapmaya daha eğilimli oldukları görülmüştür. Karaküçük ve Gürbüz (2007), Balcı (2003) ve Ergül'ün (2008) yapmış olduğu araştırmalar yaptığımız çalışma ile farklı sonuçlar ortaya koymuştur.

Alexandris ve Carroll (1997) yapmış oldukları çalışmada cinsiyetin rekreasyonel ve sportif faaliyetlere katılımında etkisi olduğunu ortaya koymuşlardır. Culp (1998) cinsiyetin sosyal etkinin önemli bir parçası olduğu ve bireylerin boş zaman faaliyetlerini sınırlayan önemli bir unsur olduğunu belirtmiştir. Moccia (2000)'ya göre cinsiyet boş zaman faaliyetlerini tercih etmede önemli bir rol oynamaktadır. Pulur'un (2003) yapmış olduğu araştırmada ise yurtlarda kalan kız öğrencilerin sportif faaliyetlere aktif olarak katılma isteklerinin (%84) erkek öğrencilerden (%72) daha fazla olduğu görülmüştür.

Demirel ve Harmandar'ın (2009) yapmış oldukları araştırmada üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılmalarına engel olabilecek faktörlerde üniversite durumlarına göre sosyal ortam, bilgi eksikliği, ilgi eksikliği ve arkadaş eksikliği gibi alt boyutlarında farklılık göstermektedir. Demirel ve Harmandar'ın (2009) yapmış oldukları araştırma yaptığımız araştırmayla paralellik göstermektedir (Tablo 8).

Yapmış olduğumuz araştırmada birey psikolojisi alt boyutunda müzik eğitimi bölümündeki öğrencilerin beden eğitimi ve spor bölümündeki öğrencilere göre puanlarının yüksek çıkması manidardır. Beden eğitimi ve spor bölümündeki öğrencilerin eğitimleri gereği daha sosyal bir ortamda olmalarına rağmen müzik eğitimi bölümündeki öğrencilere göre birey psikolojisi alt boyutunun puanlarının düşük çıkması düşündürücüdür. Arkadaş eksikliği alt boyutunda müzik eğitimi bölümündeki öğrencilerin beden eğitimi ve spor bölümündeki öğrencilere göre daha yüksek çıkması normal bir sonuçtur. Beden eğitimi ve spor bölümündeki öğrencilerin ders içeriklerinde sportif etkinlikler ve uygulamalı spor dersler olduğu için arkadaş edinmede daha az sorun yaşadıkları düşünülebilir. İlgi eksikliği alt boyutunda beden eğitimi ve spor bölümündeki öğrencilerin müzik eğitimi bölümündeki öğrencilere göre daha düşük çıkması da olağan bir sonuçtur. Beden eğitimi ve spor bölümündeki öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirme faaliyeti olarak rekreasyonel ve sportif organizasyonlara katılma isteği daha yüksektir.

Öğrencilerinin sınıflarına göre alt boyutlara ilişkin ANOVA testi sonuçlarına göre hiçbir alt boyutta sınıflar arasında farklılık gözlenmemiştir (Tablo 9). Öğrencilerin sınıf alt boyutlardaki fikirleri arasında istatistiksel fark yoktur,

sınıflardaki bireyler hemen hemen aynı görüşe sahiptirler. Öğrencilerin sınıf değişkenine göre bir farklılığın çıkmaması 1. ve 2. sınıf öğrencilerin toplamı %54.6 oluşturmasından ve bu öğrencilerin daha homojen olma durumları olabileceğinden kaynaklanıyor olabilir.

Üniversite öğrencilerinin refah seviyeleri alt boyutlara ilişkin ANOVA testi sonuçlarına göre, “birey psikolojisi” alt boyutuna ilişkin puanları refah seviyelerine göre anlamlı bir farklılık olduğu, bu farklılıkların refah seviyesi çok iyi olan öğrencilerin diğer gruplardaki öğrencilere göre “birey psikolojisi” alt boyutuna ilişkin puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin “ilgi eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanları refah seviyelerine göre de anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın ise, refah seviyesi kötü olan öğrencilerin diğer gruplardaki öğrencilere göre puanların daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin “bilgi eksikliği”, “tesisler/hizmet”, “arkadaş eksikliği” ve “zaman” alt boyutlarına ilişkin puanları arasında refah seviyelerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Yani bu alt boyutlar açısından refah seviyeleri arasında görüş farklılıkları bulunmamaktadır (Tablo 10).

Karaküçük ve Gürbüz (2007) öğretim elemanlarına yönelik yapmış oldukları araştırmada çıkan sonuç refah düzeyi artıkça etkinliklere katılmada para faktöründen daha az etkilendikleri görülmüştür. Torkildens ve Hawkins, Peng, Hsieh ve Eklund’un ekonomik gelir düzeyi rekreasyonel aktivitelere katılım için önemli bir belirleyicidir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Para faktörünün rekreasyonel etkinliklere katılımı üzerindeki etkisi göz önüne alındığında çalışmalardan elde edilen sonuçlar, refah düzeyinin yüksek olduğu katılımcıların refah düzeyinin düşük olduğunu ifade eden katılımcılara göre daha az etkilendiği tespit edilmiştir, çıkan sonuçlar araştırmamızın sonuçlarıyla paralellik göstermiştir. Gelir düzeyi rekreasyonel etkinliklere katılmada ilk üç sırada yer alan bir faktördür (Burton ve başk., 2003 ve Jackson, 1993). Yapılan araştırmalar ve yaptığımız araştırma göstermektedir ki bireylerin rekreasyonel etkinliklere katılmalarında refah düzeyleri önemli bir faktördür.

Öğrencilerin “birey psikolojisi”, “arkadaş eksikliği” ve “ilgi eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanları boş zamanlarını değerlendirmedeki çektiği güçlüğü göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir. Boş zamanlarını değerlendirmede hiçbir zaman güçlük çekmeyen öğrencilerin diğer gruplardaki öğrencilere göre “birey psikolojisi”, “arkadaş eksikliği” ve “ilgi eksikliği” alt boyutuna ilişkin puanlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Diğer taraftan öğrencilerin “bilgi eksikliği”, “tesisler/hizmet” ve “zaman” alt boyutlarına ilişkin puanları arasında boş zamanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Yani bu alt boyutlar açısından boş zaman değerlendirme arasında görüş farklılıkları bulunmamaktadır (Tablo 11).

Araştırma sonuçları incelendiğinde, boş zamanları değerlendirmede güçlük çekmediğini ifade eden öğrencilerin bireysel psikoloji alt boyutunda puanlarının yüksek çıkması, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutunda düşük çıkması boş zamanları değerlendirmede güçlük çekmeyen öğrencilerin güçlük çeken öğrencilere göre rekreasyonel etkinliklere katılımında daha istekli oldukları arkadaş ve ilgi problemi yaşamadıkları söylenebilir. Karaküçük ve Gürbüz (2007)’ün yapmış olduğu araştırmada katılımcıların %51.3’ünün boş zamanları değerlendirmede “bazen” güçlük çektiği %36.5’inin “hiçbir zaman” güçlük çekmediği ve %12.2’sinin ise boş zamanlarını değerlendirmede “her zaman” güçlük çektiği tespit edilmiştir araştırmanın sonuçları yapmış olduğumuz çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Günümüzde rekreasyon, artık öğrenim sürecinin önemli bir kısmını oluşturmaktadır. Her çeşit rekreasyon etkinliklerinin teknolojik ve eğitimsel gelişmelere paralel olarak okul eğitim programlarının içinde yer almaya başlayacağı tahmin edilmektedir. Rekreatif etkinlikler eğitim içerisinde önemli bir kaynak oluşturmaktadır. Rekreasyon eğitiminin, öncelikle ilk ve orta eğitimde verilmesi gerekliliği daha uygun görülmektedir ve aile eğitiminden sonra ikinci basamağı oluşturmaktadır. Ülkemizdeki okullarda böyle bir eğitimin varlığından söz etmek zordur. Üniversitelerdeki eğitim öğretim programları için de benzer şeyler söylemek mümkündür. Ancak üniversitelerin beden eğitimi ve spor yüksekokulları ve bölümleri kısmen bunun dışında tutulabilir. Bununla birlikte adı geçen okulların rekreasyon eğitimi vermeleri ile rekreasyon lideri ve yöneticisi yetiştirilmesi amacını



gözettileri söylenebilir. Fakat özellikle ülkemizde eğitim veren ve rekreasyon eğitimi ile ilgisi olduğu düşünülen bazı fakültelerin rekreasyon eğitimi konusunda yaklaşımları ve programları da incelendiğinde rekreasyon eğitimine yönelik herhangi bir programın uygulanmadığı görülmektedir. Toplumun her kesiminde yaşayan insanlar için boş zamanlarını geçirebilecekleri, yaratıcılıklarını kullanabilecekleri, kendilerini ifade edebilecekleri etkinliklere gereksinim vardır. Bu türden etkinliklerin organizasyonun yapılması yanında, farklı etkinliklerin yönetimi ve liderliği için rekreasyon eğitimi amaçlı ders adları ve içeriklerinin oluşturulması gereklidir (Balcı, 2003).

Sonuç olarak; genel anlamıyla öğrencilerin cinsiyet ve sınıf değişkenlerine göre boş zamanları değerlendirmede bir farklılığın gözükmediği, bölüm değişkenlerine göre beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerinin resim ve müzik eğitimi bölümü öğrencilerine göre boş zamanlarını değerlendirmede daha az güçlük çektiği, öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmedeki çektiği güçlük değişkenine göre ise, boş zamanlarını değerlendirmede güçlük çektiğini söyleyen öğrencilerin birey psikolojisi alt boyutunda sıkıntı yaşadıkları, boş zamanlarını değerlendirmede engel yaşamayan öğrencilerin ise boş zamanları değerlendirmeye ilgili yapılan faaliyetlerde daha başarılı oldukları tespit edilmiştir.

## 6. ÖNERİLER

Araştırmanın sonuçlarına göre aşağıdaki öneriler sunulmuştur.

- Üniversite kampüsündeki rekreasyonel alanların sayısının artırılması ve kullanım koşullarının iyileştirilmesi,
- Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlerle ilgili bilgi ve ilgilerinin artırılması yönünde çalışmaların yapılması,
- Üniversite kampüsündeki rekreasyonel alanların ve tesislerin ücret politikasının, öğrencilerin refah düzeylerine göre düzenlenmesi,
- Müfredat programlarına rekreasyon eğitimlerine yönelik derslerin konulması,
- Özel yetenek sınavı ile üniversite okuyan ve okumayan öğrencilerin karşılaştırılması,
- Farklı denek gruplarının araştırmalara dahil edilmesi ve grupların karşılaştırılması.

## 7. KAYNAKLAR

1. ABADAN, N (1966), Türk Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Faaliyeti. Boş Zamanları Değerlendirme Semineri, İstanbul: Halk Sağlığı Eğitim Komitesi Yayını.
2. ADAİR, J ve ADAİR, T (1999), Etkili Zaman Yönetimi (Çeviren: Güngör, B), Ankara: Öteki Yayınevi.
3. ADDİNGTON, ÖE (1993), %100 Düşünce Gücü (Çeviren: Kaya, B.Ç), İstanbul: Akaşa Yayınları.
4. AKATAY, A (2003), “Örgütlerde Zaman Yönetimi”, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Sayı10, 282-300.
5. ALEXANDRIS, K and CARROLL, B (1997), “Demographic Differences in the Perception of Constraints on Recreational Sport Participation, Results from a study in Greece”, *Liesure Studies*,16, 107-125.
6. ANHALT, L (1994), “Worksite Health Promotion Programs: Before and After President Clinton’s Proposed Health Care Reform, Research, Theory, and Practice”, *Wellness Perspectives*, 10(4): 26-38.
7. APPLEBAUM, H (1997), “İş ve Boş Zaman”, Çeviren: Saatçioğlu N., Editör: Şimşek I., *Cogito (Üç Aylık Düşünce Dergisi)*, Yapı Kredi Yayınları, 12, 47-51.
8. ARIKAN, AN ve YILDIRAN, İ (2006), “Farklı Branşlardaki Spor Seyircilerinin Spor Ortamına İlişkin Görüşleri”, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, Cilt: 12, No: 2, 551-560.
9. ASLAN, N (1994), “Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi”, *Doktora Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
10. ASLANTÜRK, Z ve AMMAN, T (1999), Sosyoloji, İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları,
11. AYDOĞAN, Y ve ARAL, N (2007), “Ankara Üniversitesi Ev Ekonomisi Yüksekokulu Öğrencilerinin Boş Zamanlarını

- Değerlendirme Durumlarının İncelenmesi”, *Milli Eğitim Dergisi*, Sayı:173, S:125-136.
12. AYTAÇ, Ö (2002), Sosyoloji “Bir Giriş Denemesi”, Elazığ: Üniversite Kitabevi.
  13. AYTAÇ, Ö (1994), “Modern Toplumda Boş Zaman Olgusu. Dünya’da ve Türkiye’de Sosyolojik Gelişmeler” I. Ulusal Sosyoloji Kongresi (3-5 Kasım 1993 İzmir), I.Baskı, 341-356, Ankara: Sosyoloji Derneği Yayınları 3.
  14. BALCI, V (2003), “Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması”, *Milli Eğitim Dergisi*, Sayı: 158, 161-173.
  15. BALCI, V, DEMİRTAŞ, M, GÜRBÜZ, P, İLHAN, A ve ERSÖZ, V (2002), “Ankara’deki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması”, 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, (27-29 Ekim 2002), Bildiri Kitabı, 123- 131, Antalya.
  16. BALTAŞ, A ve BALTAŞ, Z (2005), Başarılı Ve Sağlıklı Olmak İçin Stres Ve Başa Çıkma Yolları (20. Baskı), İstanbul: Remzi Kitabevi.
  17. BURTON, N, TURRELL, G and OLDENBURG, B (2003), “Participation in Recreational Physical Activity: Why do Socioeconomic Groups Differ?” *Health Education, Behavior*, 30(2), 225-244.
  18. CAN, H (1994), Organizasyon ve Yönetim (3. Baskı), Siyasal Kitabevi, Ankara.
  19. COOPER, CL and CARTWRIGHT, S (1994), “Stress-Management Interventions in the Workplace: Stress Counselling and Stress Audits”, *British Journal of Guidance and Counselling*, 22(1): 65-73.
  20. CULP, RH (1998), “Adolescent Girls and Outdoor Recreation: A Case Study Examing Constraints and Effective Programming”, *Journal of Leisure Research*, 30(3), 356-379.
  21. ÇAKMAKLI, K (2002), Sıkıntılarımızı Yenebilme Sanatı (2. Baskı), İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.

22. ÇAMLIYER, E (1991), Spor ve Serbest Zaman Eğitimi, İzmir: MEB Basım Evi.
23. ÇEREZ, H, YILMAZ, Ş ve DİNÇER, Ö (2006), “Antalya Merkez Emniyet Teşkilatında Görev Yapan Emniyet Mensuplarının Rekreasyon Etkinliklerine Katılımlarının İncelenmesi”, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi (3-5 Kasım 2006), Bildiri Kitabı, 1-3, Muğla.
24. DEMİR, C (2003), “Demografik Özellikler İle Sağlanan İmkânların Sportif Faaliyet Tercihleri Üzerine Etkileri; Üniversite Gençliğine Yönelik Bir Uygulama”, 1. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Ankara: Türk Hava Kurumu Basım Evi İşletmeciliği.
25. DEMİREL, M ve HARMANDAR, D (2009), “Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Etkinliklere Katılımlarında Engel Oluşturabilecek Faktörlerin Belirlenmesi.” Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 6 (1), 8-17.
26. DEMİRAY, U (1992), “Üniversitelerde Boş Zaman Etkinliklerinin Doğal Hayatı Korumaya Yönlendirilmesi”, *Anatolia*, 3(33-34), 15-22.
27. DİNÇ, Y (1999), “Sayfiye Otel İşletmelerinde Boş Zaman ve Rekreasyon Değerlendirmelerinin Hizmet Satışlarını Artırmaya Yönelik Etkisi (Örnek Bir Araştırma)”, *Yüksek Lisans Tezi*, Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
28. DİNÇ, Y (2005), Boş Zaman, Rekreasyon Yönetimi, Ankara: Detay Yayıncılık.
29. DOĞAN, İ (2002), Sosyoloji: Kavramlar ve Sorunlar (5. Baskı), Ankara: Pegem A Yayıncılık.
30. ELIAS, N (2000), Zaman Üzerine, (Çeviren: Atayaman V) (I. Baskı), İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
31. ERBESLER, A (1987), İşgücünün Zaman Kullanımı ve İş Verimliliğini Etkileyen Sosyo-Ekonomik Faktörler, Ankara: Milli Prodüktivite Merkezi Yayınları.
32. EREN, E (2001), Yönetim ve Organizasyon (Genişletilmiş 5. Baskı), İstanbul: Beta Yayınları.

33. ERGİN, G (1972), “Boş Zaman Değerlendirme Eğitimi”, *Beden Eğitimi Dergisi*, 25, 24-25.
34. ERGÜL, K (2008), “Üniversite Gençliğinin Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Yönelik İlgileri ve Katılma Düzeylerinin Belirlenmesi”, *Yüksek Lisans Tezi*, Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.
35. GÖKÇE, B (1983), *Cumhuriyet Döneminde Çocuk ve Gençlere Ait Yasal Düzenlemeler ve Yayınlar*, Ankara: GSB Yayınları.
36. GÜLNİHAL, K (1997), “Eğlenceli Felsefe”, Editör: Şimşek I., *Cogito (Üç Aylık Düşünce Dergisi)*, 12, 93-106, İstanbul:Yapı Kredi Yayınları.
37. GÜNGÖRMÜŞ, HA (2007), “Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdüleyen Faktörler”, *Doktora Tezi*, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
38. GÜNGÖRMÜŞ, HA, YETİM, AA ve ÇALIK, C (2006), “Ankara’daki Beden Eğitimi ve Spor Öğrenimi Veren Yüksek Öğretim Kurumlarında Görev Yapan Öğretim Elemanlarının Boş Zamanlarını Değerlendirme Biçimlerinin Araştırılması”, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, Cilt:14(2), 665-678, Kastamonu.
39. GÜRBÜZ, B ve KARAKÜÇÜK, S (2008), “Boş Zaman Engelleri Ölçeği-28: Ölçek Geliştirme, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt: XII, Sayı: 1, 3-10.
40. HAZAR, A (1999), *Turizm İşletmelerinde Animasyon* Ankara: Detay Yayıncılık.
41. HORNER, S ve SWARBROOKE, J (2005), *Leisure Marketing: A Global Perspective (Paperback) (1<sup>st</sup> Edition)*, Oxford: Elsevier Butterworth-Heinemann, Linacre House, Jordan Hill.
42. İKİZLER, HC (2002), *Spor Sağlık ve Motivasyon (I. Baskı)*, İstanbul: Alfa Yayınları.
43. JACKSON, EL (1993), “Recognising Patterns of Leisure Constraints: Results From Alternative Analyses”, *Journal of Leisure Research*, 25, 124-149.

44. JONES, K (2000), Zamanı Kullanma, (Çeviren: Akkoyunlu, AC) (I. Baskı), İstanbul: Doğan Kitapçılık.
45. KARAKÜÇÜK, S ve GÜRBÜZ, B (2007), Rekreasyon ve Kent(li)leşme, Ankara: Gazi Kitabevi.
46. KARAKÜÇÜK, S (2005), Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme) “Kavram, Kapsam ve Bir Araştırma (5. Baskı), Ankara: Gazi Kitabevi.
47. KARAKÜÇÜK, S ve ŞENEL, Ö (1998), “Üniversitelerarası Spor Organizasyonlarına Katılan Sporcu-Öğrencilerin Katılım Amaçları ve Beklentileri Üzerine Bir Araştırma”, *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 29-38.
48. KARAKÜÇÜK, S ve EKENCİ, G (1995), “Okulların Boş Zamanları Değerlendirme (Rekreasyon) Eğitimindeki Rolü”, *Milli Eğitim Dergisi*, No: 128, 62 – 66, Ankara.
49. KARASAR, N (2005), Bilimsel Araştırma Yöntemi, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
50. KATHLEEN, T (1996), World Leisure Recreation, Vol,31, New York, USA.
51. KILBAŞ, Ş (2004), Rekreasyon, Boş Zamanı Değerlendirme (3.Baskı), Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
52. KILPATRICK, M, HEBERD, E and BARTHOLOMEW, J (2005), “College Students Motivation for Physical Activity: Differentiating Mens and Womens Motives for Sport Partipication and Exercise”, *Journal of American College Health*, 54(2): 87-94.
53. KOMİLİ, H (1997). “Çalışmak Hastalıklıdır?” Editör: Şimşek I., Cogito (Üç Aylık Düşünce Dergisi), 12, 79-81, İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
54. KÖKNEL, Ö (1970), Türk Toplumunda Bugünün Gençliği, İstanbul: Bozak Matbaası.
55. KRAUS, RG (1985), Recreation Program Planning Today, London: Scott, Foresman and Company.

56. KROPOKTIN, P (1997), “Keyifli İş”. Çeviren: Saatçioğlu N. İçinde: Şimşek I, editör.: Cogito (Üç Aylık Düşünce Dergisi), 12, 53-59, İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
57. KÜÇÜKTOPUZLU, F (1991), “Turistik Yatırımların Yoğunlaşmasına Paralel Rekreasyon İmkânlarının Geliştirilmesi Bakımından Güne Antalya Projesi Uygulaması”, *Doktora Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
58. LAFARGUE, P (1993), Tembellik Hakkı, (Çeviren: Günyol V) (5. Baskı), İstanbul: Telos Yayınları.
59. LAKEIN, A (1997), Zaman Hayattır, İstanbul: Rota Yayınları.
60. LOEHR, JE (1999), Stres Altında Başarılı Olmak: Stresi Pozitif Enerjiye Dönüştürme Yöntemi. (Çeviren: Büykkonat T) (I. Baskı), İstanbul: Beyaz Yayınları.
61. LUETKENS, S. A (2004), “The Integration of Physical Activity and Social Youth Work-Common Goals and Synergy Effects of Two Discrete Social System?” International Conference on Leisure, Tourism & Sport-Education, Integration, Innovation, Cologne: Germany, 18-21 March.
62. MACKENIZE, RA (1985), Zaman Tuzağı-Zamanı Nasıl Denetlersiniz, (Çeviren: Güneri Y), İstanbul: İlgi Yayıncılık.
63. METE, B. ve AĞAOĞLU, S. A., (2003). “Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kurupelit Kampusü Akademik ve İdari Personelin Rekreatif Aktivitelere Katılım ve Bakışaçılarının İncelenmesi”, Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, 421-426, Ankara, 10-11 Ekim 2003
64. MOCCIA, FD (2000), “Plannig Time: An Emergent European Practice” *European Plannig Studies*, 8(3), 367-376.
65. MUTLUTÜRK, F (1991), “Yüksek Öğretim Gençliğinin Boş Zamanını Değerlendirme Aracı Olarak Spor”, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
66. MÜFTÜGİL, S (1993), Dinlence ve Turizm İlişkisi (I. Baskı), İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.



67. NURETTİN, E (1973), Boş Zamanlar Sorunu, Ankara: Gençlik Ve Spor Bakanlığı Yayını, Atak Matbaası.
68. ÖZDAĞ, S (1996), “Yerel Yönetimlerde (Belediyelerde) Rekreatif Etkinliklerin Yeri ve Önemi”, *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
69. ÖZDEMİR, AS (2006), “Zonguldak İli Türkiye Taş Kömürü Kurumu Genel Müdürlüğü’nde Çalışan Yer Altı İşçilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Belirlenmesi”, *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
70. ÖZİŞİK, Y (1998), “Kara Harp Okulu Öğretim Elemanlarının Rekreasyon Sorunları Üzerine Bir Araştırma”, *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
71. ÖZTÜRK, F (1998), Toplumsal Boyutlarıyla Spor, Ankara: Bağırğan Yayınevi.
72. PEHLİVANOĞLU, MT (1986), “Belgrad Ormanının Rekreasyon Potansiyeli ve Planlama İlkelerinin Saptanması”, *Doktora Tezi*, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
73. PULUR, A (2003)., “Üniversitede Görev Yapan Öğretim Elemanları ve İdari Personellerin Boş Zamanlarını Sporla Değerlendirme Eğilimlerinin Araştırılması (Kırıkkale Örneği)“, *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi*, Ankara, 10-11 Ekim 2003.
74. PÜSKÜLLÜOĞLU, A (2003), Türkçe Sözlük. (2. Baskı), Ankara: Arkadaş Yayınevi.
75. RASTEGARY, H and LANDY, FJ (1993), “The Interactions Among Time Urgency, Uncertainty, and Time Pressure”. in: Svenson O, Maule A, Editors, *Time Pressure and Stress in Human Judgment and Decision Making. Plenum Pres*, p. 217-239, New York.
76. RUSSELL, B (1997), “Aylaklığa Övgü”. Çeviren: Tümertekin A., Editör: Şimşek I., *Cogito (Üç Aylık Düşünce Dergisi)*, 12, 61-71, İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
77. SABUNCUOĞLU, Z ve TÜZ, M (2001), *Örgütsel Psikoloj*, Bursa: Ezgi Yayınları.

78. SABUNCUOĞLU, Z ve PAŞA, M (1992). Zaman Yönetimi, Bursa: Ezgi Yayınları.
79. SAĞCAN, M (1986), Rekreasyon ve Turizm, İzmir: Cumhuriyet Baskıevi.
80. SCOTT, D (1993), Zamanı İyi Değerlendirmek. (Çeviren: Ağırlioğlu N), Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
81. SHINN, G (2004), Motivasyonun Mucizesi. (Çeviren: Kaplan U), İstanbul: Sistem Yayıncılık.
82. SMİTH, J (1998), Daha İyi Nasıl... Zaman Yönetimi, (I. Baskı), (Çeviren: Çimen A), İstanbul: Timaş Yayınları.
83. SÜZER, M (2000), “Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları”, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 8, 1-11.
84. ŞAHİN, HÜ ve ŞAHİN, M (2003), Sporcuların Performans Sporunu Bıraktıktan Sonraki Yaşamlarında Boş Zaman Değerlendirme İlgilerinin Araştırılması, Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi (10-11 Ekim 2003), Ankara 427-433.
85. TEKİN, A, TEKİN, G ve AMMAN, MT (2006), Serbest Zamanlarda Yapılan Fiziksel Egzersizin Üniversite Öğrencilerinin Depresyon ve Atılganlık Düzeylerine Etkisi, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi (3-5 Kasım 2006), 19-23, Muğla.
86. TEZBAŞARAN, AA (1997), Likert Tipi Ölçek Geliştirme Kılavuzu (A Guide to the Development of Likert-type Scale) (5<sup>nd</sup> Edition) Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
87. TEZCAN, M (1994), Boş Zamanların Değerlendirilmesi Sosyolojisi, (4. Baskı), Ankara: Atilla Kitabevi.
88. TEZCAN, M (1993). Boş Zamanlar Sosyolojisi, Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları.
89. TEZCAN, M (1991), Eğitim Sosyolojisi (6. Baskı), Ankara: Yargıçoğlu Matbaası.
90. TORKILDSEN, G (2005), Leisure and Recreation Management (5<sup>th</sup> Edition), London: Routledge.

91. TUNÇEL, EF (1999). “Ortaöğretim Kurumlarında Görev Yapan Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarında Sporun Yeri (İzmir İli Örneği)”, *Yüksek Lisans Tezi*, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
92. TÜRK DİL KURUMU (2005), Türkçe Sözlük (10. Baskı), Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
93. UZUNOĞLU, S (1992), Zaman Sermayesi, Zaman Gazetesi.
94. YAMAN, V, YAMAN, F ve BURGUL, N (2004), “Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Serbest Zaman Alışkanlıkları İçerisindeki Sporun Yeri ve Rolü (Ankara Örneği)”, The 10th ICHPER•SD European Congress and the TSSA 8<sup>th</sup> International Sports Science Congress Which Will be Organized Jointly During 17<sup>th</sup> - 20<sup>th</sup> of November 2004 Antalya.
95. YETİM, AA (2005), Sosyoloji ve Spor. İstanbul: Yaylacık Matbaası.
96. YILMAZ, A ve ASLAN, S (2002), “Örgütsel Zaman Yönetimi”, *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 3(1), 25-46.
97. YILMAZ, B, KARLI, Ü ve YETİM, AA (2006), Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği (SSBÖ), 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi, (3-5 Kasım 2006), 807-809, Muğla.
98. YILMAZ, Ş, KÜÇÜKTOPUZLU, F ve ÇEREZ, H (2006), “The Recreational Activity Condition and Level of Satisfaction of Individuals in Antalya City”, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, (3-5 Kasım 2006), 4-6, Muğla.
99. YÜKSEL, HB (2002), “Sporun Kitlelere Yaygınlaştırılmasında Kitle İletişim Araçlarının Yeri Ve Önemi”, *Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Ankara.
100. ZELINSKI, EJ (2004), Çalışma(ma)’nın Keyfi “İşkolikler, İşsizler ve Emekliler İçin Bir Rehber”, (Çeviren: Çolakoğlu, D), (1. Baskı), İstanbul: Boyner Yayınları.

101. ZORBA, E (2001), Kamu Personelinin Rekreatif Eğilimleri (Muğla İli Örneği), *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
102. ZORLU, E (1973), Gençlik Lideri El Kitabı, Ankara: GSB Yayını.

## EKLER

### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

#### 1. Cinsiyetiniz?

Erkek	Kız
-------	-----

#### 2. Bölümünüz?

Bölüm: .....

#### 3. Sınıfınız? (Lütfen belirtiniz)

Sınıf: .....

4. Toplumdaki kişilerin refah düzeyini düşündüğünüzde “1” en düşük basamak, “5” en yüksek basamak olmak üzere siz kendinizi bu refah düzeyinin kaçınıcı basamağında görüyorsunuz?

Çok Kötü 1	Kötü 2	Normal 3	İyi 4	Çok İyi 5
---------------	-----------	-------------	----------	--------------

#### 5. Boş zamanlarınızı değerlendirmekte ne sıklıkla güçlük çekiyorsunuz?

Her Zaman	Bazen	Hiçbir Zaman
-----------	-------	--------------

Arka Sayfayı Çeviriniz



### Değerli Katılımcı;

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

**Ersan TOLUKAN**  
**Niğde Üniversitesi**  
**Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu**  
**Yüksek Lisans Öğrencisi**

	Kesinlikle Önemsiz 1	Önemsiz 2	Önemli 3	Çok Önemli 4
1. Aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi	1	2	3	4
2. Kendini yorgun hissetmek	1	2	3	4
3. Sakatlanmaktan korkmak	1	2	3	4
4. Sağlık problemleri	1	2	3	4
5. Kendini güvende hissetmemek	1	2	3	4
6. Sosyal ortamlardan mutlu olmamak	1	2	3	4
7. Nerden öğreneceğini bilmemek	1	2	3	4
8. Nerede katılacağını bilmemek	1	2	3	4
9. Öğretecek kimsenin olmaması	1	2	3	4
10. Tesis donanımının yetersiz olması	1	2	3	4
11. Tesislerin yetersiz olması	1	2	3	4
12. Tesislerin kalabalık olması	1	2	3	4
13. Sunulan hizmetleri beğenmemek	1	2	3	4
14. Eve yakın imkanların olmaması	1	2	3	4
15. Ulaşımın zaman alması	1	2	3	4
16. Arabamın olmaması	1	2	3	4
17. Yeteri kadar paranın olmaması	1	2	3	4
18. Arkadaşlarının zamanının olmaması	1	2	3	4
19. Beraber katılacak kimsenin olmaması	1	2	3	4
20. Arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması	1	2	3	4
21. İş/çalışma zamanının yoğun olması	1	2	3	4
22. Aile için zaman ayırmak zorunda olmak	1	2	3	4
23. Sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak	1	2	3	4
24. Program zamanlarının uygun olmaması	1	2	3	4
25. Geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek	1	2	3	4
26. İlgili olmamak	1	2	3	4
27. Rutin programı bozmak istememek	1	2	3	4

## ÖZGEÇMİŞ

1986 yılında Ankara'da doğdu. İlk, orta ve lise öğrenimini Ankara'da tamamladı. 2004 yılında girdiği Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü'nden 2008 yılında mezun oldu ve aynı yıl Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda Yüksek Lisans eğitimine başladı. 2009 yılında Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğüne Sportif Eğitim Uzmanı olarak atanarak göreve başladı.

Halen Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda yüksek lisans eğitimine devam etmekte ve Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Yüksek Performans Biriminde çalışmaktadır.