



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORTİF  
REKREASYON ETKİNLİKLERİNE KATILMASINI  
ENGELLEYEN FAKTÖRLERİN ÇEŞİTLİ  
DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

**2023  
YÜKSEK LİSANS TEZİ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR**

**Ali Basım Abdulameer MATOOG**

**Tez Danışmanı  
Doç. Dr. İsa DOĞAN**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORTİF REKREASYON  
ETKİNLİKLERİNE KATILMASINI ENGELLEYEN FAKTÖRLERİN  
ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

**Ali Basım Abdulameer MATOOG**

**Tez Danışmanı  
Doç. Dr. İsa DOĞAN**

**T.C.  
Karabük Üniversitesi  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında  
Yüksek Lisans Tezi  
Olarak Hazırlanmıştır**

**KARABÜK  
Temmuz 2023**

Ali Basım Abdulameer MATOOG tarafından hazırlanan “ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORTİF REKREASYON ETKİNLİKLERİNE KATILMASINI ENGELLEYEN FAKTÖRLERİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ ” başlıklı bu tezin Yüksek Lisans Tezi olarak uygun olduğunu onaylarım.

Doç. Dr. İsa DOĞAN .....

Tez Danışmanı, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Bu çalışma, jürimiz tarafından Oy Birliği ile Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir. 03/05/2023

**Ünvanı, Adı SOYADI (Kurumu)**

**İmzası**

Başkan : Doç. Dr. Serdar CEYHUN (BARÜ) .....

Üye : Doç. Dr. İsa DOĞAN ( KBÜ) .....

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN ( KBÜ) .....

KBÜ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu, bu tez ile, Yüksek Lisans Tezi derecesini onamıştır.

Prof. Dr. Müslüm KUZU .....

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

*“Bu tezdeki tüm bilgilerin akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak elde edildiğini ve sunulduğunu; ayrıca bu kuralların ve ilkelerin gerektirdiği şekilde, bu çalışmadan kaynaklanmayan bütün atıfları yaptığımı beyan ederim.”*

Ali Basım Abdulameer MATOOG

## ÖZET

**Yüksek Lisans Tezi**

### **ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORTİF REKREASYON ETKİNLİKLERİNE KATILMASINI ENGELLEYEN FAKTÖRLERİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

**Ali Basım Abdulameer MATOOG**

**Karabük Üniversitesi**

**Lisansüstü Eğitim Enstitüsü**

**Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı**

**Tez Danışmanı:**

**Doç. Dr. İsa DOĞAN**

**Temmuz 2023, 80 sayfa**

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin sportif rekreasyon etkinliklerine katılımlarını engelleyen faktörlerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmada tarama modellerinden ilişkisel araştırma modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ile Safranbolu Turizm Fakültesi'nde öğrenim gören 1500 lisans öğrencisi, örneklemini ise 714 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olabilecek faktörleri değerlendiren 28 maddeden oluşan "boş zaman engelleri ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek toplamda 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Elde edilen verilerin işlenmesinde SPSS-24 paket programı kullanılmıştır. Analizler sonucunda öğrencilerin bölümlerine, aile gelir durumları ve üniversitedeki rekreasyon tesislerini yeterli bulma durumuna göre boş zaman

engelleri ölçeği alt boyutlarından “birey psikolojisi” puanları arasında anlamlı farklılık olduğu görölmektedir.

**Anahtar kelimeler** : Üniversite öğrencileri, Sportif rekreasyon, Engel

**Bilim Kodu** : 130112

## **ABSTRACT**

**M. Sc. Thesis**

### **INVESTIGATION OF THE FACTORS BLOCKING UNIVERSITY STUDENTS FROM PARTICIPATION IN SPORTS AND RECREATION ACTIVITIES IN TERMS OF VARIOUS VARIABLES**

**Ali Basım Abdulameer MATOOG**

**Karabük University**

**Institute of Graduate Programs**

**Department of Physical Education and Sports**

**Thesis Advisor:**

**Assoc. Prof. Dr. İsa DOĞAN**

**July 2023, 80 pages**

The aim of this study is to examine the factors that prevent university students from participating in sportive recreation activities in terms of various variables. Relational research model, one of the scanning models, was used in the research. The population of the research consists of 1500 undergraduate students studying at Karabük University Hasan Doğan School of Physical Education and Sports and Safranbolu Tourism Faculty, and the sample is 714 undergraduate students. In the research, "Personal Information Form" and "leisure time barriers scale" consisting of 28 items evaluating the factors that may prevent university students from participating in recreational activities were used as data collection tool. The scale consists of 6 sub-dimensions in total. SPSS-24 package program was used to process the obtained data. As a result of the analyzes, it is seen that there is a significant difference between the "individual psychology" scores, which is one of the sub-

dimensions of the leisure time barriers scale, according to the departments of the students, their family income status and whether they find the recreational facilities at the university sufficient.

**Keywords** : University students, Sports recreation, Disability

**Science Code** : 130112



## **TEŞEKKÜR**

Bu alıőmada üniversite öğrencilerinin sportif rekreasyon etkinliklerine katılımlarını engelleyen faktörlerin incelenmesi amaçlanmıştır. alıőmanın hazırlanma süresince bilgi, tecrübe ve desteğini esirgemeyen, her zaman yanımda olan kıymetli danışman hocam Doç. Dr. İsa DOğAN 'a teőekkürü bir borç bilirim.

Ayrıca bu süreç boyunca maddi manevi desteklerini esirgemeyen aileme teşekkür ederim.

**Ali Basım Abdulameer MATOOG**

## İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
KABUL.....	ii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vi
TEŞEKKÜR.....	viii
İÇİNDEKİLER .....	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xiii
ÇİZELGELER DİZİNİ .....	xiv
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ .....	xv
BÖLÜM 1 .....	1
GİRİŞ .....	1
1.1. ARAŞTIRMANIN KONUSU .....	3
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	3
1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	3
1.4. ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ.....	4
BÖLÜM 2 .....	5
KAVRAMSAL ÇERÇEVE .....	5
2.1. ZAMAN .....	5
2.1.1. Zaman Kullanımı .....	6
2.1.2. Zaman Kullanım Bölümleri .....	9
2.2. BOŞ ZAMAN .....	9
2.2.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları .....	13
2.2.1.1. Dinlenme Fonksiyonu .....	14
2.2.1.2. Eğlenme Fonksiyonu.....	14
2.2.1.3. Gelişim Fonksiyonu .....	15
2.3. BOŞ ZAMAN REKREASYON İLİŞKİSİ .....	16
2.3.1. Aile.....	16

	<b><u>Sayfa</u></b>
2.3.2. Referans Grupları .....	17
2.3.3. Önceki Fikirler .....	17
2.3.4. Kişilik.....	17
2.3.5. Kültür .....	17
2.4. ENGEL.....	18
2.5. SPORTİF REKREASYON.....	19
2.6. REKREASYON KAVRAMI VE TANIMI.....	22
2.6.1. Rekreasyonun Özellikleri.....	23
2.7. REKREASYONUN SINIFLANDIRILMASI.....	25
2.7.1. Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması .....	26
2.7.1.1. Dinlenme Amacıyla Yapılan Rekreasyon Etkinlikleri.....	26
2.7.1.2. Sportif Amaçlı Yapılan Rekreasyon Etkinlikleri .....	26
2.7.1.3. Toplumsal Amaçlı Yapılan Rekreasyon Etkinlikleri .....	26
2.7.1.4. Turizm Amaçlı Yapılan Rekreasyon Etkinlikleri .....	26
2.7.1.5. Kültürel Rekreasyon.....	27
2.7.2. Çeşitli Kriterlere Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması .....	27
2.7.2.1. Yaş faktörüne göre .....	27
2.7.2.2. Faaliyetlere katılanların sayısına göre.....	28
2.7.2.3. Zamana göre .....	28
2.7.2.4. Kullanılan mekâna göre .....	28
2.7.3. Özel İşlevlerine Göre Rekreasyon Çeşitleri.....	28
2.7.3.1. Ticari Rekreasyon .....	28
2.7.3.2. Estetik Rekreasyon.....	29
2.7.3.3. Zihinsel (Entelektüel) Rekreasyon.....	29
2.7.3.4. Sosyal Rekreasyon .....	29
2.7.3.5. Sağlık Rekreasyonu.....	29
2.7.3.6. Terapatik Rekreasyon.....	30
2.7.3.7. Fiziksel Rekreasyon .....	30
2.7.3.8. Park Rekreasyonu .....	30
2.7.4. Etkinliklere Katılma Şekillerine Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması	
31	
2.7.4.1. Aktif (Etken-Sert) Katılım .....	31

	<b>Sayfa</b>
2.7.4.2. Pasif (Edilmen-Yumuşak) Katılım.....	31
2.7.5. Mekânsal Açıdan Rekreasyonun Sınıflandırılması.....	32
2.7.5.1. Açık Alan Rekreasyonu .....	32
2.7.5.2. Kapalı Alan Rekreasyonu .....	33
2.8. REKREASYON ETKİNLİK ALANLARI.....	33
2.9. REKREASYONUN YARARLARI.....	34
2.9.1. Fiziksel Yararları .....	34
2.9.2. Psikolojik Yararları.....	35
2.9.3. Sosyal Yararları .....	35
2.10. REKREASYONUN MASLOW'UN İHTİYAÇLAR HİYERARŞİSİ İLE İLİŞKİSİ.....	36
2.10.1. Kendini Gerçekleştirme .....	37
2.10.2. Saygınlık İhtiyacı.....	37
2.10.3. Ait Olma ve Sevgi İhtiyacı .....	37
2.10.4. Güvenlik İhtiyacı .....	38
2.10.5. Fiziksel İhtiyaçları .....	38
2.11. REKREASYONA DUYULAN İHTİYACIN NEDENLERİ .....	38
2.12. REKREASYON FAALİYETLERİNE KATILIMLARA ENGEL OLAN FAKTÖRLER .....	39
2.13. REKREASYON FAALİYETLERİNE KATILIMLARA DESTEK OLAN FAKTÖRLER .....	42
2.13.1. Daha Çok Kullanılabilir Gelir.....	42
2.13.2. Gelişmiş Mobilite.....	42
2.13.3. Değişen İhtiyaçlar ve Beklentiler.....	43
2.13.4. Provizyon (Tedarik) .....	43
2.14. REKREASYON VE SPOR .....	44
BÖLÜM 3 .....	46
YÖNTEM.....	46
3.1. Araştırma Modeli .....	46
3.2. Evren ve Örneklem.....	46
3.3. Veri Toplama Araçları.....	48

	<b><u>Sayfa</u></b>
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu .....	48
3.3.2. Boş Zaman Engelleri Ölçeği (BZEÖ).....	48
3.4. Verilerin Analizi.....	48
BÖLÜM 4 .....	50
BULGULAR VE YORUM.....	50
BÖLÜM 5 .....	59
TARTIŞMA VE SONUÇ .....	59
KAYNAKLAR .....	65
EK AÇIKLAMALAR.....	77
Ek 1: Etik Kurul Raporu.....	77
Ek 2: Ölçek İzni.....	78
Ek 3: Anket Formu .....	79
ÖZGEÇMİŞ .....	80

## ŞEKİLLER DİZİNİ

### Sayfa

Şekil 1. Zaman kullanım bölümleri.....	9
--	---

## ÇİZELGELER DİZİNİ

### Sayfa

Çizelge 3.1. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları .....	47
Çizelge 3.2. Öğrencilerin ölçekten aldıkları puanların normalliğine ilişkin çarpıklık ve basıklık testi ve cronbach alpha değerleri .....	49
Çizelge 4.1. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre BZEÖ arasındaki farklılığa ilişkin independent-samples t-testi sonuçları .....	50
Çizelge 4.2. Öğrencilerin lisanslı sporcu olma durumuna göre bzeö arasındaki farklılığa ilişkin independent-samples t-testi sonuçları.....	51
Çizelge 4.3. Öğrencilerin bölümlerine göre BZEÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way anova (tek yönlü varyans analizi) sonuçları .....	52
Çizelge 4.4. Öğrencilerin aile gelir durumlarına göre BZEÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way anova (tek yönlü varyans analizi) sonuçları .....	55
Çizelge 4.5. Öğrencilerin rekreasyon tesislerini yeterli bulma durumlarına göre BZEÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way anova (tek yönlü varyans analizi) sonuçları .....	57

## SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

### SİMGELER

P : İstatistiksel Anlamlılık

SS : Standart sapma

$\bar{X}$  : Aritmetik Ortalama

### KISALTMALAR

BZEÖ : Boş Zaman Engelleri Ölçeği

SPSS : Statistical Package for the Social Sciences  
(Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı)

TDK : Türk Dil Kurumu



## BÖLÜM 1

### GİRİŞ

Zaman sürekli akıp giden, devam eden bir süreçtir. Bir saatte altmış dakika, bir dakikada altmış saniye gibi. Bu duruma müdahale etmemiz mümkün değildir, elimizden hiçbir şey gelmez. Yapacağımız en iyi unsur zamanı etkili kullanmaktır. Çünkü zamanı planlamadaki en temel unsur kişinin kendisidir. Hiçbir nedene bağlı olmadan geçen zaman kavramını, depolanabilen ya da tasarruf edilebilen bir kaynak olarak düşünmemek gerekir. Zamanı etkili kullanmak bundan dolayı önemlidir.

Zaman kavramının yerine konulabilecek başka hiçbir kaynak yoktur. İnsanlar yerine makineler ya da bakır yerine alüminyum gibi faydalanabileceğimiz farklı kaynaklar olabilmektedir. Ancak zamanın yerine koyabileceğimiz farklı hiçbir kaynak mümkün değildir. Aslında zaman demek yaşam demektir, yaşamak demektir. Zamanımızı boşa geçirmek demek aslında hayatımızı boşa geçirmek demektir. Zamanımızı verimli kullanmak boşa geçirmemek işimizde bizleri başarıya sürüklemektedir. Ayrıca zamanı iyi kullanmak kişiye birçok fayda sağlamaktadır. Bunların arasında psikolojik, fiziksel, bilişsel, sosyal faydalarından söz etmemiz mümkündür. Örneğin psikolojik yararlarına değinecek olursak kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Zaman kavramı kişiler için geçmişteki anılar, gelecek ile ilgili düşünceler farklı uzunlukta veya kısalıkta planlar... örneğin dersi dinleyip verimli geçirmek isteyen öğrenciler için ders saati kısa algılanırken dersten sonra arkadaşları ile sinema keyfi yapacak öğrenci için ders saati uzun algılanabilir.

Zamanı verimli kullanmak denilince günümüzün popüleritelerinden biri olan rekreasyon kavramı ortaya çıkmaktadır. Rekreasyon etkinlikleri bireylerin çalışma hayatı, eğitim ihtiyacı, günlük ihtiyaçlarını gidermeleri gibi zamanlar dışında kalan zamanlarını değerlendirme amacıyla yapmış oldukları etkinliklerdir. Bu tür etmenlerin yanı sıra gün geçtikçe hızla artan fazla çalışma saatleri gibi etmenler kendine zaman ayıramama durumunu ortaya çıkarmış ve bireyler, bu durumlarını boş

zamanlarını daha verimli kullanarak kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlamalarına olanak sağlamıştır. Yıllar boyunca insanoğlunu uğraştıran çalışma süresi, kişinin yaşama tekrar adım atmasına ve ihtiyaçlarını karşılamasına iş dışındaki vakitlerinde bunları yapmalarına olanak sağlamıştır.

İyi zamanlanmış ve güneşlenmiş zaman, rekreasyon, kişiliği fenomenini, aidiyet duygusunu oluşturma yollarını, sosyal yaşamın öğretmenin şeklinin birkaçı yaşam standardını geliştirir, iyileştirir ve orada insan odaklı korur. Bireyin motivasyonuna ve dürtüsüne bağlı olarak ilgi belirlenebilmekte; bu faaliyetler, müzik, dans, kamp, oyun, spor, el işi, drama gibi özel ve sosyal faaliyetleri içeren ve rekreasyon faaliyetlerinin planlanmasında ve organize eden faaliyetlerdir (Balcı, 2003).

Rekreasyon kavramına bir de öğrencilerin gözünden bakacak olursan örneğin üniversite öğrencilerinin boş vakitlerinde rekreasyonel faaliyetlere katılmaları daha iyi hissetmelerini sağlar. Üniversitelerin alanlarının, olanaklarının diğer eğitim seviyelerinde bulunan öğrencilere kıyaslandığında daha da fazla olması onlara burada birer artı kazandırmaktadır. Bu süreçte üniversite öğrencilerinin dersler haricinde bulunan zamanlarının etkili şekilde değerlendirilmeleri için de yönlendirici rolleri yerine getirebilmektedir. Üniversitelerin sunmuş olduğu imkanlar sayesinde öğrenciler daha aktif bir sosyal hayat içinde olacaklarından dolayı başarılarına da olumlu yönde katkı sağlayacaktır. Üniversitelerin öğrenciler için hazırladığı rekreasyonel etkinliklerin olumlu yanlarından birisi ise gençler arasındaki iletişimi arttırır.

Türkiye’de bulunan yükseköğretim kurumlarında öğrenim gören gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmaları geçmişe oranla üniversite kampüs alanlarının değişimi, gelişimi ve idari yöneticilerin bu husustaki uğraşlarıyla zaman ilerledikçe hızla artışı gözler önüne gelmekle beraber bazı üniversitelerde bunun henüz yeterli seviyede olmadığı görülmektedir (Balcı, 2003). Yüksek öğretim kurumları, bir merci olarak toplum kültürünü gözler önüne sermektedir. Hali hazırdaki kültür yapısının çeşit genliği ve karmaşıklığı, yüksek öğretim kurumlarının çeşit genliği de tıpatıp şekilde görünecektir. Bu sebeplerden birkaçı, zaman ile rekreasyon eğitiminin ne biçimde değerlendireceği ve kişiliğinin bazı yönlerinin ne biçimde kullanacağı

öğrenilecektir. Bu yalnızca serbest vakitlerin oluşturulması ve olmasıyla mümkündür (Ağaoğlu, 2002).

### **1.1.ARAŞTIRMANIN KONUSU**

Üniversite öğrencilerinin sportif rekreasyon etkinliklerine katılmasını engelleyen faktörlerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi

### **1.2.ARAŞTIRMANIN AMACI**

Araştırmanın amacı, şimdiye kadar yapılan çalışmalardan elde edilen bulguların ışığında, üniversite öğrencilerinin sportif rekreasyon etkinliklerine katılmasını engelleyen faktörlerin çeşitli değişkenler (cinsiyet, yaş, sınıf, bölüm, ailenin gelir düzeyi) açısından farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymaktır.

### **1.3.ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ**

Sanayi devriminin gerçekleşmesiyle birlikte, teknoloji alanındaki gelişmeler, ev aletlerinin mekanizasyonu, ulaşım kolaylığı ve çalışma saatlerinin kısaltılması gibi birçok faktör, insanların daha fazla serbest zaman geçirmelerini sağlamıştır. Aynı zamanda, bu gelişmeler boş zamanlara ilgiyi arttırmış, boş zaman etkinliklerini çeşitlendirmiş ve bu faaliyetlere ayrılan zamanı arttırmıştır. Yeni sorunlar, yaşamın değiştiği ve yeni boyutlar kazandığı bu değişimin doğal bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Bu sorunlardan biri boş zamanlarındaki artış ve boş zamanlarının nasıl değerlendirileceğidir (Fisek, 1998).

Rekreasyonel Faaliyetler, bir gevşeme ihtiyacını tatmin etme, insanın benliğine sahip çıkmasını sağlama, egemenlik kurma arzusu, zararlı eğilimlerden masum bir şekilde kurtulma yolu, kişinin benlik duygularının korunmasının sağlanması şeklinde birçok anlamlar verilerek ifade edilebilmektedir (Karaküçük, 2001).

Günümüzde bireylerin ve toplumların hayatında sporun, beden eğitiminin, rekreasyonun önemi herkes tarafından kabul edilen bir gerçektir. Bireylerin ve

toplumların sağlık ve mutluluklarının sağlanmasında rekreasyon, özellikle günümüz teknoloji çağında vazgeçilmez bir araç olarak kullanılmaktadır.

Bu konuda yapılan çalışmaların azlığı da göz önüne alındığında, yapılan bu çalışmanın bundan sonra yapılacak olan araştırmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

#### **1.4.ARAşTIRMA HİPOTEZLERİ**

1. Üniversite ğrencilerin cinsiyetlerine göre boş zaman engelleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
2. Üniversite ğrencilerin lisanslı sporcu olma durumuna göre boş zaman engelleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
3. Üniversite ğrencilerin bölümlerine göre boş zaman engelleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
4. Üniversite ğrencilerin aile gelir durumlarına göre boş zaman engelleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
5. Üniversite ğrencilerin rekreasyon tesislerini yeterli bulma durumlarına göre boş zaman engelleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
6. Üniversite ğrencilerin lisanslı sporcu olma durumuna göre boş zaman engelleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?

## BÖLÜM 2

### KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. ZAMAN

Çağdaş olan günümüzdeki bireyin çok fazla bağlandığını gördüğümüz vakit nedir? (Karaküçük, 2016).

Hayat zaman demektir ve hayatı boşa geçirmek, zamanı boşa geçirmek anlamını barındırmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 1987). Addington, insanların sonsuzluk ölçüsünün zaman olduğunu ve şu ana kadar zaman ile ilgili doğal kabul edilmiş olan her şeyin, bireyin düşüncesinin çıktısı ile kişiden kişiye değiştiğini vurgular (Addington, 2013). Zaman ile uzay birbirleriyle yakından bağlantılıdır (Arslan, 1996).

Zamanın fizyolojik ve astronomik yönlerinden bahseden bir diğer bilim adamı Carrel'dir. Carrel (1977) 'e göre, fizyolojik zaman değişkendir. Astronomik zaman ise çok az değişen veyahut değişmeyen zamandır. Yumurtanın açılmasından başlayarak tohumların birleşmesinden, ölüm anına kadar olan süreçte, bireyde gerçekleşen değişimler fizyolojik zaman kavramını oluşturur ve bu hissedilebilir. Oğuzhan ve Alaylıoğlu (1968) zamanı olayların birbirlerini izlemesine olanak sağlayarak soyut, olayların içinde sürüp gideceği düşünülen, zihinde yaratılan ve başlangıcı bitişi belirsiz bir terim şeklinde anlamlandırmışlardır. TDK (1982) ise zamanı; aklımızda kurduğumuz olayların birbirini izlediğini görerek ve olayların bundan sonra da içinde olup gideceklerini düşündüğümüz, başlangıcı ve bitişi belli olmayan soyut bir kavram olarak tanımlamaktadır.

### 2.1.1. Zaman Kullanımı

Zaman, bir uğraş ya da oluşun içerisinde bulunduğu, bulunmaya devam ettiği süre ya da geçeceği zamandır. Bireyler, vakitlerini iyi kullanmak ve planlamaya mecburdurlar. Zira vakit, kiralanamaz, ödünç alınamaz, depolanamaz, çoğaltılamaz, tasarruf edilemez, satın alınamaz ve iyi analiz edilmediğinde gerginlik yaratır (Hazar, 1999). Vaktin verimsiz ve yanlış değerlendirilmesinden dolayı meydana gelen sıkıntılar bütün toplumu ve kişiyi etkileyebilmektedir. İnsanın kendisine, biyolojik ve fizyolojik gereksinimlerinin karşılanmasına, çalışma yaşamına ayırmış olduğu zaman arasındaki denge, zamanı iyi kullanabilmesine bağlıdır (Köktaş, 2004). Kişi, neleri yapabilir yapamayacağını sınırlarını iyi belirlemelidir. Ayrıntı ve düşüncelerde zaman kaybetmeden az zamanda çok iş yapmak zamanı iyi kullanmak anlamına gelmemektedir. Tam aksine öncelikler ve amaç iyi belirlenip, yalnızca yapılmak istenenlerin yapılması, zamanın iyi kullanılması anlamına gelmektedir (Baltaş ve Baltaş, 1987; Uzun, 2016).

Kısaca birey, vaktini iyi kullanmak ve iyi planlamaya mecburdur. Çünkü;

1. Zaman ekonomisi yapılamayan,
2. Zaman borç alınamayan, kirayı kullanılmayan,
3. Çoğaltılmayan, satın alarak temin edilemeyen,
4. Hammaddede gibi depolanamayan, para gibi toplanamayan,
5. Kaybedilen ve sadece kullanılanıdır.

Mackenzie'e göre son derece nazik, Drucker'e göre eşsiz ve en kıt, Laiken'e göre temel bir kaynak olan, Tyler'e göre ise hayattaki en katı ve en acımasız element bir varlıktır (Cyril, 2014).

Vaktini verimli kullanabilen bir birey;

1. Zamanını en verimli ne şekilde kullanacağını ve her an ne yapacağını bilmektedir.

2.Yanlışını, eksikliklerini kişiliğinin hangi olumsuz yola yatkın olduğunu fevkalade biçimde öğrenmiştir.

3.Yaşamında başında geçen tüm hadiselerden alması gerekli dersi alarak deneyimlerini arttırır.

4.Birey, şahsiyetini ve hayatını yaşar.

5.Çoğu şeyi hafızasında silinmeyecek şekilde ek bellek işleyişine hâkim olmasından dolayı, belleğindeki tüm manasız sebeplerin yerini manalı sualler alır.

6.Hedeflerine ulaşmak için her gün zamanını nasıl kullanması gerektiği konusunda yeterince kendini hazırlar, dolayısıyla daha fazla mutlu olmak ve zamanının daha verimli olması için boş zaman hobilerine ve ilgilendiği şeylere vaktini ayırabilir (Uzunoglu, 1992).

Bireyin vaktini verimsiz kullanmasında bireyin hataları şu şekilde sınıflandırılmaktadır (Cyril, 2014).

1. Değişken ve karmaşık, öncelik ve hedef tercihi,
2. Çalışma taslağının günlük olmaması,
3. Her zaman üstünde çalışılmakta olan işlerin bir türlü bitmemesi,
4. Kendi kendine zorlayıcı vasıfta müeyyideler koymamak, daha önceden sınırlı tarihleri belirlemek,
5. Eksiksiz, fevkalade iş yapmayı reddetmek,
6. Düzensiz, sıkıcı, başıboş bir ortamda uğraş vermek,
7. Yapılacak uğraşta sorumluluk ve yetkinin kesin ve belirgin bir şekilde belli olmayışı,
8. Vazife verme konusunda ilgisiz olmak,
9. Ayrıntıda boğulmak, ayrıntılar üzerinde gereksiz vakit geçirmek,
10. Anlaşmazlıkların karşısında durmaya çalışmak,
11. Alışlagelmiş şekilde işleri yapma eğiliminden kurtulamamak, yenilikler karşısında direnmek,
12. Tek bir iş üzerinde yükselme konusunda kararsız olmak, fazla sayıda iş yapma eğiliminde olmak,
13. Her şeye "evet" demeyi tercih etmek. Bazen "hayır" demesini bilmemek,

14. Haberleşmeye ve fazlasıyla bilgi alışverişine katılmak ya da haberleşme ve bilgi yetersizliği,
15. Reddetmek, acele ve çok çabuk karar vermek,
16. Yorgun ve keyifsiz iken ya da aşırı sevinçliyken işin üzerine gitmek,

Zamanın iyi planlanmamasının neden olabilecek olan şu etmenlerden de söz edilebilir (Baltaş ve Baltaş, 1987).

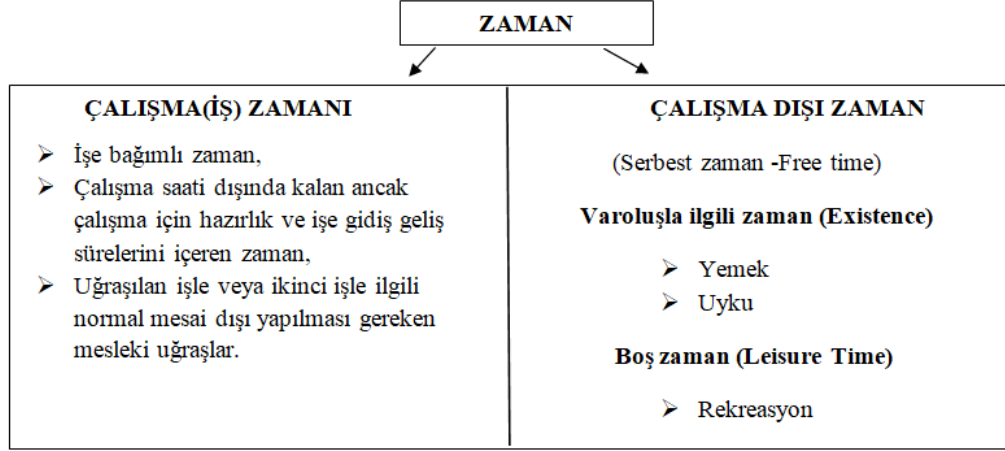
1. Acelecilik,
2. Hoş olmayan tercihler arasında sürekli bir tıkanma,
3. Birçok serbest zamanın zararlı etkinliklerle yorgun ya da gevşek geçirilmesi,
4. Spesifik bir süre zarfında tamamlanması gereken işlerin tamamlanamaması,
5. Bireysel ilişkiler ya da dinlenmek için az vakit,
6. Detaylar ya da yapılacak işlerin altında, zamanın çoğunluğunda ezilme duygusu ve istenmeyen görevleri yerine getirmek.

Bu belirtilerden kurtulabilmek için;

1. Öncelikleri en mühim hedeflere yönelik belirlemek,
2. Gereksiz görevler atlatılarak, zaman kazanılır,
3. Esas tercihler gerçekleştirmek öğrenilir.



## 2.1.2. Zaman Kullanım Bölümleri



Şekil 1. Zaman kullanım bölümleri

(Meyer vd, 1970)

Bir diğer yorumla;

Zaman, geçmişten günümüze süregelen olayların bireyin kontrolü olmadan kesintisiz devam eden ve geleceğe doğru birbirini izleyen bir evredir (Akataı, 2003; stn vd., 2013). Vakit bireyin sınırsızlık boyutudur. Bir deneyimden bir diğer deneyime, bir yerden farklı bir diğer yere geçiŐinin ne kadar süre devam ettiğine dair ileriye taŐıdıėı süredir (Arslan, 1996).

## 2.2.BOŞ ZAMAN

Serbest zaman kavramı Antik Yunanda bilgi, iyilik ve gerçeklik gibi evrenin yüksek değerlerine odaklanmak, bunları anlamak ve bu konular üzerine düŐünmek olarak algılanmıŐtır. Bu algıya göre serbest bir Şey yapılan zaman değildir, aksine derinlemesine idrak, düŐünmek, tatminler, estetik zevk, seçkin olma ve beğenilme elde etme zamanıdır. Çalışma alt tabakada bulunan bireyler için bir bağlılık içerirken, serbest zaman ise st düzey bireylere, siyasi idarecilere ait bir üstünlük, imtiyaz olarak görünmekteydi. Antik Yunan'ın aksine Roma dönemine gelindiğinde ise serbest zaman bir sınıfsal farklılığa iŐaret etmiyordu, yani Roma döneminde boş

zaman sınıfsal bir ayrıcalık değildir. Bu dönemde serbest zaman üretici etkinliklerden sonraki bir zaman, işi destekleyen bir kavram şeklinde idrak ediliyordu. Bu nedenle, yöneticiler tarafından bu zaman dilimini verimli bir şekilde değerlendirmek için eğlence ve diğer faaliyetlerin teşvik edildiği belirtiliyordu (Juniu, 2000).

Antik Yunan'da serbest zamanın *scholē* kavramı ile ifade edildiği yerde, Roma döneminde serbest zamanın karşılığı olarak "otium" kavramı; tazelenme ve dinlenme, çalışmaya geri dönmek için toparlanma zamanı anlamında kullanılmıştır. Roma döneminde Antik dönemin aksine sınıfsal bir hak olarak değerlendirilmeyen boş zaman, bir yaşam tarzını ve sosyal bir statüyü ifade etmiyordu. Bu açıdan Roma döneminde çalışmayı destekleyici eylemlerin gerçekleştirildiği zaman dilimi olarak serbest zaman değerlendirilmiştir. Bu anlamı ile modern döneme ait bir kullanıma serbest zaman sahiptir (Juniu, 2000). Günümüzde ise serbest zaman, gevşeme ve işin zorlayıcılığından kurtulma olarak tanımlanmaktadır (Aytaç, 2006). Böyle bir tanımda, bireyin belirli bir zahmet altına girdiği, rahatsız edici olduğu, işin üretim sürecine dahil olmanın sıkıntı verdiği, özgürlüğünün bir anlamda tahdit edildiğinin peşinen kabul edilmiş olmaktadır. (Mullet, 1988). İnsanın serbest zamanı için kıymetli olan etkinlikleri, imkankarı, eğitimleri ve danışmanlık hizmetlerinin tamamını kapsamaktadır (Yamaner, 2001).

Herhangi bir mecburiyet veyahut yükümlülük olmamakla beraber değerlendirme yeteneği olan olan vakitler serbest vakit anlayışı içinde değerlendirilmektedir (Shivers ve Delisle, 1997). Çağımız teknolojisinin gelişmesiyle beraber bireylerin ya da grupların çalışma saatlerinde ciddi derecede azalmalar görülmekte ve bu durum bireylerin iş dışında kalan zamanlarını değerlendirme ihtiyacını ortaya koymuştur. Özellikle kent yaşamında önemli bir ihtiyaç haline gelmiş olan serbest zaman değerlendirme konusu insanların günlük zaman bütçesinde önemli bir yeri olan fizyolojik ihtiyaçların içinde yükselen bir eğilim olarak görülmektedir (Argan, 2013). Özellikle gençlik zamanında en hareketli dönemini yaşayan insanlar serbest zamanlarında enerjilerini toplum ve birey faydasına olan etkinliklerde kullanmalarında, nitelikli ve iyi bir şekilde geçirmelerinde, beceri, bilgi ve yeteneklerini geliştirmelerinde, kötü alışkanlıklardan korunup yalnızca mekteplerde

verilen eğitim ile değil bunların yanı sıra ders dışındaki faaliyetlerde de mühim bir rol oynamaktadır. Gençlerin boş vakitlerini verimli bir şekilde değerlendirmesi sağlık, sosyokültürel, ekonomik, eğitsel ve eğitim sorunlarının yaşanmaması açısından önemlidir (Korkmaz, 2000). Bu nedenden dolayı öğrencilerin serbest vakitlerini eğitsel şekilde değerlendirilmesi için üniversitelerde kültürel, sosyal vb. geliştirmek gerekmektedir (Zelinski, 2004; Korkmaz, 2000). Boş vakitlerini iyi bir şekilde değerlendirmemek, gençlerin karşılaşabileceği çeşitli problemlerin yanı sıra, bu vakitleri iyi değerlendirmenin toplum ve birey açısından çeşitli faydaları olduğunu ifade etmek mümkündür. Atmaca (1997), serbest zamanlarını iyi bir şekilde değerlendirmenin, psikolojik açıdan yararının yanı sıra sosyal açıdan da önemli yararlar sağladığı tespit edilmektedir. Serbest zamanlarını iyi değerlendirerek, gençlerin günlük sıkıntılardan uzaklaşması ve rahatlaması daha çok psikolojik bir yarar olarak dile getirilmektedir (Köknel, 1981). Gedik, gençlik zamanlarında boş vakti değerlendirmenin psikolojik bakımdan mühim faydalar oluşturduğunu savunan bir diğer araştırmacıdır (Gedik, 1985). Ona göre boş vakitlerini iyi bir şekilde değerlendiren insan; toplumun farklı unsurlarının uyumlu bir şekilde bir araya gelmesinden doğan, fiziksel ve zihinsel bir şahsiyet elde eder. Bununla beraber serbest zamanlarını uygun bir şekilde değerlendirmenin güvenilir bir kişiliğin meydana gelmesinde tesir etmektedir.

Serbest zamanların değerlendirilmesi ile kişilerin kibar, anlayışlı, güvenilir ve anlayışlı olmalarında destek olur, birey kendini bir başına düşünmez, bir takıma, gruba ya da faaliyete katılım göstererek yalnızlığını azaltır, cinsel gerginliklerin giderilmesi ve saldırganlık eğilimlerinin azalması giderilebilir, sağlanır. Üstelik birey böyle faaliyetlere katılım göstererek sosyal bir karakter geliştirme olanağı da sağlamaktadır. “Hem başkaları hem de bireyin kendisi için tüm mecburiyetlerden ya da bağlantılardan özgür olduğu ve kendi tercihiyle seçtiği bir aktiviteyle meşgul olduğu süreçtir” ifadesiyle Parker boş zamanı tanımlamaktadır (Hacıoğlu vd., 2009). Aristoteles için serbest zaman, toplumların beraber yaşamasını garanti eden bir faaliyet alanıdır. Çalışma sonucunda elde edilen durum, insanları barışçıl bir şekilde bir arada tutmak için ekonomik özgürlüklerin yeterli olmadığını düşünen (Hunnicut, 2006) Aristoteles, bireylerin onları düşünmeye yönlendirecek, böylelikle kendilerini gerçekleştirmelerini sağlayacak ve gerçek anlamda mutlu edecek değerli bir alan

olarak görmektedir. Bireyin biricik etkinliğinin düşünme olmadığının bilinci ile düşünme dışında kalan etkinliklerin de usları tarafından yönlendirilmesi ve düzenlenmesi gerektiğini ifade eden Aristoteles, serbest zaman ile ilgili salt hazcı yaklaşımlara da karşı çıkmaktadır (Cevizci, 2001). Parr ve Lashua (2004) ise serbest zaman kelimesini farklı düşünceleri ve fikirleri, kavramları çağrıştırdığını belirtir. Kelimenin normatif manalarına geleneksel olarak bakıldığında ise bireyin hür olduğu vakit olarak ifade edildiğini belirtmiştir.

Genel bir tanım yapılacak olursa serbest zaman; bireylerin belirlenmiş olan süre zarfındaki yaşantılarının çalışmalarıyla ilgili faaliyetler, diğer mecburi davranışlar, hayatı sürdürmek için zorunlu faaliyetlerden arta kalan parçasıdır (Hazar, 2003). Boş zamanı değerlendirme alışkanlıkları ile ilgili farklı düşünceler de vardır (Kocaekşi, 2012; Aytaç, 2002). Serbest zamanın iş yapma zamanının aksine olduğunu, yenilenmenin, istirahat etmenin çalışma için olmadığını savunan klasik görüşe göre modern sosyal gruplarda imtiyazların olmadığı, birlikte çalışan bireylerin birbirlerine karşı hürmet göstermeleri gerektiği ve boş zaman değerlendirme etkinliklerinin toplumun çoğunluğuna yayılımını savunmaktadır. Boş zamanın kullanım haklarının (Avrupa'da Feodal dönem) yüksek sınıflara ait olduğunu savunan ve sosyal sınıfın sembolü olduğunu savunan düşünceye sanat, sanat, seyahat ve himaye yüksek ve özel sosyoekonomik sınıfı içermektedir. Bir görüşe göre rekreasyon, aile ve toplumla olan yükümlülüklerden ayrı olarak, bireyin kendi rahatlama, eğlenme, bilgi edinme vb. aktiviteleri gerçekleştirdiği bir olgudur. Bu şekilde bireyin kendi ihtiyaçlarını karşılaması ve kendini geliştirmesi hedeflenir. Yükümlülük dışı zamanı savunan bir görüşe göre, boş zaman çalışma, işle ilgili işler, seyahat, ders çalışma, sosyal sorumluluklar gibi faaliyetlerin gerçekleştirildiği zamanlar ile uyumak, yemek, içmek ve özel bakım gibi hayatın ana aktivitelerinin haricinde olan vakit anlamında tanımlanır. Bu görüşe göre boş zaman, kişinin kendi isteği doğrultusunda kullanabileceği, istediği aktiviteleri gerçekleştirebileceği bir zaman dilimidir (Aytaç, 2006).

Bu görüşe göre, boş zamanın var olma durumu ya da var olma mevkii olduğu ve kişinin kendini geliştirmesi, memnun olması ve kendisini zenginleştirmesi için

kullanılması gerektiği savunulmaktadır. Bu yaklaşımda, aktivite sırasında hissedilen özgürlüğün ve psikolojik yakınlığın önemi vurgulanmaktadır (Balcı, 2003).

### **2.2.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları**

Serbest zaman düşüncesinin evrim sürecine bakıldığında, endüstri devriminin gelişmesiyle beraber sermaye birikimi, tasarruf, çalışma ve yeni toplumsal değerlerin ortaya çıkması gibi terimlerin ortaya çıktığı, boş zamanın lüks ve tembellik olarak kabul edildiği gözlenmektedir (Sağcan, 1986). Sanayi ve sanayi devrimi, sosyal ve kültür bakımından yaşamın değişmesine ve kendi içinde özgür, bağımsız yaşam alanlarının oluşmasına yol açmıştır. Bu dönemde iş kavramı, zorunlu, disiplinli, kurallara dayalı ve tekrarlanan bir yapıya dönüşmüştür. Bu durum ise iş harici alanı da özgül bir yaşam alanına dönüştürmüştür (Kraus, 1998).

Bireylerin ve toplumların sosyal yaşantılarında önemli bir yeri olan rekreatif faaliyetlerin organizasyonunda üniversitelerin daha fonksiyonel bir rol üstlendiği görülmektedir (Mete ve Ağaoğlu 2003). Üniversite dönemleri, bireylerin yalnızca dersle ilgilenecek kendilerini tam anlamıyla geliştirebilecekleri bir dönem değildir (Aslan, 2009; Huang ve Carleton, 2003). Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirmeleri ve rekreasyonel etkinliklere katılmaları, üniversitelerin sunmuş olduğu imkanlar çerçevesinde yarı teşkilatlı bir şekilde gerçekleşmektedir. Bu anlamda, yükseköğretim öğrencilerinin resmi eğitimleri haricinde kalan vakitlerini iyi bir şekilde değerlendirmelerine yardımcı olmak için yönlendirici bir rol üstlenebilirler. Üniversiteler, buna dair altyapı olanakları ve rekreasyon programları oluşturarak, öğrencilerin iletişimlerini artırmanın yanı sıra diğer katılım nedenlerini de tatmin etmeyi hedefler (Balcı, 2003). Rekreatif çalışmaları, zihinsel performansın artışı, yaratıcılık ve kültürel gelişimler gibi alanlarda mühim olan bir terim olarak kabul edilmektedir (Yaman, Yaman ve Burgul, 2004).

Rekreasyon, insanların boş zamanlarını değerlendirirken keyif alabilecekleri, dinlenebilecekleri ve kendilerini geliştirebilecekleri etkinliklerle ilgilenmeyi içerir.

Dumazedier, İngilizce olarak kelimelerin baş harflerini 3D olarak sınıflandırmasından yola çıkarak adlandırılmış olan boş zamanın üç temel fonksiyonundan bahsetmektedir. Bu fonksiyonları " eğlenme (divertisment), kendini bırakma ya da dinlenme (de lesement), ve gelişim veya kendini geliştirme (development)" şeklinde ifade etmiştir (Köktaş, 2004). Çoğunlukla iş sonrası yorgunluk ve stres gibi rahatsızlıkların ortadan kaldırılması için can sıkıntısını ortadan kaldırmak, dinlenme veya sıkıntı sonrası rahatlamak için günlük davranışların deviniminden kurtarmış olan, daha geniş sosyal katılmaya taban oluşturan, eğlenme, insanın kişiliğinin gelişimine ve gösterilmesine eğilimli, bireyin düşüncesini değiştiren ve boş zamanın gelişim fonksiyonları için bu kapsamda çıkarıcı olmayan aktiviteler değerlendirilmektedir (Karaküçük, 2005; Tezcan, 1993).

#### **2.2.1.1.Dinlenme Fonksiyonu**

İnsanlar, serbest zamanlarında öncelikle dinlenmek istemektedirler ve çoğu etkinliğe dinlenmek için katılmaktadırlar. İyi zaman yönetimi için dinlenme ihtiyacı önemlidir ve dinlenme etkinlikleri kişinin özgür iradesiyle gerçekleşmelidir. Ayrıca dinlenme için özel alanlar da gereklidir. Tarihsel olarak, dinlenme fonksiyonu her zaman öncelikli olmuştur. Bireyler, kalabalık ortamlardan uzaklaşarak açık havada zihinsel olarak dinlenme ihtiyacı duyarlar (Köktaş, 2004).

"Sinir gerilimlerinin yanı sıra bedensel pürüzleri giderici bir fonksiyon olan yenilenme, dinlenme, yeniden kazanma, halsizlik ve iş sonrası gerginliği giderme yoluyla temel özelliklerini taşır. Fiziksel ve psikolojik açıdan yenilenmek için edilgen ya da etken çoğu serbest zaman etkinliğinin hayata geçirilmesi şeklinde de tanımlanabilir." (Karaküçük, 1999).

#### **2.2.1.2.Eğlenme Fonksiyonu**

Fransa'dan gelen eğlence terimi, insanların serbest zamanlarında yaptıkları aktivitelerin yanı sıra kendi hayatlarını da yaparak "eğlence" olarak

adlandırılmaktadır (Balcı ve İlhan, 2006). Türkçede serbest zamanın değerlendirilmesi için yaygın olarak kullanılan eğlence kavramı, Latince ‘‘yeniden yaratma’’ ile aynı anlamı taşımaktadır (Coleman ve Barries, 2000; Şama, 2003).

Bireyin can sıkıntısını gidermesi veya sıkıntı sonrasında rahatlama sağlaması için tercih edilen, rekabetin oyundan alınan keyfi önemsemediği tüm sporlar ve diğer faaliyetler ile günlük ihtiyaçları karşılamayan çeşitli aktivitelerde pasif veya aktif olarak yer alma olanağı sunan bir boş zaman etkinliği olarak tanımlanabilir (Brotherton, 1991).

Günümüzde, insanlar statülerini iyileştirmek ve başarılı olmak için her ne kadar fazla boş zaman etkinliklerine katılırlarsa, o kadar avantaj elde ederler. Aynı şekilde, günlük hayatta da eğlenceye büyük önem verilir (Püsküllüoğlu, 2005). Huzuru tamamlamak için eğlenceye ihtiyaç duyarız. İnsanlar hayatın monotonluğunu değiştirme arzusuyla eğlenceye yönelirler. Ayrıca eğlence, toplumsal ilişkilerde gelişim gösteren bir meşguliyettir (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2017). Bu nedenle, mutluluk, kişisel tatmin eğlence ile birlikte gelişen ve değişen bir duygudur (Gültekin, 2008).

Eğlence genel olarak, insanların tatmin edici bir istekle serbest zamanlarında faaliyetlere katılmaya istekli olduğu bir kavram olarak tanımlanabilir (Tunçel, 1993).

### **2.2.1.3.Gelişim Fonksiyonu**

Gelişim, bireylerin günlük faaliyetlerin otomatikleştirilmesinden kurtulmalarını, daha kapsamlı bir toplumsal etkileşim için temel oluşturmalarını ve çıkarıcı faaliyetler yerine kişiliklerini geliştirme ve sergileme eğilimlerini içermektedir (Karaküçük, 2005). Gelişim fonksiyonunun amacı, tıbbi ilerlemelerle ömrü uzayan insanların bilişsel performanslarının, kişisel beceri ve yeteneklerinin gelişmesini sağlamaktır (Başarangil, 2014).

Gelişim fonksiyonu, serbest zamanda bilgi alışverişinde bulunmak, bir kültürü geliştirmek ihtiyacının ağır bastığı meşguliyettir. Örgütlenmiş gönüllü sosyal veya birdenbire ortaya çıkan aktivitelere katılım gereksiniminin ağır bastığı aktivitelerdir (Türkay, 2018). Bu tür aktiviteler, insanlara zihinsel ve bedensel yaratıcılık olanağı sağlayarak zihinsel ve fiziksel yorgunluğu azaltır (Sağcan, 1986).

Bugün, insanlar kendilerine yeni bir yaşam değeri ölçeği oluşturarak kendi yaşam tarzlarını planlama eğilimindedir. Bu şekilde, monoton ve klişe zaman geçirme alışkanlıklarından uzaklaşarak başkalarının vakit geçirdiği şeylerden kurtulabilirler. En önemlisi, bireysel yaratıcılıklarını geliştirir ve kendilerini rahatlıkla ifade edebilirler. Bu tür gelişim faaliyetlerini gerçekleştirerek, "serbest zamanı değerlendirme" rolünü üstlenmiş olurlar (Türkay, 2018).

### **2.3.BOŞ ZAMAN REKREASYON İLİŞKİSİ**

Bireylerin serbest zaman kullanımlarını Morgan beş bölümde kategorize etmiştir. Bunlar kültür ve kişilik, referans grupları, önceki fikirler ve ailedir. (Bowdin, McDonnell, Allen ve O'Toolo, 1999).

Bu faktörlere değinecek olursak;

#### **2.3.1. Aile**

Gençleri boş zaman kullanımında önemli bir rol oynayan aile kavramı, bireyin kaynak, olanak ve boş zaman kullanımını ciddi biçimde tetiklemektedir. Gençlerin görev ve sorumlulukları, ailenin elinde bulundurduğu olanaklarla birlikte yaşam biçimleriyle 'de ilgilidir. Boş zaman davranışına aile yapılaşmasında meydana gelebilen (boşanma, evlilik) gibi değişikliklerde tesir etmektedir (Bull, Hoose ve Weed, 2003).

Boş zaman aktiviteleriyle ilgili gençlerin sahip olduğu tutum ve davranışlar, aile içi etkileşim yoluyla edindikleri değer ve normlardan etkilenmektedir. Aile yapısı, sosyoekonomik ve sosyokültürel özellikleri, kırsal veya kentsel yaşama durumları



gibi faktörlere bağılı olarak, ailelerin sahip olduğu değer ve normlar da farklılık göstermektedir (Aslan, 1994).

### **2.3.2. Referans Grupları**

Yakın bağılantılar içinde bulunan insanların hareketlerinden tesir alanlar bu sınıfta yer alırlar (komşular, ahbap çevresi, aile yapısı, akranelar). Birincil referans grupları bunlardır. Diğerlerine oranla biraz daha az temasta bulunan insanlar ise ikincil referans grubu olarak tanımlanmaktadır (Köybaşı, 2006).

### **2.3.3. Önceki Fikirler**

Fikir lideri olarak tanımlanman, tecrübe sahibi olan çekirdek ekipler içinde bulunur. Yeni serbest zaman tecrübelerini serbest zamanı değerlendirme konusunda bilinç sahibi bireyler üretirler. Bu deneyimler topluluklarca incelenerek eyleme dönüştürölür. Yeni serbest zaman faaliyetleri bu şekilde ortaya çıkmaktadır. Yeni serbest zaman etkinliklerine ayak uydurma hareketi normal bir hareket hareketini takip eder (Köybaşı, 2006).

### **2.3.4. Kişilik**

Serbest zaman etkinliklerine eğilim bireylere göre çeşitlilik arz edebilmektedir. Gençler; utangaç, dinamik, agresif, tembel, çekingen, dışa ve içe dönük, kendine güvenen olabilir. Bu faktörler serbest zaman faaliyetlerinin tercihinde mühim bir rol oynamaktadır (Köybaşı, 2006).

### **2.3.5. Kültür**

Kişi, kültürel unsurların etkisiyle toplumsallaşarak doğanın içine aldığı özelliklerin dışında bazı nitelikler kazanabilir. Bu kazanılmış veya öğrenilmiş özellikler, toplumsal hareketlerde kendini yansıtabilir (Ertürk, 1972). Serbest zamanları değerlendirme faaliyetleri kapsamında rekreasyon faaliyetleri üzerinde de toplumun

genel kültür yapısı etkili olmaktadır. Bir rekreasyon etkinliği kültür yapısı gözler önünde bulundurmadan düşünülemez. Modern iletişim teknolojileri ve ulaşım sayesinde kültür kısıtlayıcıları son zamanlarda büyük ölçüde kaldırılmıştır (Emir, 2012).

## **2.4.ENGEL**

Boş zaman literatüründe, "engel" kavramı bireyin boş zamanlarında rekreasyonel faaliyetlere katılımını kısıtlayan ve bireyin karşılaştığı katılımını engelleyen nedenleri tanımlamak için kullanılmaktadır (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Etkinliklere katılan bireylerin perspektifine bağlı olarak, boş zaman kavramı farklı şekillerde tanımlanabilir (Howe ve Carpenter, 1985). “Dünya Boş Zaman ve Rekreasyon Birliği”nin tanımlamasına istinaden, boş zaman insan hayatının özel bir alanıdır ve seçme şansı, yaratıcılık, hoşnutluk ve memnuniyet sağlayan, kişisel doyumunu arttıran eğlencelere öncülük eden faydalarla karakterizedir (Özdemir, Karaküçük, Gümüş, Kıran, 2006). Boş zaman, daha genel anlamıyla bireyin özgür bir şekilde değerlendirebileceği zaman parçasını açıklamaktadır (Broadhurst, 2001).

Rekreatif faaliyetlere katılmak için bireyin özgür bir biçimde değerlendirebileceği bu zaman parçasının tamamıyla zorunlu ihtiyaçlar ve çalışma için ayrılmış zaman haricinde yer alması gerekmektedir (Karaküçük, 2005). Boş zamanı ve insanları değerlendirecek yer arasında bir bağ vardır (Guilliani ve Feldman, 1993). Bu nedenle doğadan uzaklaşma ve konut darlığı gibi nedenler boş zaman etkinliklerine katılımlara bazı engelleri oluşturabileceği gibi bunun yanında, teknoloji, kalabalık, kent yaşamının akıcı ilerleyişi vb. sebepler de rekreatif faaliyetlere katılıma engel oluşturabilecek nedenlerden yalnızca bazılarıdır.

Bu tarz engeller bireylerin çeşitli yeteneklerini ortaya koyamamalarına ve enerjilerini fazla kullanıp boşaltamamalarına ve sebebiyet vermektedir. Bu ortamda, insan kendisini stres ve sürekli bir baskı altında hissetmekte, özellikle gençlerin çeşitli sıkıntı, daha fazla aktif olma, değişim ihtiyacı, yenilik ve çeşitli sorunlara neden olmaktadır (Karaküçük, 2005). Günümüzde teknolojik gelişmelerle gelişen toplum, beraberinde rekreasyon etkinliklerine verilen önemi’de arttırmıştır. Üniversitelerde

rekreasyon etkinliklerin öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmeleri üzerinde ciddi bir rolü vardır. Ayrıca sosyal çevrenin her statüsünde yaşayan bireyler için yaratıcılıklarını kullanabilecekleri, serbest zamanlarını değerlendirebilecekleri, kendilerini ifade edebilecekleri faaliyetlere ihtiyaç vardır. Bu tip faaliyetlerin düzenlenmesinin yanında, farklı faaliyetlerin yönetimi ve önderliği için rekreasyon öğretimi maksadıyla içeriklerin ve ders adlarının oluşturulması gerekmektedir (Balcı, 2003).

## **2.5.SPORTİF REKREASYON**

Rekreasyon işlemleri içinde başlıca beden hareketi ya da değişik spor dallarının rekreasyon amaçlı kullanımına dayanan ve rekreatif işlemlerinin büyük bir bölümünün bileşimi türü sportif rekreasyon anlamına gelmektedir (Chase, 1996). Beden hareketleri sportif rekreasyonun tabanını oluşturur (Zorba ve Bakır, 2004). Rekreatif spor etkinlikleri ya da sportif rekreasyon, performans sporlarından değişik olarak daha az iddialı olmayı, adil olmayı ve kurallara istinaden hareket etmeyi, davranış sergilemeyi mecbur kılan uygunluk becerilerini geliştirmeyi hedefleyen etkinliklerdir. Rekreatif fiziksel etkinlikler, yeni beceriler öğrenme, sorun çözme becerilerini geliştirme ve başarı ve başarısızlıklarla başa çıkmanın yeni yollarını bulma açısından harika fırsatlar sunabilir (Yaman ve Arslan, 2009).

Spor görevlerini ya da bir başka deyimle rekreatif spor branşları çağında giderek popülerite kazanmış ve yayılış gösteren bir serbest zaman gerçekleştirme olarak rekreasyonun çoğunluğunu oluşturur. Her tabakadan insana yönelmesi, ulaşmanın basit oluşu, sağlıklı bir yaşam sürdürme ve formda olmak gibi olumlu özellikler bulundurulması sportif rekreasyonun kuvvetli yönlerini içerir. Beraberinde endüstrileşme ile aynı doğrultuda yoğun ve yerleşim yerlerinin arttığı metropollerde yaşayan bireyler ulaşım yoğunluğu, ses kirliliği ve gerginlik gibi hayat şartlarını dezavantajlı duruma getiren unsurlardan uzak durmak ve tekrardan canlılık kazandırmak için atletik faaliyetlere değer vermektedirler (Kuter, 1998).

Rekreatif spor ya da bir diğer deyişle atletik rekreasyon; İnsanların sağlığı, bedensel, mental, ve toplumsal yarar sağlanması amacı güdülen yapılan sportif

grupların bir tür spor merkezindeki veya açık alanlardaki mali karşılığını ödeme yaparak ya da ödeme yapmadan icra etmeleridir (Biçer, 2008). Rekreatif faaliyet ortamları, Kültür ve Turizm Bakanlığı vasıtasıyla beş başlık altında birleştirmiş ve rekreatif özellik bulunduran faaliyetler saptanmıştır (KTB, 1989).

Buna göre rekreatif faaliyet ortamları:

Deniz ve Kum: Su kayağı, kanoculuk, yüzmeye, deniz motorları, zıpkınla balıkçılık, rüzgâr sörfü, dalgıçlık, kürekçilik ve yatçılık gibi su sporlarıdır.

Dağcılık, Kış sporları: Dağcılık, kaya tırmanışları, buz dansı, buz festivali, buz heykeltıraşlığı, alp kayağı, kuzey disiplini kayak, kar futbolu ve yelkenli kayak gibi etkinlikler vardır.

Tabiat ve Yeşil Turizmi: Salıcılık, balıkçılık, nehir yolculuğu, arıcılık, çiftçilik, avcılık, madencilik, botanik, jeoloji, ornitoloji, hayvan gözetleme ve izleme, gençlik kampları ve hayvan eğitimi gibi etkinlikler bulunmaktadır.

Sosyal Hayat İlişkileri: Okçuluk, bowling, tenis, müzik festivalleri, briç, paten, sıcak hava balonculuk, paraşütçülük ve sağlık çiftliği gibi etkinlikler bulunmaktadır.

Kültür, Sanat ve Elisheri: Fotoğrafçılık, sinema, video, müzik, heykeltiricilik, uçak modelciliği, antikacılık, astroloji, astronomi, çiçek tanzimi, mücevher yapma, el işleri, nakış, modern dans, klasik dans, satranç, makrame, kuklacılık gibi etkinlikler bulunmaktadır (Karaküçük, 1997).

Bunların hepsi göz önünde bulundurulduğunda, sportif rekreasyonun tanımını yayılış bakımından alanını daha da büyütmek mümkündür. Sportif rekreasyon, finansal getiri umudu bulunmadan serbest zamanlarda gerçekleştirilen, katılımcıların memnuniyet, keyif ve toplumla bütünleşme sağladığı; sıhhatli, enerjik ve diri olma amacı güden ve çoğunlukla bedensel aktivitelerin yer aldığı kapalı ya da açık ortamlarda gerçekleştirilen rekreatif spor etkinliklerinin tamamı olarak tanımlanabilir. Yani, sportif rekreasyon sadece fiziksel aktivitelerden oluşmaz, aynı

zamanda sosyal etkileşim, eğlence ve kişisel tatmin gibi faktörleri de içerir. Bu nedenle, sportif rekreasyon farklı yaş gruplarındaki insanlar için ideal bir aktivite türüdür (Şahin vd, 2009).

İncelediğimiz sportif rekreasyon (rekreasyonel spor) literatürü, spor kavramı ile rekreasyonel aktivitelerin birbirleriyle yakın ilişkisi olduğunu ve pozitif anlamda birbirlerini etkilediklerini göstermektedir. Sportif rekreasyon aktivitelerine katılan kişilerin en temel özellikleri ise şu şekilde sıralanabilir:

1. Sportif rekreasyon, tüm insanlar için ortak bir lisan oluşturarak evrensel olarak uygulanmaktadır. Din, ırk, dil, yaş, cinsiyet gibi ayrımlara bakılmaksızın herkesin katılımına açıktır (Argan ve vd, 2013).
2. Sportif rekreasyon ya da rekreasyonel spor branşları, kişinin kendisini dile getirmesine olanak sağlayan, özgünlüğünü artıran, yeni deneyimler kazandıran ve dostluk bağlarının kurulmasına yardımcı olan etkinliklerdir. Bu tür aktiviteler, sosyal çevrenin genişlemesine katkıda bulunur, neşeli ve sıhhatli bireylerin eğitilmesine imkân verir ve kişinin üretkenliğini ve veriminde artış gösterir (Yetim, 2000).
3. Rekreasyon, spor aktiviteleriyle sıkı bir bağlantı içerisindedir. Bundan dolayıdır ki spor rekreatif aktivitelerin en tanınmış ve en çok rağbet gören alanlarının öncüsü olmaktadır (Şahin, 1997).
4. Sportif rekreasyon, bireylerin çalışma hayatı haricinde olan serbest vakitlerinde yapmış oldukları ve çoğunlukla keyif alma amaçlı da olan etkinliklerdir (Kyle, 1983).
5. Gönüllülük esasına dayanan sportif rekreasyon aktivitelerine katılımda olduğu gibi diğer rekreasyon faaliyetlerinde de baskı ve zorlama olmaması esastır (Serarslan ve Bakır, 1988).

6. Sportif rekreatif etkinlikleri, katılımcılar için bireysel tatmin sağlayan, ortak ilgi ve heyecanların paylaşıldığı ortamlar oluşturarak insanları yabancılaşmadan kurtarma, hoşgörüyü teşvik etme, gelişmiş toplumsal ilişkiler ve toplumsal denge sağlama amacını taşır.
7. Bireyler, kendi ilgi ve tercihlerine uygun faaliyetlere katılarak monoton yaşamdan ve iş hayatının sıkıcı atmosferinden uzaklaşır. Ayrıca, benzer duyguları ve ilgi alanlarını paylaşan bireylerle bütünleşerek keyifli bir toplumsal çevrede bulunurlar (Ramazanoğlu, Altungül ve Özer, 2004).
8. Spor, amatörce yapılan bir boş zaman etkinliği olarak rekreasyonel aktivite niteliği taşır ve sportif rekreasyon özelliği kazanmaktadır (Kuter, 1998).

## **2.6.REKREASYON KAVRAMI VE TANIMI**

Rekreasyon kelimesi, Latince "recreatio" kelimesinden türemiştir ve yenilenme, yeniden yaratılma veya yeniden yapılanma anlamına gelir. Türkçe karşılığı olarak "boş zamanları değerlendirme" sıkça kullanılmaktadır. Bu da rekreasyonun boş zaman kavramıyla sıkı bir ilişkisi olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, rekreasyon öncelikle boş zamanı olan insanların gerçekleştirebilecekleri etkinliklerle ilgilidir (Karaküçük, 1997). Bireyin çalışma zamanları dışındaki boş vakitlerinde katılmış olduğu faaliyetlerde ilgilidir" şeklinde tanımlanmaktadır (Karaküçük, 2008).

Başka bir tanıma göre, rekreasyon, insanların zorunlu olarak yerine getirmeleri gereken iş, görev ve ödev gibi etkinliklerin ardından kalan boş zamanlarında, yenilenmek, bireysel tatmin, dinlenmek ve eğlenmek için gönüllü olarak katılmış oldukları faaliyetler ya da deneyimlerdir (Kraus, 1977). Türk Dil Kurumu'na göre, rekreasyon "İnsanların gönüllü olarak boş zamanlarında eğlence ve spor amacıyla katıldıkları etkinlikler" ve "Bir bölgeyi insanların dinlenme ve eğlenme amacıyla kullanabilecekleri bir duruma getirme" şeklinde iki ayrı şekilde tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2012).

Bireyler günümüzde hareketli bir dünya koşturması içindedirler. Hareketli uğraş temposu, bakılmak zorunda olan aile, omuzlarımızdaki ağır sorumluluklar ya da kimi bireylerin yaşamını çıkmaza sürüklemekte ve tempolu bir strese sebep olabilmektedir. Bireyler kendilerini rahatlatılabilmek ve tüm bu gerilimden uzak durabilmek adına boş vakitlerinde kendilerini mutlu edebilecek tüm bu streslerden uzaklaşmak için birçok boş aktivite icra edebilmektedirler. Bireylerin yapmaya mecbur olduğu yükümlülükler haricinde olan boş vakitlerde yapmış oldukları faaliyetler rekreasyonu meydana getirmektedir (Ardahan vd, 2016).

Okul yaşamının bir parçasını da rekreasyon etkinlikleri oluşturmaktadır. Günümüzde vaktinin büyük bir kısmını dersliklerde, laboratuvarlarda veya çalışma masalarında zaman harcayan her öğrencinin rekreasyonel faaliyetlere katılma gereksinimi vardır (Zorba vd, 2006). Rekreasyon; dans, spor, oyunların yanı sıra iç ve dış mekân eğlencelerinin farklı biçimleri ve sağlık durumu için son derece önemli bir unsurdur (Kraus, 1977).

Tekin (2009), rekreasyonun tanımlanması sürecinde kullanılan temel kavramları bu şekilde sınıflandırmıştır.

**Zaman:** Yapılan aktivite Serbest zaman dilimi içerisinde gerçekleşmelidir.

**Seçim:** İnsan hangi etkinliğe katılmak isterse ona yönelir.

**Gönüllü Katılım:** Birey kendi isteği ile gönüllü olarak, hiçbir zorlama altında kalmadan o faaliyette bulunur.

**Fayda:** Bireyde mutlaka bir yönden gelişim gerçekleşmelidir; bir fayda sağlanmalıdır.

Bu kavramların nasıl kullanılacağı anlatımı yapacak kişinin önceliği olmalıdır. Ancak anlam olarak diğer anlamlardan farkındalık oluşturmamalıdır.

### **2.6.1. Rekreasyonun Özellikleri**

Yaşam tarzının değişmesi, yeni ekonomik sistem ve sosyal ihtiyaçların ortaya çıkması, büyük alışveriş merkezlerinin toplumda yeni eğlence merkezlerine

dönüşmesine neden olmuştur. Bu sosyal değişim, Serbest zaman ve Serbest zaman alanı kavramlarını da büyük ölçüde etkilemiştir. Eğlence, kişisel kendini yenileme ve kişisel gelişim kavramlarına hizmet etmeyi amaçlamaktadır, ancak kapitalist sistem altında bu insani ve sosyal özellikleri kaybetmeye başlamıştır. Çağdaş dünyada, insanlar tüketici ihtiyaçlarını karşılayan faaliyetler arasında eğlence ihtiyaçlarını da karşılamaya zorlanmaktadır. Bu da eğlence faaliyetlerinin yalnızca bir tüketim aracı olarak görülmesine ve toplumsal ilişkilerin sınırlı kalmasına neden olabilmektedir. Bu nedenle, insanların kendilerini yenilemek, geliştirmek ve sosyalleşmek için farklı, daha sürdürülebilir ve insani eğlence alanlarına ihtiyaçları vardır (Aktaş, 2011).

Rekreatif etkinliklerin var oluşu ile insanlar keyif, sosyal aidiyet, keyif ve mutluluk hissetmektedir. Ayrıca bazı bireylere temel ihtiyaçları karşılama özelliği sayesinde kendini tanıma, hayal gücü, yenilenme olanağı da mümkün kılmaktadır (Aktaş, 2009). Bireylerin istek ve ilgilerine göre, katılım ve amaç türlerine göre değişik rekreatif özellikler baş göstermiştir ve bu bağlamda ortak bir içerik yoktur. Ayrıca, çoğu bilim adamı tarafından onaylanan rekreasyonun birkaç ana özelliği vardır. Bu unsurlar rekreatif aktiviteleri konsept ve etkinliklerden ayırıştırıcı nitelikler olup (Öter, 2008), başlıca aşağıda belirtilmiştir:

Gümüş (2016) tarafından rekreasyona ait temel özellikler şu şekilde bir arada toplanmıştır:

1. Rekreasyon etkinliklerinin seçiminde gönüllü olma esasına dayanır,
2. Rekreasyon etkinlikleri bağımsızlık hissiyatını verir,
3. Rekreasyon üşengeçlik zıttı bir faaliyettir,
4. Rekreasyon serbest zamanlarda yapılır,
5. Neşe ve haz verir,
6. Rekreasyon anlık keyif sunar,
7. Rekreasyon farklı bir kişi için yapılamaz, bireyseldir,
8. Rekreasyon sıradanlığın değişimini sağlar,
9. Rekreasyonun manası katılanlara göre farklılık gösterebilir,
10. Rekreatif faaliyetler toplumsal ve kişisel fayda sağlamalı, sosyal açıdan uygun ve yapıcı olmalıdır.



Bir başka yaklaşımla rekreasyon;

1. Boş zamanda yapılan, kâr amacı taşımayan ve iş niteliğinde olmayan etkinliklerdir,
2. Rekreasyonda kişi; tamamen kendi arzusu ve gönüllü olarak faaliyetlerde bulunur, Rekreasyon faaliyetleri, katılanları mutlu eden, neşelendiren zevk verici bir yapıda olmaktadır,
3. Rekreasyon faaliyeti, toplumsal ve kişisel fayda sağlamaktadır,
4. Yemek yemek, uyumak gibi hayati önem taşımamaktadır. Toplumsal değerlere aykırı değildir (Koçyiğit ve Yıldız, 2014).

## **2.7.REKREASYONUN SINIFLANDIRILMASI**

Rekreasyon sınıflandırılmasında farklı uygulamalara gidilmiştir. Birey hangi tercih istikameti ve hangi sebeple olursa olsun rekreasyonel bir etkinliğe katılmayı istemişse, bu isteğine uygun bir çözüm mutlaka ortaya konur. Rekreasyon kavramını daha iyi tasvir etmek için aşağıdaki özellikler sıralanabilir (Gulam, 2016; Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

Rekreasyonel aktiviteler;

1. Bireylerin serbest zamanlarında katıldıkları aktivitelerdir.
2. Bireylere mutluluk hissi kazandırır.
3. Bireyleri tembellikten ve sıradanlıktan uzak tutar.
4. Bireylerin kendi iradeleri ile katıldıkları aktivitelerdir.
5. Bireye özgürlük hissi verir.
6. Bireylere sosyalleşme fırsatı sunar.
7. Bireylere sosyopsikolojik ve fiziksel anlamda faydalar sağlar.

Kültürel değişikliklerin olması rekreasyonun gruplandırılmasının farklılık yansıtılabileceğini öngörmüştür (Eroğlu, 2000). Bundan dolayı rekreatif etkinlikler farklı gruplandırmalar göz önünde bulundurularak incelenmiştir. Karaküçük (2008)

amaçlarına ve çeşitli kriterlerine göre rekreasyonu iki temel başlık altında toplamıştır.

### **2.7.1. Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması**

#### **2.7.1.1. Dinlenme Amacıyla Yapılan Rekreasyon Etkinlikleri**

Boş zamanın, tamamıyla dinlenmeye yönelik olarak, ruh ve beden sağlığının korunması amacıyla yapılan etkinliklerle değerlendirilmesidir (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017).

#### **2.7.1.2. Sportif Amaçlı Yapılan Rekreasyon Etkinlikleri**

Pasif şekilde seyirci, aktif spor yaparak, idareci veya savunucusu olarak serbest zamanın sportif etkinliklerle değerlendirilmesidir. Ardahan ve Ark. göre ise, boş zamanın sportif faaliyetler yapılarak ya da taraftar, izleyici vb. olarak değerlendirilmesidir. Bu etkinliklere pasif ya da aktif olarak katılmak mümkündür (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017).

#### **2.7.1.3. Toplumsal Amaçlı Yapılan Rekreasyon Etkinlikleri**

Toplumsal ilişkileri geliştirmeye ve ilişki kurmaya yönelik boş zaman değerlendirme faaliyetleridir (Kraus, 1998).

#### **2.7.1.4. Turizm Amaçlı Yapılan Rekreasyon Etkinlikleri**

Rekreasyon etkinliklerinin önemi gün geçtikçe artmaktadır çünkü turizmin tatmin etmeye çalıştığı ihtiyaçlar açısından büyük bir rol oynamaktadır. Bu etkinlikler, turistlere keyifli ve eğlenceli bir zaman geçirme imkânı sunarken aynı zamanda turizm hareketliliği sağlanan bölgenin tanıtımına da katkıda bulunmaktadır. (Tayfun ve Arslan, 2013). Kentsel mekanlarda yaşanan olumsuz şartlar ve yetersiz rekreasyon

kaynakları, kent insanlarını kent dışındaki rekreasyon kaynaklarına yönlendirmektedir. (Akten ve Akten, 2011).

Özellikle büyük şehirlerde yaşayan insanlarda, yoğun kent yaşamından kaçma isteği, turizm ve rekreasyon etkinliklerine olan ihtiyacın önemli bir etkeni olarak ortaya çıkmaktadır (Şahin vd, 2009). Düzenlenen etkinlikler, rekreasyon faaliyetinde bulunmak isteyen potansiyel turistleri etkinliğin gerçekleştirildiği bölgeye çekerek bölgedeki turizm hareketliliğini artırmaktadır. Aynı zamanda, etkinlikler aracılığıyla etkinliklerin düzenlendiği bölgenin tanıtımı da yapılmaktadır. Kültürel, sanatsal ve sportif etkinlikler, modern turizmde, etkinliklerin gerçekleştirildiği bölgenin imajını güçlendirmede etkili bir yöntem olarak kabul görmektedir (Tayfun ve Arslan, 2013).

#### **2.7.1.5.Kültürel Rekreasyon**

Turizm ve kültürel etkinlikler, geçmişten gelen kültürlerin korunmasını ve gelecek nesillere aktarılmasını sağlamaktadır. Ayrıca farklı kültürlerin tanıtımına da yardımcı olurlar. Tarihi yerleri, anıtları, kaleleri, mağaraları ziyaret etmek, insanlara geçmişle ilgili tanıklık etme fırsatı sunar (Başaran, 2016). Bu tür etkinlikler, katılımcıların beceri ve bilgilerini arttırmaya yönelik olabilirler (Hacıoğlu vd, 2017). Örneğin, müzelerin gezilmesi gibi etkinlikler, eski sanat ve tarihi eserlerin incelenmesine olanak sağlar. Böylece kültürel mirasın korunması ve gelecek nesillere aktarılması için önemli bir rol oynarlar. (Ardahan vd, 2017).

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

#### **2.7.2.1.Yaş faktörüne göre**

Farklı yaş sınıflarının şahsi tercihlerine göre yapmak istedikleri faaliyetlerdir (Karaküçük 2008).

### **2.7.2.2.Faaliyetlere katılanların sayısına göre**

Kitlessel, ferdi, aile, grup şeklinde olarak katılan rekreasyonel faaliyetlerdir (Karaküçük 2008).

### **2.7.2.3.Zamana göre**

Kış, yaz ya da farklı mevsimlerde yapılabilen rekreatif faaliyetlerdir. Ayrıca hafta sonları, günlük veya emeklilik süreçlerini içine alan uygun boş zamanlarda hayata geçirilebilen faaliyetlerdir (Karaküçük 2008).

### **2.7.2.4.Kullanılan mekâna göre**

Kapalı ya da açık ortamlarda yapılan faaliyetlerdir (Karaküçük 2008).

Karaküçük (1997) tarafından belirtildiği üzere, farklı deneyimler elde etmek için açık ya da kapalı alanlarda aktif ya da pasif bir şekilde gerçekleştirilen aktiviteler eğlence kapsamına girmektedir. Bu nedenle, eğlence, kişilerin yeteneklerini geliştirmek için katılabilecekleri bir dizi aktivite, eğlence ve kişisel yenilenme faaliyetleri olarak tanımlanabilir.

## **2.7.3. Özel İşlevlerine Göre Rekreasyon Çeşitleri**

### **2.7.3.1.Ticari Rekreasyon**

Ücret karşılığı gerçekleştirilen aktivitelerdir ve kar, ticari amaçlar doğrultusunda organize edilirler. Bu tür rekreasyon faaliyetleri, ticari işletmeler tarafından sunulan etkinlikleri içerir (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017). Örnek olarak at yarışları, yabancı dil kursları vb. verilebilir.

### **2.7.3.2.Estetik Rekreasyon**

Bu tür etkinlikler genellikle kültür ve eğitim düzeyleri yüksek kişilerin tercih ettiği aktivitelerdir (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2017). Bununla birlikte, yüksek gelir düzeyine sahip kişiler de bu etkinliklere daha sık katılmaktadır (Hazar, 2003). Örnek verecek olursak popüler müzik eserlerini dinlemek veya sanat aktivitelerine katılmak gibi etkinlikler içerir.

### **2.7.3.3.Zihinsel (Entelektüel) Rekreasyon**

Rekreasyon etkinlikleri sadece eğlence amaçlı değil, aynı zamanda bireylerin bilgi ve anlayış düzeylerini arttırmalarını hedefleyen faaliyetlerdir. Bu nedenle, zihin ve öğrenme üzerine odaklanır. Örneğin, kültürel turlar, müze gezileri ve eğitim seminerleri gibi etkinlikler, insanların yaşamlarını zenginleştirmelerine ve bilgilerini genişletmelerine yardımcı olabilir. (Tekin, Tekin ve Çalışır, 2017)

### **2.7.3.4.Sosyal Rekreasyon**

Bir araya gelen insanların çeşitli amaçlar doğrultusunda gerçekleştirdikleri davranışlardır (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017). Sosyal etkileşimlerin artırılması ve arkadaşlık ilişkilerinin güçlendirilmesi gibi hedefleri olan etkinliklerdir (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2017). Ayrıca, kişilerin keyifli vakit geçirmeleri ve birlikte sosyalleşmeleri de amaçlanır (Tekin, Tekin ve Çalışır, 2017). Örneğin; yemekli toplantılar gibi sosyal etkileşimin artırıldığı etkinlikler bu kategoride yer alabilir.

### **2.7.3.5.Sağlık Rekreasyonu**

Günümüzde yaşanan gergin ve stres dolu yaşam tarzından uzakta durmak ve daha sağlıklı bir beyin, beden ve ruh sağlığına sahip olmak için insanlar yeni tercihlere ve arayışlara yönelmektedirler (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017). Bu arayışlar sağlığı koruyucu ve tedavi edici boş zaman değerlendirme etkinliklerini kapsamaktadır

(Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2017). Örneğin; sauna, kaplıca gezileri ve hamam etkinlikleri gibi faaliyetler bu kapsamda yer almaktadır.

#### **2.7.3.6.Terapatik Rekreasyon**

Rekreasyon etkinlikleri genellikle insanların stresini azaltmak, ruh sağlıklarını korumak, fiziksel formda kalmak, yeni deneyimler edinmek ve genel olarak yaşamlarını zenginleştirmek için yapılır. Ancak bazı durumlarda, özellikle özel gruplar (hasta, yaşlı ve engelliler) için özel olarak kurgulanmış rekreasyon etkinlikleri aracılığıyla tedavi edici etkiler de sağlanabilir (Başaran, 2016). Bu terapatik rekreasyon etkinlikleri, fiziksel, ruhsal, zihinsel ve sosyal sınırlamaları ve dezavantajları azaltmayı veya ortadan kaldırmayı hedefleyerek, katılımcıların yaşamlarını daha bağımsız ve nitelikli bir şekilde sürdürmelerine yardımcı olur (Karaküçük, 2012).

#### **2.7.3.7.Fiziksel Rekreasyon**

Egzersiz ve spor etkinlikleri vücut sağlığı için son derece faydalıdır. Düzenli spor yapmak kalp sağlığını, kas-kemik yapısını, solunum ve dolaşım sistemlerini güçlendirir, fiziksel yetenekleri geliştirip beceriye dönüştürür (Tekin, Tekin ve Çalışır, 2017). Kapalı ve açık alanlarda gerçekleştirilen tüm spor faaliyetleridir (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2017). Ayrıca spor yapmak stresle başa çıkmaya yardımcı olur ve daha iyi bir ruh hali sağlar (Başaran, 2016). Bunun yanı sıra, takım sporları gibi spor etkinlikleri de sosyal ilişkileri güçlendirir ve takım çalışması becerilerini geliştirir (Tekin, Tekin ve Çalışır, 2017). Bu sebeple aktif ve etkili katılım gerektirir (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017).

#### **2.7.3.8.Park Rekreasyonu**

Ardahan ve Ark (2017) tarafından belirtilene göre, park rekreasyonları genellikle milli parklar gibi düzenlenmiş alanlarda gerçekleştirilen etkinliklerdir. Milli parklar,

doğal ve/veya tarihi değerlere sahip alanlar olarak tasarlanmış olup, park rekreasyonları için ideal ortamları sunarlar.

#### **2.7.4. Etkinliklere Katılma Şekillerine Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması**

Rekreasyonun çeşitlerinin sınıflandırılmasında, fonksiyon, mekân, amaç gibi çeşitli kriterlerin rol oynadığı belirtilmektedir. Bu sınıflandırmanın sebebi, rekreasyonun çok yönlü bir kavram olmasıdır. Yapılan sınıflandırmaya göre rekreasyon şu şekilde sınıflandırılmaktadır (Hacıoğlu vd, 2009).

##### **2.7.4.1. Aktif (Etken-Sert) Katılım**

Bireylerin faal oldukları serbest zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin; grup halinde ya da insanların bireysel yüzme, pikniklerde rol alma, golf oynama gibi faaliyetlere katılmaları (Hacıoğlu vd, 2009). Faaliyetin tercih edilmesi ve uygulanması kimi zaman zannedildiği kadar basit bir olay değildir. İcra edilecek etkinliğe yaşanılan sosyal hayat, bu hayat içindeki imkânlar, yaş aralıkları, yörenin örf ve adetleri, cinsiyet farklılıkları, ailelerin parasal seviyeleri ve sosyal düzeyleri gibi bireysel farklılıklar ile yakın çevre ortamı etkili olabilmektedir (Yazıcı, 1998).

##### **2.7.4.2. Pasif (Edilmen-Yumuşak) Katılım**

Mansuroğlu tarafından yapılan tanıma göre, edilgen katılımlı (pasif) rekreasyon, insanların etkinliklere katılmak yerine izledikleri ve seyirci konumunda buldukları etkinlikleri kapsar. Bu rekreasyon türünde, insanlar aktif olarak enerji harcamazlar ve etkinliklere bir şey katmazlar. (Mansuroğlu, 2002).

Pehlivanoğlu (1976) tarafından da tanımlanan bir rekreasyon türü, dinlenme ve zihinsel eylemlere yöneliktir. Bu tür etkinlikler, yoğun fiziksel aktivite gerektirmez ve bireylerin problemlerinden uzaklaşarak rahatlamalarını sağlar (Tekin, Tekin ve Çalışır, 2017).

### **2.7.5. Mekânsal Açıdan Rekreasyonun Sınıflandırılması**

Katılım şekline göre aktif ve pasif olarak ikiye ayrılan rekreasyon etkinlikleri, mekâna göre de kapalı (indoor) ve açık alanlarda (outdoor) yapılan aktiviteler olarak sınıflandırılmaktadır (Şanlıöz, 2012; Kruger, 2006). Rekreasyon etkinliklerinin gerçekleştirileceği mekanların seçimi, bireylerin tercihine bağlı olarak farklılık gösterir. Bazı insanlar kapalı alanları tercih ederken, bazıları açık alanları tercih etmektedir (Yazıcı, 1998).

#### **2.7.5.1. Açık Alan Rekreasyonu**

Açık alan rekreasyonu en basit tanımıyla açık alanlarda veya açık doğal çevrelerde yapılan aktivitelerdir (Dougherty, 1998). Açık alan rekreasyonu; doğal koşullara dönük olarak bireylere daha geniş mobilite olanakları sunan ve açık havada gerçekleştirilen rekreasyon faaliyetlerinden oluşmaktadır (Boman vd, 2013; Ceyhun, 2008; Lekies vd, 2015; Müderrisoğlu ve Uzun, 2004).

Açık alan etkinlikleri (sergiler, açık alan konserleri, resim vb.), Avcılık ve kamp, izcilik, piknik, doğa bilgisi, tabiat alanının güvenlik şartları, bahçe işleri vb. faaliyetler (Hazar, 1999; Carlson vd, 1972; Doğu vd, 2003). Genel tanımına baktığımızda açık alan rekreasyonu, rekreasyon katılımcısı ile tabiat içerisinde yer alan olumlu tepki oluşturabilen ve bireyin sağlık, bedensel, sosyal ve mental menfaat yönelimli gerçekleştirilen boş vakit etkinliklerinin tamamı şeklinde açıklanabilmektedir.

Açık alan etkinlik alanları çocuk bahçeleri, oyun alanları, büyük parklar veya kent parkları, mahalle parkları, bölgesel parklar, özel amaçlı alanlar, korunmaya ayrılmış alanlar, şerit parklar, ulusal parklar, okul bahçeleri olarak sınıflandırılmıştır (İbrahim ve Cordes, 2002).



### **2.7.5.2.Kapalı Alan Rekreasyonu**

İndoor (kapalı alan) rekreasyonu, halkın kullanıma tahsis edilmiş alanlarda, kapalı alanlarda veya evlerde gerçekleştirilen rekreasyonel faaliyetlerdir (Argan, 2013). Kapalı alan rekreasyonun da hava durumunun pek öneminin olduğu söylenemez. Amaç faaliyetlerin istenilen zamanda gerçekleştirilebilmesine olanak sağlamaktadır.

Kapalı alanlar içinde tiyatro salonları, gençlik ve toplum merkezleri sayılmakla birlikte akla ilk gelen yerler spor tesisleri olmaktadır. Doğan ve arkadaşları (2019) ile Lee ve Zhang (2010)'ın çalışmalarına göre, kapalı alan aktiviteleri, sosyokültürel etkinlikler ve fiziksel aktivite tercihleri, bireylerin serbest zamanlarını değerlendirerek kendilerine yenilenme fırsatı sunar. Bu aktiviteler, bireylerin serbest zaman doyumunu artırarak, stresten uzaklaşmalarını ve zihinsel olarak dinlenmelerini sağlar.

Örnek olarak şunları sıralayabiliriz;

1. Seminer, kutlama ve toplantılar,
2. Kapalı alanlarda sportif faaliyetler,
3. Sauna, kaplıca ve hamam,
4. Kurslar (kara kalem, güzel konuşma, yabancı dil)

Çalışmalarında, öğrencilerin %71'i kapalı alan ve dış mekanlarda faaliyetlere katıldıklarını, %12'si sadece dış mekânlardaki, %17'si ise yalnızca kapalı alanlardaki faaliyetlere katılımı yeğlediklerini belirtmişlerdir (Şahin vd, 2009).

### **2.8. REKREASYON ETKİNLİK ALANLARI**

Rekreatif faaliyet ortamları ise; serbest vaktin aralığına, katılmanın biçimine, ekonomik, iklim, toplum kültürüne, coğrafi biçimler ile şekline göre değişiklikler göstermektedir (Zengin vd, 2001).

Rekreatif faaliyet ortamları farklı araştırmacılar açısından farklı aktivitelerle şu şekilde sınıflandırılmaktadır:

Rekreasyon etkinlik alanları aşağıdaki gibidir;

1. Bireysel etkinlikler,
2. Grup etkinlikleri
3. Seyretme etkinlikleri,
4. Öğrenme etkinlikleri,
5. Spor ve oyun,
6. Yaratıcı etkinlikler meydana getirmektedir (Aytaç, 2006).

Rekreatif aktiviteler aşağıdaki şekilde sınıflandırılmıştır

1. Sanatsal (fuar, fotoğraf, resim, şarkı, sinema, heykel, tiyatro gibi),
2. Münevver (seminerler, TV, kitap, radyo vb.),
3. Sosyal (aile, balo, toplantılar vb.),
4. Pratik (bahçecilik, el uğraşı, gibi) ve e. Fiziki (spor, avcılık, yürümek vb) etkinlik alanları.

Rekreatif faaliyetler her sektörden bireylerin ihtiyaçlarını karşılamalarının yanında rahatça uygulayabilecekleri alanları içermelidir (Hazar, 2003).

## **2.9. REKREASYONUN YARARLARI**

### **2.9.1. Fiziksel Yararları**

Rekreasyonun fiziksel yararlarından bazıları obeziteyi azaltmak, kronik hastalık riskini azaltmak, kalp hastalıklarını azaltmak, diyabetle mücadele etmek, kanserle mücadele etmek, osteoporoz riskini azaltmak, bağışıklık sistemini güçlendirmek ve yaşam beklentisini artırmaktır (Arslan, 2013).

### **2.9.2. Psikolojik Yararları**

Depresyonu azaltma, stresi hafifletme, yaşam kalitesini artırma, özsaygı kazandırma, kişisel ve manevi gelişim, yaşam doyumu sağlama gibi faydaları bulunmaktadır. Rekreasyon, hastalıkların önlenmesinin yanı sıra psikolojik sağlığın geliştirilmesinde de önemli bir role sahiptir. Terapi sürecinde rekreasyonun kullanımı, ruh sağlığı ve hastalıkları doktorları için oldukça faydalı bir yöntemdir. Bu yöntem sadece mental rahatsızlıkların tedavisinde değil, mental anlamda sağlıklı kalmak için de önemlidir. Ruh sağlığı ve hastalıkları doktorları, rekreasyonun mental ve duygusal durumu iyileştirmede etkili olduğuna inanmakta ve rahatsızlığın hafifletilmesiyle birlikte bireylerin daha iyi bir rekreasyon deneyimine sahip olmasını teşvik etmektedir (Kraus, 1977).

Rekreatif faaliyetler, davranış toplumu oluşturma, bireysel gelişim sağlama ve sağlıklı duygu süreçleri yaşama gibi sonuçlara ulaşmada etkili bir rol oynar. Bu etkinlikler, rutinden çıkarak bireylere dinamik bir deneyim sunar ve onları yeni ilişkiler kurmaya teşvik eder. Aynı zamanda fiziksel özelliklerini keşfetmelerini ve sınırlarını öğrenerek fiziksel uygunluk sağlamalarını sağlar. Aktivitelerin çeşitliliği, çeşitli ve olumlu psikolojik sonuçlara yol açar. Aynı zamanda psikiyatristler, rekreasyonun mutluluğu kazanmada ve yaşam dengesini sağlama etkili bir unsur olduğunu gözlemlemişlerdir (Aytaç, 2006).

### **2.9.3. Sosyal Yararları**

Toplumu güçlendirme, suçun önlenmesi ve azaltılması, gönüllülük teşvik edilmesi, yönetimin desteklenmesi, sosyal bağların güçlendirilmesi, aile birliğinin sağlanması, kültürel çeşitlilik ve uyumun sağlanması, engellilere destek olma, yaşlılara destek olma, gençleri destekleme ve geliştirme, eğitimi destekleme ve geliştirme, olumsuz davranışlardan uzaklaştırma, ekonomiye destek olma ve çevre bilincinin geliştirilmesi gibi birçok olumlu etkisi bulunan rekreasyon etkinlikleri toplumun genel refahını artırmaya yönelik önemli bir rol oynamaktadır. Sağlıklı bir grup yaşantısı için Konopka' ya göre önceki unsurların etkisi büyüktür. Bu unsurlar;

1. Başkalarına karşı saygılı davranmak.
2. Kişisel açıdan hür olabilmek, etki altında kalmadan farklılıkları söylemek.
3. Kişiyi benzer takımlarla bağlantıda tutmak.
4. İsteddiği arkadaşları seçme özgürlüğüne sahip olmak.
5. Birkaç şahısla sınıksıkı bir bağ meydana getirmek.
6. Mutlak olma olanağını gerçekleştirmek.

## **2.10. REKREASYONUN MASLOW'UN İHTİYAÇLAR HİYERARŞİSİ İLE İLİŞKİSİ**

Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi teorisine göre, bazı ihtiyaçlar esas özellikte oldukları için diğer ihtiyaçlara oranla daha fazla tazyik yaratır ve kişi üzerinde etkili olur. Bu tazyik, ihtiyaçların karşılanmasına kadar gereken enerjiyi sağlar ve kişiyi yönlendirir. İlk olarak, tazyik yaratan ihtiyaçlar tatmin edildikten sonra, daha az tazyik yapan ihtiyaçlara yönelme motivasyonu ortaya çıkar. Maslow, bu ihtiyaçları beş ayrı kategori altında sıralamış ve bireylerin farklı seviyedeki ihtiyaçlarının sınıflandırılması gerektiğini savunmuştur (Güngörmüş, 2007).

İnsanoğlu, hayatta kalabilmek için başlıca fiziksel ihtiyaçlarını ve ehemmiyet ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra, kalan zamanını ruhsal doyum elde etmeye yönelik çabalarla geçirir (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017). Beş basamaklı ihtiyaçlar hiyerarşisinin mucidi olan Maslow'un hayatsal ihtiyaçlardan toplumsal ihtiyaçlara doğru sıralandığından, ihtiyaçların karşılanmasına en son basamaktan başlanması gerektiğini belirtir (Kılbaş, 2004).

Bunlar şu şekildedir;

1. Kendini Gerçekleştirme
2. Saygınlık İhtiyacı
3. Ait Olma ve Sevgi İhtiyacı
4. Güvenlik İhtiyacı
5. Fiziksel İhtiyaçlar

### **2.10.1. Kendini Gerçekleştirme**

Kişilerin içlerinde gizli olan yetenekleri kullanma eğilimine, serbest zaman aktiviteleri sırasında ortaya çıkan bir gereksinim olarak bakılabilir. Serbest zaman, kişinin zorunlu görevlerin dışında kalan zaman dilimini ifade eder ve bu zaman dilimi, kişinin kendini gerçekleştirmeye yönelik faaliyetlere ayırma fırsatı sağlar (Kılbaş, 2004). Rekreasyon etkinlikleri, insanların bu gereksinimlerini karşılamalarına yardımcı olur ve içlerindeki yetenekleri kullanma, kendini ifade etme ve kendini gerçekleştirme eğilimini destekler. Bu tür ihtiyaçlar, daha alt basamaklardaki ihtiyaçların tatmin edilmesiyle ortaya çıkar. Örnek olarak, bireyin kendi potansiyelini fark etmesi, bağımsız olarak bir işi başarabilme ve yaratıcı olabilme yeteneği gibi özellikler gösterilebilir. Bu tür ihtiyaçlar, bireyin sürekli olarak kendini geliştirmeye yönelik çabalarını içerir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

Kendini gerçekleştirme ihtiyacı, otizmli bireyler için de büyük bir öneme sahiptir. Bu ihtiyaç, otizmli bireylerin başkalarına yardım etme ve kendi potansiyellerini ortaya çıkarma noktasında önemli bir rol oynar (Karaküçük, 2008).

### **2.10.2. Saygınlık İhtiyacı**

Ekstrem sporlarla uğraşan ve doğa sporlarına katılan bireyler, rekreasyon etkinlikleri içinde kendilerini daha ehemmiyetli hissetme, yeni maharetler elde etme ve var olan ehemmiyetlerini kullanma isteğiyle içsel kazanımlarını artırabilirler (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017).

### **2.10.3. Ait Olma ve Sevgi İhtiyacı**

Toplumsal ihtiyaçlar olarak da adlandırılan bu gereksinimler (Kılbaş, 2004), insanın aidiyet duygusu, diğerleriyle birlikte olma ve kabul görme arzusunu ifade eder (Karaküçük, 2008). Birey, insanın temel fizyolojik ihtiyaçlarıyla aynı derecede güçlü bir şekilde, toplumsal bağlantılar kurma ve ilişkiler geliştirme arzusuyla karşılaşır (Sevil, 2013).

Günümüzde, insanlar sevgi ihtiyaçlarını karşılamak için rekreasyon etkinliklerine katılarak bu amaçlarını gerçekleştirebilmektedirler. Rekreasyon etkinliklerine katılarak, bireyler yeni insanlarla tanışma, birlikte vakit geçirme, etkileşimde bulunma, iletişim kurma ve paylaşımlar elde etme fırsatı bulurlar (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017).

#### **2.10.4. Güvenlik İhtiyacı**

İnsanın kendisini güvende hissetmesi için bazı gereksinimlerin karşılanması gerekmektedir (Karaküçük, 2008). Bireyin can veya mal güvenliği tehdit altındayken, güvenlik arayışı birinci öncelik haline gelebilir (Sevil, 2013). İnsanın kendisini güvende hissetmesi, yaşam kalitesini artırır ve sağlıklı bir şekilde işlev görmesine yardımcı olur. Rekreasyon etkinliklerinin gerçekleştirilmesi sırasında belli güvenlik önlemlerinin alınması, bireylerin bu aktivitelere istekli bir şekilde katılımlarını sağlayabilir. Güvenlik tedbirlerinin varlığı, bireylerin kendilerine duydukları güvenliliklerini artırabilir (Ardahan, Gökdeniz ve Dinç, 2017).

#### **2.10.5. Fiziksel İhtiyaçları**

İnsanın yaşamını sürdürebilmesi için temel fizyolojik ihtiyaçların karşılanması gerekmektedir. Su, yiyecek, uyku gibi ihtiyaçların tatmin edilmesi, insanın hayatta kalma isteğidir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Bu temel ihtiyaçlar karşılanmadığında, bireyin tüm organizması olumsuz etkilenir. Ancak bu ihtiyaçlar karşılandığında, ardından diğer gereksinimler ortaya çıkar (Kılbaş, 2004).

### **2.11. REKREASYONA DUYULAN İHTİYACIN NEDENLERİ**

Bireyler uzmanların teşvikiyle monotonluktan uzaklaşma gayesi, uyuşukluk, sanayi ve şehirleşmenin olumsuz etkisi olan hareketsizlikten dolayı spora aktif katılım sağlamaya yönelmişlerdir (Aksoy, 2017). Rekreasyon, çağımız yüzyılıının stresli bireyleri için birer rahatlama aracı olarak kabul edilir ve psikolojinin düzenleyici

etkisiyle önemli bir rol oynar. Rekreasyon etkinlikleri hem bireysel hem de toplumsal düzeyde faydalar sağlayan etkileriyle önem kazanmıştır.

Bireysel açıdan bakıldığında, rekreasyonun çeşitli faydaları bulunmaktadır. Bunlar arasında fiziksel sağlığın korunması, psikolojik iyilik halinin sağlanması, sosyal çevre oluşturulması, yaratıcı düşünciyi teşvik etmesi, bireysel yeteneklerin ve becerilerin geliştirilmesi, iş gücüne olumlu etkileri ve kişisel memnuniyetin artması yer almaktadır. Toplum açısından ise rekreasyon, birlik ve beraberliği sağlama, yaratıcı bir topluluk oluşturma gibi nedenlere hizmet eder (Karaküçük, 2008).

## **2.12. REKREASYON FAALİYETLERİNE KATILIMLARA ENGEL OLAN FAKTÖRLER**

Hızlıca değişen, gelişen ve de bozulan sosyal ve fiziki durumlar insan sağlığını bozmakta, stres ortamı oluşturmakta, mutsuzluğa sürüklemekte ve aynı zamanda bireyleri kendilerine zaman ayırma ihtiyacına yönlendirmektedir. Bireyler de bu şartlar altında huzuru ve mutluluk ihtiyaçlarını gidermek için rekreatif faaliyetlere yönelmiştir. Rekreasyon etkinliklerine katılımı teşvik eden etkenler aynı zamanda katılımı engelleyen etkenler olabilir (Ardahan vd, 2017). Boş zaman etkinliklerine katılmak isteyen bireyler, birçok sosyal etmen nedeniyle engellerle karşılaşabilirler. Alexandris ve Carroll (1997) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, cinsiyetleri, eğitim düzeyleri ve yaşları bu etmenlerden birkaçıdır.

Ardahan ve arkadaşlarına (2017) göre ise rekreasyon etkinliklerine mesafe, finansal kaynaklar, cinsiyet ve sosyal sınırlamalar, mevsimin durumları, rekreasyon araçlarının çekiciliği, bireylerin beklentileri ve tercihleri sırasında oluşabilecek değişiklikler vb. değişkenler' de katılmayı engelleyici rol oynayabilir. Godbey ve arkadaşlarına (1991) bireylerin boş zaman faaliyetlerine olan ilgilerini etkileyen faktörleri belirlemiş ve bunları üç ana başlık altında sıralamışlardır. Bu faktörler, bireylerin boş zamanlarını nasıl değerlendirdiklerini ve hangi aktivitelere yönelik ilgi gösterdiklerini anlamamıza yardımcı olmaktadır.

Bunlar faktörler aşağıda belirtildiği gibidir:

1. Bireysel
2. Bireylerarası
3. Yapısal faktörlerce engellenir.

Bunların yanı sıra bu faktörlerin bir diğeri ise; serbest zaman ve serbest zaman etkinliklerine katılım arasındaki bağlantıyı belirtir yöndeki yapısal engellere örnektir.

1. Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım
2. Bireyler arasındaki Engeller
3. Bireysel Engeller
4. Yapısal Engeller

Rekreasyon kısıtlayıcıları, bireylerin rekreasyon etkinliklerine katılmalarını veya katılmalarını zorlaştıran kişisel ve çevresel etkiler olarak tanımlanabilir (Göral vd, 2017). Bu kısıtlayıcılar, bireylerin rekreasyon deneyimlerini etkileyebilir ve katılmalarını engelleyebilir. Kişisel etkiler, bireyin kendi özellikleri, beklentileri veya sağlık durumu gibi faktörlere bağlı olarak ortaya çıkabilirken, çevresel etkiler ise sosyal, ekonomik, kültürel veya fiziksel çevreyle ilgili faktörlerden kaynaklanabilir. Bu kısıtlayıcılar, bireylerin rekreasyon etkinliklerine katılmalarını etkileyen önemli bir konudur ve dikkate alınması gereken faktörler arasındadır. Reaktif etkinliklere katılımı engelleyici nitelikte olan, Crawford ve arkadaşları (1991) tarafından geliştirilen teori içsel (intrapersonal), kişiler arası (interpersonal) ve yapısal (structural) kısıtlamalar olarak üç ana başlıktan oluşmaktadır.

İçsel kısıtlamalar, bireylerin rekreatif etkinliklere katılımını etkileyen bir dizi faktörü içerir. Bu faktörler arasında ilgi eksikliği, stres, depresyon, endişe ve öz-yeterlilik gibi kavramlar yer alabilir. Kişiler arası kısıtlamalar ise bireylerin çevreleriyle ilişkili olan faktörleri ifade eder. Örneğin, rekreasyonel faaliyetlere katılmak için başka bireylerin eksikliği veya bireyin kendi başına katılım sağlamak istemiyor olması kişiler arası kısıtlamalara örnek olarak verilebilir. Yapısal kısıtlamalar ise fiziksel, ekonomik veya toplumsal yapıdan kaynaklanan engelleri ifade eder. Bu kısıtlamalar



arasında parasal yetersizlik, zamansal kısıtlamalar, kötü hava koşulları, bilgi ve ulaşım eksikliği, sosyo-kültürel yapılar gibi faktörler yer alabilir (Nyaupane ve Andereck, 2008). Bu kısıtlamaların anlaşılması, rekreatif etkinliklere katılımı artırmak ve kısıtlamaları azaltmak için stratejiler geliştirmek açısından önemlidir. Bu kısıtlayıcıları Göral ve arkadaşları (2017) aşağıdaki şekilde sıralamışlardır:

İçsel kısıtlayıcılar; insanların serbest zaman hareketlerini etkileyen psikolojik durumlarını ve öz niteliklerini ifade etmektedir. Bu durumlar, bireylerin inançları, tutumları, değerleri ve motivasyonları gibi içsel faktörlerden kaynaklanabilir. İçsel kısıtlayıcılar bireylerin rekreasyonel tercihlerine engel olabilir ve onları belirli etkinliklere katılmaktan alıkoyabilir.

Örneğin, bir bireyin kendine olan inancı, stres düzeyi, öz-yeterlilik algısı veya kişisel tercihleri içsel kısıtlayıcılar olarak değerlendirilebilir. Bu kısıtlayıcılar, bireylerin rekreatif etkinliklere katılımını etkileyebilir ve davranışlarını belirleyebilir. Bireyler arası kısıtlayıcılar, kişilerin birbirleriyle veya çevreleriyle olan uyumsuzluklarına bağlı olarak ortaya çıkan faktörlerdir. Bu faktörler arasında ırk, dil, din, eğitim seviyesi gibi farklılıklar yer alabilir.

Yapısal kısıtlayıcılar; bireylerin boş zaman tercihleriyle katılım eylemleri arasına giren faktörleri ifade eder. Bu kısıtlayıcılar, bireylerin rekreatif etkinliklere katılmasını engelleyen imkân, sosyal çevre, toplumsal değerler, gelenekler, inanç sistemleri, maddi kaynakların yetersizliği ve zaman sınırlamaları gibi etkenlerdir. Örneğin, bir bireyin maddi kaynakları yetersiz olduğunda veya etkinliklere erişimde zorluklar yaşadığında yapısal kısıtlayıcılar devreye girebilir. Ayrıca, toplumun sosyal yapısı, kültürel normlar ve zaman baskısı da bireylerin boş zaman tercihlerini etkileyen yapısal kısıtlayıcılar arasında yer alır. Bu faktörler, bireylerin katılım eylemlerini sınırlayabilir veya belirli tercihler yapmalarını zorlaştırabilir.

1. Cinsiyet
2. Ayrımcılık
3. Engellilik
4. Motivasyon

## 5. Göç

Bu kısıtlamalar farklı birey/bireyler – grup/gruplara göre farklılık göstermektedir. Nitekim boş zamanı diğer bireylere nazaran daha çok olan öğrenci/bireyler ise parasal kaynaklar açısından kısıtlanmaktadır. Buradan boş zamanı çok olan öğrenci/bireyler ekonomik kazanç açısından kısıtlanmaktadır yargısına ulaşabiliriz.

### **2.13.REKREASYON FAALİYETLERİNE KATILIMLARA DESTEK OLAN FAKTÖRLER**

Günümüz dünyasında insanların eski zamanlara kıyasla rekreasyonel faaliyetlere katılım oranları daha yüksektir. Bunun başlıca nedenleri arasında esnek çalışma saatleri, tatil sürelerinde artış, gelişen makineleşme ve gelir oranlarının artışı gibi unsurlar yer almaktadır. Gibson ve Wood (2000) rekreatif ihtiyacı tetikleyen etmenleri aşağıda verilen başlıklar altında birleştirerek açıklamıştır.

#### **2.13.1. Daha Çok Kullanılabilir Gelir**

Çağımızda boş zaman kullanımlarının arttığı gözlemlenmektedir. Bu durumun sebepleri arasında, birçok ailede iki kişinin çalışması, ailelerin daha küçük olması, gelişmiş mali danışmanlık ve para yönetimi hizmetleri ile genç yaşta evlenmeler yer almaktadır.

#### **2.13.2. Gelişmiş Mobilite**

Otomobil sahipliğindeki önemli artış, insanların şimdi çeşitli rekreasyonel etkinliklere daha kolay katılmasını sağlamaktadır. Bunun yanı sıra, iki otomobil sahibi ailelerdeki artış, gelişmiş altyapı, daha hızlı ve ekonomik seyahat gibi diğer önemli etkenler de bulunmaktadır.

### **2.13.3. Değişen İhtiyaçlar ve Beklentiler**

Günümüz toplumu, boş zamanı günlük hayatın mühim bir bölümü olarak değerlendirmektedir. Başka toplumsal değişmelerle birlikte, bu durum bazı sonuçları da beraberinde getirmektedir. Bunlar arasında bireysel sağlık ve zindeliğe daha fazla önem verme, yenilik ve macera arayışında artış, "Sıkı çalış, sıkı eğlen" anlayışı, evlilikte ortak rollerin ön plana çıkması gibi faktörler yer almaktadır.

### **2.13.4. Provizyon (Tedarik)**

Rekreasyonel etkinliklere katılım, yeterli imkanlar olduğunda mümkün olmaktadır. Son zamanlarda ortaya çıkan bazı yenilikler arasında kuru kayak alanları, serbest formda yüzme havuzları, sağlık kulüpleri ve yüksek teknolojik bowling alanları ve yaşlı müşterilere yönelik etkinlikler yer almaktadır. Bu tür olanaklar, rekreasyonel etkinliklere daha kolay erişim sağlamak ve çeşitlilik sunmaktadır.

Nüfus değişiklikleri: İngiltere şu anda, yaşlı nüfusun oranının eskisinden daha yüksek olduğu bir dönemden geçmektedir. Bu yaşlı nüfus genellikle önemli bir harcama gücüne sahiptir. Yaşlı nüfustaki artışın çeşitli nedenleri arasında tıptaki ilerlemelerle birlikte insanların daha uzun yaşaması, daha fazla sağlık bilincine sahip olmaları, daha iyi mali planlama yapmaları ve artan olanaklar sayılabilir. Bu faktörler, yaşlı insanların toplumda daha etkin ve bağımsız bir yaşam sürdürmesine yardımcı olmaktadır.

Boş zaman ve rekreasyon endüstrisinin yapısı: Boş zaman ve rekreasyon gibi büyük ve çeşitli bir sektörün sabit bir karmaşık yapısı bulunmaktadır. Bu kapsamda, genel bir bakış açısıyla, endüstri üç farklı sağlayıcıya ayrılabilir: kamu sektörleri, özel sektörler ve gönüllülük esasına dayanan sektörler olarak tanımlanabilir (Gibson ve Wood, 2000).

Her bir sağlayıcı farklı faaliyetler ve hizmetler sunarak serbest zaman etkinliklerine katkıda bulunmaktadır. Kamu sektörü, genellikle halka açık alanlarda ve tesislerde

serbest zaman etkinlikleri düzenleyerek toplumun genel faydasını hedefler. Özel sektör, kâr amacı güden işletmeler ve tesisler aracılığıyla çeşitli rekreasyon hizmetleri sunarak müşteri taleplerini karşılar. Gönüllü sektör ise toplum tabanlı, kâr amacı gütmeyen organizasyonlar aracılığıyla gönüllü katılımı teşvik ederek serbest zaman etkinliklerine fırsatlar sunar. Bu üç sektörün bir araya gelmesiyle geniş bir serbest zaman endüstrisi oluşur ve toplumun farklı ihtiyaçlarını karşılamayı amaçlar (Nyaupane ve Andereck, 2008).

Yabancı ülkelere örnek verecek olursak;

Boş zaman ve rekreasyondan sorumlu İngiltere’de bir bakanlık bulunmaktadır. Bu kurum, radyo yayıncılığı, müze, basın, sanat ve galeriler, tarihi binalar, kütüphaneler ve turizm gibi alanlarda devlet politikasını yönlendirmekle görevlidir. Gibson ve Wood (2000) tarafından yapılan çalışmaya göre, bu bakanlık ilgili sektörlerdeki gelişmeleri takip eder ve politikalar oluşturur. Bu sayede, İngiltere'deki boş zaman etkinlikleri ve kültürel faaliyetlerin düzenlenmesi ve desteklenmesi sağlanır.

## **2.14.REKREASYON VE SPOR**

Spor, insanlar için bir eğlence aracıdır. Sanayileşmeyle birlikte şehirlere ve endüstriyel çevrelere geçiş, yaşam ve işteki değişimler sonucunda ortaya çıkmıştır ve mental ve bedensel eksikliklerin olumsuz etkilerini yok etmek için önemli bir işlev üstlenmektedir. Bu değişimler, insanlarda stres, kalp-damar ve sinir hastalıkları gibi olumsuz etkilerin ortaya çıkmasına neden olabilir. Ayrıca hava kirliliği ve aşırı beslenme gibi faktörler de gelecekte olumsuz sonuçlara yol açabilir.

İnsanların endüstriyel ortamlarda fiziksel çalışmalarının yanı sıra zihinsel sorunlarla da karşılaşmaları kaçınılmazdır. İş odaklılık ve mutluluk arayışı da çabasıdır. Bilgisayar başında geçirilen saatler, günler hatta aylar kişiselliğin gerekliliğini arttırmaktadır. Bu olumsuzlukların ortadan kaldırılmasında rekreatif etkinlikler büyük bir avantaj sağlar. Spor da bu olumsuzlukların giderilmesine yardımcı olur ve boş zamanlarda daha fazla spor yapmak, bu durumu iyileştirmek için bir seçenek olabilir (Karaküçük, 2008).

Halk kitleleri arasında, çeşitli toplumlar tarafından yaygın olarak ve farklı şekillerde rekreasyonel uygulamalar gerçekleştirilmektedir. Bu tür faaliyetler, iş hayatında aktif olan insanların yaşamlarındaki sorunları gidermelerine yardımcı olmayı hedefler. Bazı faaliyetler, insan ilişkilerini desteklerken fiziksel ve psikolojik gelişime katkı sağlar, diğer faaliyetler ise insanları hareketsiz ve sosyal hayattan uzak bir yöne çekebilirler. Bu tür faaliyetlerin insanlar arasındaki etkileşimi desteklediği ve kişisel gelişime katkı sağladığı düşünülmektedir (Kraus, 1971).

Son yıllarda spor aktivitelerine olan ilgilerdeki değişimler, spor kavramının boyutlarının genişlemesi, sosyal ve kültürel yapılar ile spor aktiviteleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır. Bireylerin bu tür sportif faaliyetlere rağbetinin artmasının bir diğer sebebi ise zamanla değişen vücut ve sağlık algısının gelişmesi, bireylerin kendi farkındalıklarının artması ve zamanla değişen değerler olarak belirtilebilir (Bucher vd, 1974).

Avrupa Konseyi Spor Gelişim Komitesi de spor türlerinde ve hedef gruplarında giderek çoğalan çeşitliliğin gözlemlendiğini vurgulayarak, spor yöneticilerini sorumluluklarının yalnız geleneksel sporların uygulanması değil, boş zamanlarda rekreatif amaçlı yapılan yeni sporlara yönelen insanların taleplerine cevap vermek ayrıca bu tür insanların daha fazla sayıda faaliyetlere iştirak etmelerini sağlamak gibi görevler olduğunu belirtmiştir (Başaran,1992).

## BÖLÜM 3

### YÖNTEM

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da günümüzdeki bir durumu var olduğu şekliyle betimleyen, öğrenmenin gerçekleşmesi ve bireyde istenen davranışların gelişmesi için uygulanan süreçlerin tümüdür. Genel tarama modelinde, çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak için evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde tarama yapılmaktadır. İlişkisel tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını belirlemeyi amaçlayan tarama yaklaşımına denir. İlişkisel tarama modelinde, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği; değişme varsa bunun nasıl olduğu saptanmaya çalışılır (Karasar, 2012).

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ve Safranbolu Turizm Fakültesi'nde öğrenim gören 1500 lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, Karabük Üniversitesinde Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 714 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini belirlenen 714 lisans öğrencisine ulaşmak için kolaylıkla bulunabilen örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Belirlenen araştırma evren sayısını temsil edebilecek örneklem sayısı için yeterli olduğu tespit edilmiştir. Erişilmesi kolay olan araştırmaya katılanların gönüllük esasına dayalı olan ve elde mevcut katılımcılara ulaşma yöntemine kolaylıkla bulunabilen örnekleme yöntemi denir (Erkuş, 2013). Çizelge 1'de incelendiğinde araştırma örnekleminde

yer alan öğrencilerin kişisel bilgilerini yansıtan özelliklerin frekans ve yüzde dağılımları görülmektedir.

Çizelge 3.1. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları

N=714	Gruplar	N	%
<b>Bölüm</b>	Turizm İşletmeciliği	173	24,2
	Gastronomi ve Mutfak Sanatları	117	16,4
	Turizm Rehberliği	75	10,5
	Rekreasyon Yönetimi	40	5,6
	Spor Yöneticiliği	113	15,8
	Antrenörlük Eğitimi	94	13,2
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	102	14,3
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	293	41,0
	Erkek	421	59,0
<b>Lisans Durumu</b>	Evet	256	35,9
	Hayır	458	64,1
<b>Aile Gelir Durumu</b>	4000-6250 TL	177	24,8
	6251-8500 TL	204	28,6
	8501-10750 TL	205	28,7
	10751 TL ve üzeri	128	17,9
<b>Rekreasyon Tesislerini Yeterli Bulma</b>	Yeterli	141	19,7
	Kısmen yeterli	307	43,0
	Yeterli değil	266	37,3
<b>Toplam</b>		<b>714</b>	<b>100,0</b>

Çizelge 3.1. incelendiğinde katılımcıların %24,2'si turizm işletmeciliği, %16,4'ü gastronomi ve mutfak sanatları, %10,5'i turizm rehberliği, %5,6'sı rekreasyon yönetimi, %15,8'i spor yöneticiliği, %13,2'si antrenörlük eğitimi ve %14,3'ünün beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde okuduğu; %41,0'i kadın, %59,0'unun ise erkek olduğu; %35,9'unun lisanslı olarak spor yaptığı, %64,1'inin ise lisanslı olarak spor yapmadığı; %24,8'inin aile geliri 4000-6250 TL, %28,6'sı 6251-8500 TL, %28,7'si 8500-10750 TL ve %17,9'unun 10751 TL ve üzerinde olduğu; %19,7'sinin rekreasyon tesislerini yeterli bulduğu, %43,0'ünün kısmen yeterli bulduğu,

%37,3'ünün ise yeterli bulmadığına ilişkin cevap verdikleri görülmektedir. Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilerin yaş aralığı 18 ile 45'tir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

#### **3.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırma kapsamında öğrencilerin demografik özelliklerini ortaya çıkarmak için sorular hazırlanmıştır. Öğrencilerin bölüm, yaş, cinsiyet, lisanslı sporcu olma durumu, ailenin aylık geliri, üniversitedeki rekreasyon tesislerini yeterli bulma durumu olmak üzere 6 maddelik kişisel bilgi formu hazırlanarak demografik özelliklerini gösteren bilgiler elde edilmiştir.

#### **3.3.2. Boş Zaman Engelleri Ölçeği (BZEÖ)**

Boş zaman engelleri ölçeği; Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilmiş ve Gürbüz ve Karaküçük (2007) tarafından geliştirilen üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olabilecek faktörleri değerlendiren 28 maddeden oluşan bir ölçektir. 4'lü derecelendirme tipine göre tasarlanan ölçekte; her soru için 1 "Kesinlikle Önemsiz", 2 "Önemsiz", 3 "Önemli" ve 4 "Çok Önemli", seçenekleri bulunmaktadır. Boş Zaman Engelleri Ölçeği, toplamda 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliğidir. Araştırma kapsamında ölçeğin alt boyutları ve geneli için belirlenen Cronbach Alpha değerleri; "Birey Psikolojisi" alt boyutu için 0,75, "Bilgi Eksikliği" alt boyutu için 0,70, "Tesis" alt boyutu için 0,75, "Arkadaş Eksikliği" alt boyutu için 0,66, "Zaman" alt boyutu için 0,68, "İlgi Eksikliği" alt boyutu için 0,79 ve ölçeğin geneli için 0,79 tespit edilmiştir.

### **3.4. Verilerin Analizi**

Araştırma kapsamında belirlenen amaca ulaşmak toplanan veriler SPSS-24 paket programına işlenmiştir. Verilerin dağılımları incelendiğinde uç değer sorunu yaratacak bir veriye rastlanmamıştır. Çizelge 2.'de normallik varsayımının test



edilmesi için incelenen çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında değiştiği görülmektedir. Normallik varsayımının bir ölçüsü olarak çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1 ile +1 aralığında olmasının kabul edilebileceği ifade edilmektedir (Morgan, Leech, Gloeckner ve Barrett, 2004). Bu çalışma için ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı .79' dir.

Çizelge 3.2. Öğrencilerin ölçekten aldıkları puanların normalliğine ilişkin çarpıklık ve basıklık testi ve cronbach alpha değerleri sonuçları

	N	$\bar{X}$	S	Min.	Max.	Skewness	Kurtosis	C.Alpha
<b>Birey Psikolojisi</b>	714	10,99	2,75	3,00	15,00	-,659	-,021	,75
<b>Bilgi Eksikliği</b>	714	11,28	2,53	3,00	15,00	-,540	,037	,70
<b>Tesis</b>	714	11,76	2,40	3,00	15,00	-,658	-,164	,75
<b>Arkadaş Eksikliği</b>	714	10,09	2,91	3,00	15,00	-,364	-,386	,66
<b>Zaman</b>	714	10,46	2,29	3,00	15,00	-,248	-,332	,68
<b>İlgi Eksikliği</b>	714	11,01	2,36	3,00	15,00	-,459	-,472	,79
<b>Toplam</b>	714	65,62	11,83	33,00	90,00	-,608	,168	,79

Öğrencilerden toplanan verilerden elde edilen puan dağılımlarının yapısı incelendiğinde normallik ve homojenlik varsayımlarını karşıladığı, eşit aralıklı ölçek düzeyinde ölçeklenmiş olduğu ve sürekli dağılım gösteren bir veri olmasından dolayı parametrik test varsayımlarını karşıladığı görülmektedir (Köklü, Büyüköztürk ve Bökeoğlu, 2007).

Öğrencilerin iki kategorili olan demografik özelliklerine (cinsiyet, lisans olma durumu) göre ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki farklılığı test etmede Independent-Samples (Bağımsız Örneklemeler) t-testi analizi kullanılmıştır. Öğrencilerin ikiden fazla kategorili olan demografik özelliklerine (bölüm, yaş, aile aylık geliri, rekreasyon tesislerini yeterli bulma) göre ölçekten aldıkları puanlar arasındaki farklılığı test etmede One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) kullanılmıştır. Öğrencilerin demografik özellikleri içerisinde iki kategoriden fazla olan değişkenlere göre ölçekten aldıkları puan dağılımları arasında farklılık olduğu durumda hangi kategoriler arasında farklılık olduğunu test etmek için çoklu karşılaştırma testlerinden olan Tukey testi kullanılmıştır.

## BÖLÜM 4

### BULGULAR VE YORUM

Çizelge 3.1. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre BZEÖ arasındaki farklılığa ilişkin independent-samples t-testi sonuçları

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	t	sd	p
Birey Psikolojisi	Kadın	293	11,04	2,78	0,37	712	,707
	Erkek	421	10,96	2,74			
Bilgi Eksikliği	Kadın	293	11,07	2,60	1,85	712	,063
	Erkek	421	11,43	2,46			
Tesis	Kadın	293	11,64	2,41	1,15	712	,249
	Erkek	421	11,85	2,39			
Arkadaş Eksikliği	Kadın	293	9,97	2,92	0,90	712	,366
	Erkek	421	10,17	2,91			
Zaman	Kadın	293	10,46	2,20	0,02	712	,998
	Erkek	421	10,46	2,36			
İlgi Eksikliği	Kadın	293	10,97	2,34	0,33	712	,735
	Erkek	421	11,04	2,37			
Toplam	Kadın	293	65,17	11,83	0,83	712	,404
	Erkek	421	65,92	11,83			

\* $p < ,05$

Çizelge 4.1. incelendiğinde öğrencilerin cinsiyetlerine göre boş zaman engelleri ölçeği alt boyutlarından “birey psikolojisi” puanları arasında  $t=0,37$ ,  $p=,707 > ,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. “Bilgi eksikliği” puanları arasında  $t=1,85$ ,  $p=,063 > ,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. “Tesis” puanları arasında  $t=1,15$ ,  $p=,249 > ,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. “Arkadaş eksikliği” puanları arasında  $t=0,90$ ,  $p=,366 > ,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. “Zaman” puanları arasında  $t=0,02$ ,  $p=,998 > ,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. “İlgi eksikliği” puanları arasında  $t=0,33$ ,  $p=,735 > ,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre ölçek geneli puanları arasında  $t=0,83$ ,  $p=,404 > ,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Erkek öğrenciler ile kadın öğrencilerin boş zaman

engelleri ölçeği alt boyutları ve genelinden elde edilen puanların birbirine yakın olmasından dolayı istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir.

Çizelge 4.2. Öğrencilerin lisanslı sporcu olma durumuna göre bzeö arasındaki farklılığa ilişkin independent-samples t-testi sonuçları

	Lisans Durumu	N	$\bar{X}$	S	t	sd	p
Birey Psikolojisi	Evet	256	11,01	2,59	0,18	712	,856
	Hayır	458	10,98	2,85			
Bilgi Eksikliği	Evet	256	11,25	2,40	0,25	712	,802
	Hayır	458	11,30	2,60			
Tesis	Evet	256	11,76	2,39	0,36	712	,971
	Hayır	458	11,76	2,41			
Arkadaş Eksikliği	Evet	256	10,40	2,70	2,13	712	,033*
	Hayır	458	9,91	3,02			
Zaman	Evet	256	10,24	2,24	1,93	712	,054
	Hayır	458	10,59	2,32			
İlgi Eksikliği	Evet	256	10,83	2,26	1,48	712	,138
	Hayır	458	11,11	2,41			
Toplam	Evet	256	65,52	10,96	0,16	712	,870
	Hayır	458	65,67	12,30			

\* $p < ,05$

Çizelge 4.2. incelendiğinde öğrencilerin lisanslı sporcu olma durumlarına göre boş zaman engelleri ölçeği alt boyutlarından “birey psikolojisi” puanları arasında  $t=0,18$ ,  $p=,856 > ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. “Bilgi eksikliği” puanları arasında  $t=0,25$ ,  $p=,802 > ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. “Tesis” puanları arasında  $t=0,36$ ,  $p=,971 > ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. “Zaman” puanları arasında  $t=1,93$ ,  $p=,054 > ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. “İlgi eksikliği” puanları arasında  $t=1,48$ ,  $p=,138 > ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Ölçek alt boyutu olan “Arkadaş eksikliği” puanları arasında ise  $t=2,13$ ,  $p=,033 < ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılığın lisanslı spor yapan öğrencilerin lehine olduğu görülmektedir. Öğrencilerin lisanslı sporcu olma durumlarına göre ölçek geneli puanları arasında  $t=0,16$ ,  $p=,870 > ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir.

Çizelge 5.3. Öğrencilerin bölümlerine göre BZEÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way anova (tek yönlü varyans analizi) sonuçları

	Bölüm	N	$\bar{X}$	S	F	p	Post Hoc (Tukey)
Birey Psikolojisi	Turizm İşletmeciliği	173	11,30	2,63	19,45	,000*	1,2,3,5,6,7-4
	Gastronomi ve Mutfak Sanatları	117	10,88	2,77			
	Turizm Rehberliği	75	11,02	3,05			
	Rekreasyon Yönetimi	40	6,85	2,35			
	Spor Yöneticiliği	113	11,25	2,39			
	Antrenörlük Eğitimi	94	11,21	2,46			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	102	11,70	2,12			
Bilgi Eksikliği	Turizm İşletmeciliği	173	11,07	2,42	14,50	,000*	1,2,3,5,6,7-4;7-1
	Gastronomi ve Mutfak Sanatları	117	11,22	2,72			
	Turizm Rehberliği	75	11,54	2,26			
	Rekreasyon Yönetimi	40	8,15	2,33			
	Spor Yöneticiliği	113	11,68	2,35			
	Antrenörlük Eğitimi	94	11,48	2,40			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	102	12,12	2,08			
Tesis	Turizm İşletmeciliği	173	11,90	2,35	19,61	,000*	1,2,3,5,6,7-4;7-2
	Gastronomi ve Mutfak Sanatları	117	11,55	2,26			
	Turizm Rehberliği	75	12,05	2,72			
	Rekreasyon Yönetimi	40	8,20	2,62			
	Spor Yöneticiliği	113	11,98	1,99			
	Antrenörlük Eğitimi	94	12,01	2,07			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	102	12,49	1,77			
Arkadaş Eksikliği	Turizm İşletmeciliği	173	10,26	2,84	13,46	,000*	1,2,3,5,6,7-4;7-3
	Gastronomi ve Mutfak Sanatları	117	9,90	2,94			
	Turizm Rehberliği	75	9,44	3,34			
	Rekreasyon Yönetimi	40	6,65	1,44			
	Spor Yöneticiliği	113	10,51	2,42			
	Antrenörlük Eğitimi	94	10,68	2,63			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	102	10,82	2,88			

Zaman	Turizm İşletmeciliği	173	10,57	2,11	8,68	,000*	1,2,3,5,6,7-4;5,7-6
	Gastronomi ve Mutfak Sanatları	117	10,48	2,12			
	Turizm Rehberliği	75	10,84	2,65			
	Rekreasyon Yönetimi	40	8,40	2,03			
	Spor Yöneticiliği	113	10,80	2,12			
	Antrenörlük Eğitimi	94	9,86	2,34			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	102	10,99	2,25			
İlgi Eksikliği	Turizm İşletmeciliği	173	11,19	2,18	23,17	,000*	1,2,3,5,6,7-4;7-2
	Gastronomi ve Mutfak Sanatları	117	10,60	2,33			
	Turizm Rehberliği	75	11,06	2,71			
	Rekreasyon Yönetimi	40	7,40	2,07			
	Spor Yöneticiliği	113	11,31	2,03			
	Antrenörlük Eğitimi	94	11,32	1,93			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	102	11,93	1,84			
Toplam	Turizm İşletmeciliği	173	66,31	10,30	27,13	,000*	1,2,3,5,6,7-4;7-2
	Gastronomi ve Mutfak Sanatları	117	64,66	11,37			
	Turizm Rehberliği	75	65,97	13,22			
	Rekreasyon Yönetimi	40	45,65	10,91			
	Spor Yöneticiliği	113	67,55	10,19			
	Antrenörlük Eğitimi	94	66,58	10,14			
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	102	70,06	9,48			

\* $p < ,05$  Kategoriler: Turizm İşletmeciliği=1; Gastronomi ve Mutfak Sanatları=2; Turizm Rehberliği=3; Rekreasyon yönetimi=4; Spor Yöneticiliği=5; Antrenörlük Eğitimi=6; Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği=7

Çizelge 4.3. incelendiğinde öğrencilerin bölümlerine göre boş zaman engelleri ölçeği alt boyutlarından “birey psikolojisi” puanları arasında  $F=19,45$ ,  $p=,000 < ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, turizm işletmeciliği ( $\bar{X} = 11,30$ ), gastronomi ve mutfak sanatları ( $\bar{X} = 10,88$ ), turizm rehberliği ( $\bar{X} = 11,02$ ), spor yöneticiliği ( $\bar{X} = 11,25$ ), antrenörlük eğitimi ( $\bar{X} = 11,21$ ) ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği ( $\bar{X} = 11,70$ ) bölümü öğrencilerinin rekreasyon yönetimi bölümü ( $\bar{X} = 6,85$ ) öğrencilerine göre yüksek olduğu; “bilgi eksikliği” puanları arasında

F=14,50,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, turizm işletmeciliği ( $\bar{X}=11,07$ ), gastronomi ve mutfak sanatları ( $\bar{X}=11,22$ ), turizm rehberliği ( $\bar{X}=11,54$ ), spor yöneticiliği ( $\bar{X}=11,68$ ), antrenörlük eğitimi ( $\bar{X}=11,48$ ) ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği ( $\bar{X}=12,12$ ) bölümü öğrencilerinin rekreasyon yönetimi bölümü ( $\bar{X}=8,15$ ) öğrencilerine göre yüksek olduğu ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X}=12,12$ ) öğrencilerinin puanlarının turizm işletmeciliği bölümü ( $\bar{X}=11,07$ ) öğrencilerinden daha yüksek olduğu; “tesis” puanları arasında F=19,61,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, turizm işletmeciliği ( $\bar{X}=11,90$ ), gastronomi ve mutfak sanatları ( $\bar{X}=11,55$ ), turizm rehberliği ( $\bar{X}=12,05$ ), spor yöneticiliği ( $\bar{X}=11,98$ ), antrenörlük eğitimi ( $\bar{X}=12,01$ ) ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X}=12,49$ ) öğrencilerinin rekreasyon yönetimi bölümü ( $\bar{X}=8,20$ ) öğrencilerine göre yüksek olduğu ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X}=12,49$ ) öğrencilerinin puanlarının gastronomi ve mutfak sanatları bölümü ( $\bar{X}=11,55$ ) öğrencilerinden daha yüksek olduğu; “arkadaş eksikliği” puanları arasında F=13,46,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, turizm işletmeciliği ( $\bar{X}=10,26$ ), gastronomi ve mutfak sanatları ( $\bar{X}=9,90$ ), turizm rehberliği ( $\bar{X}=9,44$ ), spor yöneticiliği ( $\bar{X}=10,51$ ), antrenörlük eğitimi ( $\bar{X}=10,68$ ) ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X}=10,82$ ) öğrencilerinin rekreasyon yönetimi bölümü ( $\bar{X}=6,65$ ) öğrencilerine göre yüksek olduğu ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X}=10,82$ ) öğrencilerinin puanlarının turizm rehberliği bölümü ( $\bar{X}=9,44$ ) öğrencilerinden daha yüksek olduğu; “zaman” puanları arasında F=8,68,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, turizm işletmeciliği ( $\bar{X}=10,57$ ), gastronomi ve mutfak sanatları ( $\bar{X}=10,48$ ), turizm rehberliği ( $\bar{X}=10,84$ ), spor yöneticiliği ( $\bar{X}=10,80$ ), antrenörlük eğitimi ( $\bar{X}=9,86$ ) ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X}=10,99$ ) öğrencilerinin rekreasyon yönetimi bölümü ( $\bar{X}=8,40$ ) öğrencilerine göre yüksek olduğu ve spor yöneticiliği ( $\bar{X}=10,80$ ) ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X}=10,99$ ) öğrencilerinin puanlarının antrenörlük eğitimi bölümü ( $\bar{X}=9,86$ ) öğrencilerinden daha yüksek olduğu; ; “ilgi eksikliği” puanları arasında F=23,17,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı

farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, turizm işletmeciliği ( $\bar{X} = 11,19$ ), gastronomi ve mutfak sanatları ( $\bar{X} = 10,60$ ), turizm rehberliği ( $\bar{X} = 11,06$ ), spor yöneticiliği ( $\bar{X} = 11,31$ ), antrenörlük eğitimi ( $\bar{X} = 11,32$ ) ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X} = 11,93$ ) öğrencilerinin rekreasyon yönetimi bölümünde ( $\bar{X} = 7,40$ ) okuyan öğrencilere göre yüksek olduğu ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X} = 11,93$ ) öğrencilerinin puanlarının gastronomi ve mutfak sanatları bölümü ( $\bar{X} = 10,60$ ) öğrencilerinden daha yüksek olduğu; ölçek toplamı puanları arasında  $F=27,13$ ,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, turizm işletmeciliği ( $\bar{X} = 66,31$ ), gastronomi ve mutfak sanatları ( $\bar{X} = 64,66$ ), turizm rehberliği ( $\bar{X} = 65,97$ ), spor yöneticiliği ( $\bar{X} = 67,55$ ), antrenörlük eğitimi ( $\bar{X} = 66,58$ ) ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X} = 70,06$ ) öğrencilerinin rekreasyon yönetimi bölümünde ( $\bar{X} = 45,65$ ) okuyan öğrencilere göre yüksek olduğu ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ( $\bar{X} = 70,06$ ) öğrencilerinin puanlarının gastronomi ve mutfak sanatları bölümü ( $\bar{X} = 64,66$ ) öğrencilerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Çizelge 6.4. Öğrencilerin aile gelir durumlarına göre BZEÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way anova (tek yönlü varyans analizi) sonuçları

	Aile Gelir Durumu	N	$\bar{X}$	S	F	p	Post Hoc (Tukey)
Birey Psikolojisi	4000-6250 TL	177	11,65	2,64	16,35	,000*	4-1,2,3
	6251-8500 TL	204	10,13	2,80			
	8501-10750 TL	205	10,70	2,84			
	10751 TL ve üzeri	128	11,90	2,14			
Bilgi Eksikliği	4000-6250 TL	177	11,58	2,38	6,38	,000*	4-1,2,3
	6251-8500 TL	204	10,90	2,66			
	8501-10750 TL	205	10,99	2,75			
	10751 TL ve üzeri	128	11,95	1,90			
Tesis	4000-6250 TL	177	12,16	1,76	11,51	,000*	4-1,2,3
	6251-8500 TL	204	11,40	2,77			
	8501-10750 TL	205	11,26	2,57			
	10751 TL ve üzeri	128	12,58	1,90			
Arkadaş Eksikliği	4000-6250 TL	177	10,96	2,70	10,93	,000*	1-2,3,4
	6251-8500 TL	204	9,50	2,81			
	8501-10750 TL	205	9,65	2,94			
	10751 TL ve üzeri	128	10,51	2,98			
Zaman	4000-6250 TL	177	10,68	2,16	0,73	,530	----
	6251-8500 TL	204	10,35	2,41			

	8501-10750 TL	205	10,40	2,30			
	10751 TL ve üzeri	128	10,44	2,27			
İlgi Eksikliği	4000-6250 TL	177	11,36	2,21			
	6251-8500 TL	204	10,50	2,39	9,39	,000*	4-1,2,3
	8501-10750 TL	205	10,77	2,55			
	10751 TL ve üzeri	128	11,73	1,90			
4000-6250 TL	177	68,41	10,43				
Toplam	6251-8500 TL	204	62,81	12,46	13,13	,000*	4-1,2,3
	8501-10750 TL	205	63,80	12,89			
	10751 TL ve üzeri	128	69,14	18,84			

\* $p < ,05$  Kategoriler: 4000-6250 TL=1; 6251-8500 TL=2; 8501-10750 TL=3; 10751 TL ve üzeri=4

Çizelge 4.4. incelendiğinde öğrencilerin aile gelir durumlarına göre boş zaman engelleri ölçeği alt boyutlarından “birey psikolojisi” puanları arasında  $F=16,35$ ,  $p=,000<,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, aile geliri 10751 TL ve üzeri olan öğrencilerin ( $\bar{X}=11,90$ ), aile geliri 4000-6250 TL ( $\bar{X}=11,65$ ), 6251-8500 TL ( $\bar{X}=10,13$ ) ve 8501-10750 TL ( $\bar{X}=10,70$ ) olan öğrencilere göre yüksek olduğu; “bilgi eksikliği” puanları arasında  $F=6,38$ ,  $p=,000<,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, aile geliri 10751 TL ve üzeri olan öğrencilerin ( $\bar{X}=11,95$ ), aile geliri 4000-6250 TL ( $\bar{X}=11,58$ ), 6251-8500 TL ( $\bar{X}=10,90$ ) ve 8501-10750 TL ( $\bar{X}=10,99$ ) olan öğrencilere göre yüksek olduğu; “tesis” puanları arasında  $F=11,51$ ,  $p=,000<,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, aile geliri 10751 TL ve üzeri olan öğrencilerin ( $\bar{X}=12,58$ ), aile geliri 4000-6250 TL ( $\bar{X}=12,16$ ), 6251-8500 TL ( $\bar{X}=11,40$ ) ve 8501-10750 TL ( $\bar{X}=11,26$ ) olan öğrencilere göre yüksek olduğu; “arkadaş eksikliği” puanları arasında  $F=10,93$ ,  $p=,000<,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, aile geliri 4000-6250 TL olan öğrencilerin ( $\bar{X}=10,96$ ), aile geliri 6251-8500 TL ( $\bar{X}=9,50$ ), 8501-10750 TL ( $\bar{X}=9,65$ ) ve 10751 TL ve üzeri ( $\bar{X}=10,99$ ) olan öğrencilere göre yüksek olduğu; “ilgi eksikliği” puanları arasında  $F=9,39$ ,  $p=,000<,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, aile geliri 10751 TL ve üzeri olan öğrencilerin ( $\bar{X}=11,73$ ), aile geliri 4000-6250 TL ( $\bar{X}=11,36$ ), 6251-8500 TL ( $\bar{X}=10,50$ ) ve 8501-10750 TL ( $\bar{X}=10,77$ ) olan öğrencilere göre yüksek olduğu; ölçek toplamı puanları arasında  $F=13,13$ ,  $p=,000<,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, aile geliri 10751 TL ve üzeri olan öğrencilerin ( $\bar{X}=69,14$ ), aile geliri 4000-



6250 TL ( $\bar{X}$  =68,41), 6251-8500 TL ( $\bar{X}$  =62,81) ve 8501-10750 TL ( $\bar{X}$  =63,80) olan öğrencilere göre yüksek olduğu tespit edilirken; zaman alt boyutuna göre aile geliri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Çizelge 7.5. Öğrencilerin rekreasyon tesislerini yeterli bulma durumlarına göre BZEÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way anova (tek yönlü varyans analizi) sonuçları

	Yeterli Bulma	N	$\bar{X}$	S	F	p	Post Hoc (Tukey)
Birey Psikolojisi	Yeterli	141	11,56	2,41	4,33	,013*	1-2,3
	Kısmen yeterli	307	10,96	2,73			
	Yeterli değil	266	10,72	2,91			
Bilgi Eksikliği	Yeterli	141	12,33	2,19	17,21	,000*	1-2,3
	Kısmen yeterli	307	11,18	2,27			
	Yeterli değil	266	10,84	2,81			
Tesis	Yeterli	141	12,86	1,77	19,43	,000*	1-2,3
	Kısmen yeterli	307	11,54	2,17			
	Yeterli değil	266	11,44	2,75			
Arkadaş Eksikliği	Yeterli	141	11,01	3,11	11,17	,000*	1-2,3
	Kısmen yeterli	307	10,09	2,69			
	Yeterli değil	266	9,59	2,95			
Zaman	Yeterli	141	10,95	2,31	4,65	,010*	1-2,3
	Kısmen yeterli	307	10,24	2,22			
	Yeterli değil	266	10,47	2,34			
İlgi Eksikliği	Yeterli	141	11,93	2,06	15,19	,000*	1-2,3
	Kısmen yeterli	307	10,93	2,15			
	Yeterli değil	266	10,62	2,59			
Toplam	Yeterli	141	70,66	10,49	17,53	,000*	1-2,3
	Kısmen yeterli	307	64,95	10,50			
	Yeterli değil	266	63,71	13,16			

\* $p < ,05$  Kategoriler: Yeterli=1; Kısmen yeterli=2; Yeterli değil=3

Çizelge 4.5. incelendiğinde öğrencilerin rekreasyon tesislerini yeterli bulma durumlarına göre boş zaman engelleri ölçeği alt boyutlarından “birey psikolojisi” puanları arasında  $F=4,33$ ,  $p=,000 < ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, rekreasyon tesislerini yeterli bulan öğrencilerin ( $\bar{X} =11,56$ ), rekreasyon tesislerini kısmen yeterli bulan ( $\bar{X} =10,96$ ) ve yeterli bulmayan ( $\bar{X} =10,72$ ) öğrencilere göre yüksek olduğu; “bilgi eksikliği” puanları arasında  $F=17,21$ ,  $p=,000 < ,05$ ’e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, rekreasyon tesislerini yeterli bulan öğrencilerin ( $\bar{X} =12,33$ ), rekreasyon tesislerini

kısmen yeterli bulan ( $\bar{X} = 11,18$ ) ve yeterli bulmayan ( $\bar{X} = 10,84$ ) öğrencilere göre yüksek olduğu; “tesis” puanları arasında  $F=19,43$ ,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, rekreasyon tesislerini yeterli bulan öğrencilerin ( $\bar{X} = 12,86$ ), rekreasyon tesislerini kısmen yeterli bulan ( $\bar{X} = 11,54$ ) ve yeterli bulmayan ( $\bar{X} = 11,44$ ) öğrencilere göre yüksek olduğu; “arkadaş eksikliği” puanları arasında  $F=11,17$ ,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, rekreasyon tesislerini yeterli bulan öğrencilerin ( $\bar{X} = 11,01$ ), rekreasyon tesislerini kısmen yeterli bulan ( $\bar{X} = 10,09$ ) ve yeterli bulmayan ( $\bar{X} = 9,59$ ) öğrencilere göre yüksek olduğu; “zaman” puanları arasında  $F=4,65$ ,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, rekreasyon tesislerini yeterli bulan öğrencilerin ( $\bar{X} = 10,95$ ), rekreasyon tesislerini kısmen yeterli bulan ( $\bar{X} = 10,24$ ) ve yeterli bulmayan ( $\bar{X} = 10,47$ ) öğrencilere göre yüksek olduğu; “ilgi eksikliği” puanları arasında  $F=15,19$ ,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, rekreasyon tesislerini yeterli bulan öğrencilerin ( $\bar{X} = 11,93$ ), rekreasyon tesislerini kısmen yeterli bulan ( $\bar{X} = 10,93$ ) ve yeterli bulmayan ( $\bar{X} = 10,62$ ) öğrencilere göre yüksek olduğu; ölçek toplamı puanları arasında  $F=17,53$ ,  $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, rekreasyon tesislerini yeterli bulan öğrencilerin ( $\bar{X} = 70,66$ ), rekreasyon tesislerini kısmen yeterli bulan ( $\bar{X} = 64,95$ ) ve yeterli bulmayan ( $\bar{X} = 63,71$ ) öğrencilere göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

## BÖLÜM 5

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde bulgular kısmında elde edilen veriler yorumlanarak, benzer araştırmalarda elde edilen sonuçlarla birlikte analiz edilmiştir. Bu bağlamda yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin sportif rekreasyon etkinliklerine katılmasını engelleyen faktörlerin çeşitli değişkenler açısından ele alınıp incelenmiştir.

Bu değişkenlerden ilki olan cinsiyet değişkeni dikkate alınarak yapılan istatistiksel analizler sonucunda; kadın öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında boş zaman engelleri ölçeği alt boyutları ve genelinden elde edilen puanların birbirine yakın olmasından dolayı istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Güler (2017)'nin yaptığı beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engellerinin boş zaman motivasyonlarına etkisinin araştırılması (Bartın Üniversitesi örneği) isimli araştırmada öğrencilerin birey psikolojisi ve bilgi eksikliği alt boyutlarında araştırmamızın sonuçlarından farklı bir sonuç bulunurken ölçeğin geneli ve diğer alt boyutları arasında araştırmamızı destekler nitelikte sonuçlara ulaşılmıştır. Solakumur ve arkadaşları (2019) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin boş zaman engellerinin incelenmesi (Bartın ili örneği) isimli araştırmada tesis, zaman, ilgi eksikliği ve ölçek toplamında anlamlı farklılık tespit edilmiş olup araştırmamızdan farklı sonuçlar tespit edilirken diğer alt boyutlar olan birey psikolojisi, bilgi eksikliği ve arkadaş eksikliğinde araştırmamızdaki gibi herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir. Ekinci ve diğerleri (2012) tarafından üniversite öğrencilerinin sportif ve sportif olmayan rekreatif etkinliklere katılımlarına engel olabilecek unsurların incelenmesi isimli araştırmada bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği ve zaman alt boyutlarında araştırmamızın aksine anlamlı farklılık bulunurken, diğer alt boyut ve ölçek toplamında araştırmamıza benzer olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Deniz (2020) tarafından yapılan spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri ile tatmin düzeyleri arasındaki ilişki

isimli araştırmada cinsiyet değişkenine göre bilgi eksikliği, tesis ve zaman alt boyutlarında araştırmamıza zıt olarak anlamlı farklılık tespit edilirken, birey psikolojisi, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında araştırmamızda olduğu gibi anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Arslan ve arkadaşları (2018) tarafından yapılan niversite öğrencileri neden aktif değiller? Katılımsal engeller isimli araştırmada birey psikolojisi dışındaki alt boyutlar ve ölçek genelinde araştırmamızla benzer nitelikte sonuçların ortaya çıktığı görülmektedir. Literatürde araştırmamızı destekler nitelikte farklı çalışmaların da olduğu görülürken (Pepe, 2008; Lokat, 2015; akır, 2017; Kırtepe ve Uğurlu, 2018) araştırma sonucumuzdan farklı sonuçların ortaya çıktığı da görülmektedir (Gmşgl, 2013; Has ve ztrk, 2016; Gürer vd, 2016). Literatürdeki araştırmaların birçoğunda çıkan farklılığın erkeklerin lehine olduğu bu durumda da toplumsal yapı ve bu yapının oluşturduğu baskı dolayısıyla kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre rekreasyonel faaliyetlere aktif katılımlı etkinliklere daha az yneltmelerinden kaynaklandığı düşünülürken araştırma sonucumuz mevcut literatüre göre beklenmedik bir sonuç olarak düşünülebilir.

Öğrencilerin lisanslı spor yapma durumu değişkeni dikkate alınarak yapılan istatistiksel analizler sonucunda; lisanlı spor yapan öğrenciler ile yapmayan öğrenciler arasında boş zaman engelleri leği arkadaş eksikliği alt boyutunda lisanslı spor yapan öğrencilerin lehine anlamlı ilişki olduğu tespit edilirken, diğer alt boyutlar ve ölçek genelinden elde edilen puanların birbirine yakın olmasından dolayı istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Salar (2022) tarafından yapılan öğretmenlerin serbest zaman doyumları ve serbest zaman engellerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi isimli araştırmada, spor yapan ile yapmayan katılımcıların spor yapanların lehine anlamlı bir farklılık yarattığı ve araştırmamız ile benzer sonuçlar ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Güler (2017)'nin yaptığı beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engellerinin boş zaman motivasyonlarına etkisinin araştırılması (Bartın niversitesi rneği) isimli araştırmada araştırmamızda olduğu gibi benzer sonuçların bulunduğu tespit edilmiştir. Masmanidis ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan niversite öğrencilerine yönelik yapılan kampüs rekreasyon spor faaliyetlerine katılan ve katılmayan öğrencilerin kısıtlamaları isimli araştırmada spor yapan ile yapmayan öğrenciler arasında spor yapanların lehine anlamlı farklılığa ulaştıkları tespit edilmiştir. Bu durum araştırmamız destekler niteliktedir. Literatürde araştırmamızı

destekler nitelikte farklı çalışmaların da olduğu görülürken (Özsoy, 2018; Ayçiçek, 2019; Aksoy, 2019) araştırma sonucumuzdan farklı sonuçların ortaya çıktığı da görülmektedir (Sabancı, 2016; Polat, 2017). Araştırmamız sonucunda arkadaş eksikliği alt boyutunda tespit edilen farklılığın sebebi olarak verileri dolduran öğrencilerin daha çok bireysel sporlarla uğraştığı izlenimi vermekte ya da takım sporları ile uğraşan öğrencilerin takım içerisinde yaşadığı sorunlar, baskılar, vb. nin etkisinin olduğu düşünülebilmektedir. Öğrencilerin okudukları bölüm değişkenini dikkate alınarak yapılan istatistiksel analizler sonucunda; ölçeğin alt boyutları ve toplamı açısından anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın daha çok beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin lehine olduğu tespit edilmiştir. Karadeniz ve arkadaşları (2019) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin serbest zaman aktivitelerine yönelik tutum ve engellerinin incelenmesi (Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi örneği) isimli araştırmada, üniversite öğrencilerinin okudukları fakültelere göre serbest zaman engelleri alt boyutlarından sadece tesis alt anlamlı farklılık olduğu tespit edilerek araştırmamızla benzer olduğu, diğer alt boyutlarında ve ölçek genelindeki sonuçlara araştırmamızın sonuçları ile farklılık göstermektedir. Keskin ve arkadaşları (2015) tarafından yapılan turizm eğitimi alan öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılımlarının önündeki engellerin belirlenmesine yönelik bir çalışma isimli araştırmada öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümler ile zaman ve ilgi eksikliği alt boyutuna yönelik algılarında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilerek araştırmamızla benzer sonuçlar bulunurken, diğer alt boyutlar ve ölçek geneli bakımından araştırmamız ile farklı sonuçlar ortaya çıktığı görülmektedir. Özşaker (2012) tarafından yapılan gençlerin boş zaman faaliyetlerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme isimli araştırmada öğrencilerin bölüm değişkenine göre ölçek alt boyutları ve geneline ilişkin anlamlı farklılığa rastlanılmadığını tespit edilmiş olup araştırmamıza zıt sonucun ortaya çıktığı görülmektedir. Literatürde araştırmamızı destekler nitelikte farklı çalışmaların da olduğu görülmektedir (Demirel ve Harmandar, 2007; Kandaz Gelen ve Hergüner, 2007; Dumlu, Yazıcı ve Sözen, 2018). Araştırmamız sonucunda çıkan farklılığın rekreasyon yönetimi lehine olması beklenirdi fakat verilerin toplandığı üniversite olan Karabük Üniversitesi'nde rekreasyon yönetimi bölümü turizm fakültesinin içerisindeydi. Bu sebeple rekreasyon yönetimi lehine sonucun çıkmadığı söylenilebilir. Ayrıca bölümler arasındaki ders yoğunluklarının birbirinden farklı

olması, tesislerin genellikle spor bilimleri fakülteleri ya da beden eğitimi ve spor yüksekokullarında bulunmasından dolayı farklılığın ortaya çıktığı düşünülebilir. Öğrencilerin aile gelir durumu değişkenini dikkate alınarak yapılan istatistiksel analizler sonucunda; ölçeğin alt boyutları ve geneline ilişkin farklılıklar tespit edilmiştir. Zaman alt boyutunda herhangi bir farklılık görülmemiştir. Bu farklıklar arkadaş eksikliği alt boyutunda aile gelir düzeyinin yüksek olmasının etkili olmadığı yönündeyken diğer alt boyutlar ve ölçek genelinde aile gelir düzeyinin yüksek olduğu öğrencilerin lehine olduğu tespit edilmiştir. Bu değişkene ilişkin literatürde pek fazla bilgiye rastlanmamıştır. Demirel ve Harmandar (2009) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi isimli araştırmada bireylerin boş zaman engelleri ile aylık gelir seviyeleri arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş olup bu durum da araştırmamız ile benzer niteliktedir. Gratton (2000)'un da yaptığı araştırma sonucunda rekreatif faaliyetlere katılamamasının en temel nedeninin para olduğu ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin çoğu ailelerinden ayrı yaşayarak çalışmadan ailelerinden gelen gelirlerle öğrencilik yaşamını devam ettirmektedir. Bu durumda ailelerinden gelen parayla geçinmek durumunda olan öğrencilerin boş zamanlarında rekreatif etkinliklere katılabilmeleri için ailenin gönderdikleri paranın yeterli düzeyde olması gerekmektedir. Aile gelir düzeyi arttıkça öğrenciye gönderilen para miktarı doğru orantılı olduğu gibi ailen gelen parayla da boş zamanlarında rekreatif etkinliklere katılabilme durumu da doğru orantılıdır.

Öğrencilerin rekreasyon tesislerini yeterli bulma değişkenini dikkate alınarak yapılan istatistiksel analizler sonucunda; ölçeğin alt boyutları ve toplamı açısından anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın öğrencilerin rekreasyon tesislerini yeterli buldukları yönünde olduğu görülmektedir. Solakumur ve arkadaşları (2019) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin boş zaman engellerinin incelenmesi (Bartın ili örneği) isimli araştırmada tesisleri yeterli bulma değişkenine göre herhangi bir farklılığın bulunmadığını tespit ederek araştırmamızın sonucuna göre farklılık olduğu görülmektedir. Uzun (2016) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin serbest zaman motivasyonları ile rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlerin incelenmesi isimli araştırmada öğrencilerin bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemesi

araştırmamıza karşıt sonuçların olduğu, birey psikolojisi, tesis, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılığın tespit edilmesi araştırmamıza benzer sonuçların olduğunu göstermektedir. Ekinci ve diğerleri (2014) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin sportif ve sportif olmayan rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olabilecek unsurların incelenmesi isimli araştırmada araştırmamızın tam aksi sonuçların çıktığı öğrencilerin rekreasyon tesislerini yeterli bulmadığı sonucuna ulaşıldığı görülmektedir. Aynı şekilde, Beşikçi (2020) tarafından yapılan üniversite kampüslerinde rekreasyon serbest zaman engelleri, kolaylaştırıcıları ve doyumunu üzerine etkileri isimli araştırmada öğrencilerin rekreasyon tesislerini yeterli bulmadığı sonucuna ulaşılarak araştırmamızdan farklı sonuçların çıktığı tespit edilmiştir. Öğrenciler ve hatta genel olarak insanlar için yeterlilik zor bir ölçüt olduğundan sonucun yeterli olması şaşırtıcı bir sonuç olarak düşünülebilir.

## 5.2. Öneriler

Araştırmanın amacı kapsamında ulaşılan bulgulara dayalı olarak ortaya çıkan sonuçlar doğrultusunda araştırma sistematigi ve bulgular ışığında konuyla ilgili üniversiteye ve temel araştırmacılara sunulan önerilere aşağıda yer verilmiştir:

1. Araştırma Karabük Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri ile Safranbolu Turizm Fakültesi öğrencileri üzerinde yürütülmüş olup bu anlamda sınırlılık içermektedir. Alan yazına katkı sağlaması açısından farklı illerdeki üniversitelere ve farklı bölüm öğrencilerine uygulanması tavsiye edilebilir.
2. Araştırma kapsamında kullanılan ölçeğin yanına farklı ölçekler eklenerek aralarında ilişkiler incelenebilir. Aynı zamanda demografik bilgilere de eklenen ölçekler dikkate alınarak eklemeler yapılabilir.
3. Öğrencilerin boş zamanlarını etkin bir şekilde değerlendirebilmesi açısından tercih ve ihtiyaçlarına hitap edebilecek rekreatif etkinliklerin yapılması konusunda Fakülte ya da yüksekokul yönetimi ile iletişimin kurulması tavsiye edilebilir.

4. Öğrencilerin ücretsiz olarak boş zamanlarını rekreatif etkinliklerle geçirebileceği tek yer neredeyse üniversitelerdir. Bu sebeple öğrencilere üniversitede yapılan ya da yapılacak rekreatif etkinlikler ve bu etkinliklere nasıl katılacakları konusunda bilgilendirmelerin yeterli düzeyde yapılması sağlanabilir. Etkinliklerin duyurularının daha geniş öğrenci kitlesine ulaşabilmesi için çalışmalar yapılabilir. Bu çalışmalar bölümlere asılan duyuru afişleriyle kalmamalıdır. Üniversite sosyal medya hesaplarından ve web sayfasından dikkat çekici görseller kullanılarak hazırlanan afişlerin paylaşımların yapılması, öğrencilerin üniversite çevresinde gittikleri restoran, kafe gibi yerlere görsel olarak dikkat çeken afişlerin asılması, vb. şekilde gerçekleştirilebilir.

5. Yapılacak rekreatif etkinliklerin neler olabileceği ile alakalı üniversitenin mevcut coğrafi konumu da dikkate almaları istenerek öğrencilerden anket yoluyla görüş alınabilir. Sonuçlara göre etkinlikler planlanabilir.

6. Yapılacak rekreatif etkinliklerin öğrencilerin boş zamanlarının dikkate alınarak planlanması ve boş zamanlarını nasıl yönetecekleri konusunda zaman yönetimi konusunda çalışmalar yapmış uzman kişiler tarafından seminer, panel, söyleşi, vb. eğitimlerin yapılması önerilebilir.

7. Yapılacak araştırmacılara bu araştırmanın bulgularından hareketle en temel öneri araştırma modellerinde öncelikle nitel araştırma sonrasında ise karma modelde tasarlayacakları araştırma türleri önerilebilir.



## KAYNAKLAR

Addington, J. E., ‘‘% 100 Düşünce Gücü’’, Çetinkaya, B., *Platform Yayınları*, İstanbul, 45-48 (2013).

Ağaoğlu, Y. S., ‘‘Türkiye'deki üniversitelerin rekreasyon programlarının geliştirilmesi’’, Doktora Tezi, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı*, Samsun, 22-26 (2002).

Akatay, A., ‘‘Örgütlerde zaman yönetimi’’, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (10): 281-300 (2003).

Aksoy, A., ‘‘Beden eğitimi öğretmenlerinin boş zaman yönetimi, işkoliklik ve iş yaşam dengesi açısından incelenmesi (Antalya Merkezi Örneği)’’, Yüksek Lisans Tezi, *Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Antalya, 55-57 (2019).

Aksoy, R., Bakış, M. ve Ünveren, M., ‘‘Spor Sosyolojisi’’ 1. Baskı. ed., M. A. Çeliksoy, *Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları*, Ankara, 93-95 (2017).

Aktaş, G.G., ‘‘Çağdaş alışveriş merkezlerinde, rekreasyonel iç mekân organizasyonu önerileri’’, *Anadolu Üniversitesi Sanat ve Tasarım Dergisi*, 1 (1): 1-14 (2011).

Aktaş, G. G., ‘‘Rekreasyon amaçlı ortak mekanların alışveriş merkezleri örneğinde iç mekan oluşumlarının analizi’’, Sanatta Yeterlilik Tezi, *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Ankara 180-185 (2009).

Akten, M. ve Akten, S., ‘‘Rekreasyon potansiyellerinin belirlenmesine yönelik bir model yaklaşımı: Gülez yöntemi’’, *I. Ulusal Sarıgöl İlçesi ve Değerleri Sempozyumu*, Sarıgöl 27 (2011).

Alexandris, K. and Carroll, B., ‘‘Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation, results from a study in greece.’’, *Liesure Studies*, 16 (2): 107-125 (1997).

Ardahan, F. Turgut, T. ve Kaplan, A., ‘‘Her Yönüyle Rekreasyon’’ 1. Baskı. ed., Ardahan, F., *Detay Yayıncılık*, Ankara, 179-186 (2016).

Argan, M., Yüncü, D., Coşkun, İ. O., Sevil, T., Özel, Ç. H., Yüncü, H. R. ve Şimşek, K. Y., ‘‘Rekreasyon Yönetimi’’, *Anadolu Üniversitesi Web-ofset Tesisleri*, Eskişehir, 48 (2013).

Arslan, E., Namlı, A. Y. ve Doğaner, S., ‘‘Üniversite öğrencileri neden aktif değiller? Katılımsal engeller’’, *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16 (4): 140-150 (2018).

Arslan, S., ‘‘Serbest Zaman-Rekreasyon ve Serbest Zaman Eğitimi’’ 1. Baskı. ed., *Nobel Yayın*, Ankara, 42-48 (2013).

Arslan, S., ‘‘Yükseköğrenim kredi ve yurtlar kurumu’na bağlı yurtlarda kalan bayan öğrencilerin boş zaman değerlendirme sorunları üzerine bir araştırma (Ankara İli Örneği)’’ Yüksek Lisans Tezi, *Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Ankara 33-37 (1996).

Aslan, N., ‘‘An examination of family lesiure and family satisfactiom among traditional turkish families’’, *Journal of Leisure Researc*, 41 (2): 157–176 (2009).

Aslan, L. N., ‘‘Üniversite öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimi’’ Doktora Tezi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, İzmir, 30-40 (1994).

Atmaca, H., ‘‘Boş zaman-kütüphane bağlamında psikolojik ve sosyolojik açılardan birey’’ *Türk Kütüphaneciliği*, 11 (4): 326-336 (1997).

Ayçiçek, C. N., ‘‘Beden eğitimi öğretmenleri adaylarının serbest zaman aktivitelerine katılımını kolaylaştıran ve engelleyen faktörlerin belirlenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*, Trabzon, 45-75 (2019).

Aytaç, Ö., ‘‘Boş zaman üzerine kuramsal yaklaşımlar’’, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12 (1): 232-23 (2002).

Aytaç, Ö., ‘‘Tüketimcilik ve metalaşma kıskacında boş zaman’’, *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11 (1): 8-15 (2006).

Balcı, V., Demirtaş, M., Gürbüz, P., İlhan, A. ve Ersöz, V., ‘‘Ankara'daki üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılımlarının araştırılması’’, *Milli Eğitim Dergisi*, (158): 161-173 (2003).

Balcı, V. ve İlhan, A., ‘‘Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerinin belirlenmesi’’, *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (1): 11-18 (2006).

Baltaş, A. ve Baltaş, Z., ‘‘Stres ve Başaşııkma Yolları’’ 1.Baskı. ed., *Remzi Kitabevi*, İstanbul, 33 (1987).

Başaran, İ., ‘‘Yönetimde İnsan İlişkileri’’, 2. Baskı. ed., *Kadioğlu Matbaası*, Ankara, 12-135 (1992).

Başaran, Z., ‘‘Alternatif Eğitim Olarak Rekreasyon, Rekreasyon Bilimi içinde’’, 2. Baskı. ed., Karaküçük, S., *Gazi Kitabevi*, Ankara, 393-428 (2016).

Başarangil, İ., ‘‘Rekreasyon Ve Animasyon Yönetimi Ders Notu’’, *personel.klu.edu.tr*, 1-130 (2014).

Beşikçi, T., ‘‘Üniversite kampüslerinde rekreasyon uygulamalarının serbest zaman engelleri, kolaylaştırıcıları ve doyumunu üzerine etkileri’’, Doktora Tezi, *Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Manisa, 40-42 (2020).

Biçer, T., ‘‘Sporda Toplam Kalite Yönetimi ve Futbol Uygulamaları’’, 1.Baskı. ed., *Beyaz Yayınları*, İstanbul, 25-27 (2008).

Boman, M., Fredman, P., Lundmark. L. and Ericson. G., ‘‘Outdoor recreation-a necessity or a luxury? Estimation of engel curves for sweden’’, *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 3 (4): 49-50 (2013).

Bowdin, G.A.J., McDonnell, I., Allen, J. and O’Toolo, W., ‘‘Events management!’’, 2.nd. ed., *Butter Worth Heinemann*, Australia, 59-61 (1999).

Broadhurst, R., ‘‘Managing Environments For Leisure And Recreation’’, 1.nd ed., *GBR:Rotledge*, London, 3 (2001).

Brotherton, B., ‘‘Konaklama, Turizm ve Eğlence Tanımları: Görüş Açıkları Problemler ve Çıkan Sonuçlar’’. Turizmde Seçme Makaleler: 11, *TUGEV Yayınları*, 18-26 (1991).

Bull, C., Hoose, J. and Weed, M., ‘‘An İntroduction To Leisure Studies’’, 2.Baskı. ed., *Prentice Hal*, UK, 180-184 (2003).

Bucher, A., Richard, C. and Bucher D., ‘‘Recreation For Todays Society’’, 1nd ed., *Prentice Hall İnç*, New Jersey, 120-124 (1974).

Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E, Karadeniz, Ş. ve Demirel, F., ‘‘Bilimsel Araştırma Yöntemleri’’, 1. Baskı. ed., *Pegem Akademi Yayıncılık*, Ankara, 27-28 (2012).

Carlson, R. E., Deppe, T. R., and Maclean, J. R., ‘‘Recreation İn American Life’’, 2nd ed., *Wadsworth Publishing Company*, California, 15-22 (1972).

Cevizci, A., ‘‘İlkçağ Felsefe Tarihi’’, 3. Baskı. ed., *Asa Yayınevi*, Bursa, 58 (2001).

Ceyhun, S., ‘‘Spor tesislerinin rekreatif açıdan kullanımı’’, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16 (1): 325-332 (2008).

Chase, C. M. And Chase, J. E., ‘‘Recreation And Leisure Programming’’, *Eddie Bowers Publishing*, Dubuque, 230-233 (1996).

Coleman, R. and Barries, G., ‘‘Yöneticinin Kılavuzu’’, 3.Baskı. ed., Mehmet Harmancı, *Remzi Kitabevi*, İstanbul, 206 (2000).

Crawford, D.W., Jackson, E.L. and Godbey, G., ‘‘A hierarchical model of leisure constraints’’, *Leisure Sciences*, (13): 309-320 (1991).

Cyril, A. V., ‘‘Time management and academic achievement o higher secondary students’’, *Journal on School Education Technology*, 10 (3): 38-43 (2014).

Çakır, V. O., ‘‘Üniversite öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki’’, *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (3): 17-27 (2017).

Çakıroğlu, H., ‘‘Beden eğitimi dersi ve diğer dersler açısından okullarda ders dışı faaliyetlerin durumu eğitsel kollar ve faaliyetleri’’, Yüksek Lisans Tezi, *Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı*, İstanbul, 30-40 (1998).

Çoruh, Y., ‘‘Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörler (Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Örneği)’’, Doktora Tezi, *Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Ankara, 55-57 (2013).

Demirel, M. ve Harmandar, D., ‘‘Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi’’, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (1): 839–846 (2009).

Deniz, C., ‘‘Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri ile tatmin düzeyleri arasındaki ilişki’’ Yüksek Lisans Tezi, *Sakarya Uygulamalı Bilimleri Üniversitesi*, Sakarya, 11-18 (2020).

Doğan, M., Gürkan, E. ve Gürbüz, B., ‘‘Serbest zaman doyumunu, serbest zamanda sıkılma algısı ve iş tatmini ilişkisi: akademisyenler üzerine bir araştırma’’, *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17 (1): 154-164 (2019).

Doğu, G., Aşçı, H., Yaman, H., Kirazcı, S., Özbey, S. ve Mirzeoğlu, N., ‘‘Spor Bilimlerine Giriş’’ 1.Baskı. ed., *Bağırhan Yayınevi*, Ankara, 113-32 (2003).

Dougherty, N., ‘‘Outdoor Recreation Safety’’, 1.Baskı. ed., *Human Kinetics*, Illionis, 200-208 (1998).

Dumlu, Y., Yazıcı, M. ve Sözen, T., ‘‘Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi’’, *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi*, Muğla, 435 (2018).

Ekinci, E., Kalkavan, A., Üstün, D. ve Gürbüz, B., ‘‘Üniversite öğrencilerinin sportif ve sportif olmayan rekreatif etkinliklere katılımlarına engel olabilecek unsurların incelenmesi’’, *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1 (1): 1-13 (2014).

Emir, E., Öncü, E. ve Gürbüz, B., ‘‘Rekreatif etkinliklere katılımın önündeki engellerin belirlenmesi: üniversite öğrencileri örneği examination of constraints to leisure activities in turkish university students’’, *Journal of Human Sciences*, 14 (4): 3895-3904 (2012).

Erkuş, A., ‘‘Davranış Bilimleri İçin Araştırma Süreci’’, 3. Baskı. ed., *Nobel Akademik Yayıncılık*, Ankara, 22-27 (2013).

Eroğlu, F., ‘‘Davranış Bilimleri’’, 2.Baskı. ed., *Beta Basım Yayın Dağıtım*, İstanbul, (2000).

Ertürk, S., ‘‘Eğitimde Program Geliştirme’’, 1.Baskı. ed., *Yelkenetepe Yayını*, Ankara, 30 (1972).

Gedik, N., ‘‘Gençliğin boş zamanları değerlendirilmesi sorunları’’, *Türk Hemşireler Dergisi*, 1 (2): 33-38 (1985).

Gelen, N. K. ve Hergüner, G., ‘‘Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerinin incelenmesi (Sakarya İli örneği)’’, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, (4): 1-9 (2007).

Gibson, J. and Wood, I., ‘‘Vocational A-Level Leisure and Recreation’’, 1nd ed., *Longman*, England, 22 (2000).

Göral, Ş., Karaküçük, S. ve Akgül, B., ‘‘Rekreasyonun Kısıtlayıcıları’’, 1.Baskı. ed., Karaküçük, S., Kaya, S., Akgül, B. M., *Gazi Kitabevi*, Ankara, 20-26 (2017).

Gratton, C., ‘‘Economics Of Sport And Recreation’’, 1nd ed., *Sport Pres*, London, (2000).

Guilliani, M. V. and Feldman, R., ‘‘Place Attachment In A Development And Cultural Context’’12.nd ed., *Journal Of Environment Psychology*, 267-274 (1993).

Gulam, A., ‘‘Recreation-need and importance in modern society. International journal of physiology’’, *Nutrition and Physical Education*, 1 (2): 157-160 (2016).

Güler, H., ‘‘Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engellerinin boş zaman motivasyonlarına etkisinin araştırılması (Bartın Üniversitesi Örneği)’’, Yüksek Lisans Tezi, *Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Bartın, 23-25 (2017).

Gültekin, E., ‘‘Sebest Zaman etkinlikleri içinde müzikli etkinliklerin yeri (Sakarya mahallesi örneği)’’, Yüksek Lisans Tezi, *Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Sakarya, 32-33 (2008).

Gümüş, H., ‘‘Rekreasyonel alanların kullanım etkenlerinin incelenmesi’’, Doktora Tezi, *Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Ankara, 47-49 (2016).

Gümüşgöl, O., ‘‘Avrupa Birliği’ne üye ülkelerde ve Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi anlayışlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Kütahya, 38-42 (2013).

Güngörmüş, H. A., ‘‘Özel sağlık-spor merkezlerinden hizmet alan bireyleri rekreasyonel egzersizlere güdüleyen faktörler’’, Doktora Tezi, *Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Ankara, 63-65 (2007).

Gürbüz, B. ve Karaküçük, S., ‘‘Boş zaman engelleri ölçeği-28: ölçek geliştirme, geçerlik ve güvenilirlik çalışması’’, *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7 (1): 3-10 (2007).

Gürer, B., Dedeşah, U. E., Öz, N. ve Acun, A., ‘‘Beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetiminin incelenmesi’’, *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (3): 1-11 (2016).

Hacıoğlu N., Gökdeniz A. ve Dinç Y., ‘‘Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi’’ 2.Baskı. ed., *Detay Yayıncılık*, Ankara, 77-79 (2009).

Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A. ve Dinç, Y., ‘‘Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi’’, 4.Baskı. ed., *Detay Yayıncılık*, Ankara, 27-29 (2017).

Has, F. ve Öztürk, H., ‘‘Sağlık sektöründe çalışanların rekreasyon etkinliklerine katılımcılarının önündeki engellerin belirlenmesi’’, *3. Uluslararası Spor Bilimleri Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi*, Gaziantep, 27-29 (2016).

Hazar, A., ‘‘Rekreasyon ve Animasyon’’ 2.Baskı. ed., *Detay Yayıncılık*, Ankara, 100-103 (2003).

Hazar, A., ‘‘Turizm İşletmelerinde Animasyon: Rekreasyon, Animasyon Teorisi Ve Uygulamalı Animasyon Etkinlikleri’’, 1.Baskı. ed., *Detay Yayıncılık*, Ankara, 33-37 (1999).

Howe, C. Z. and Carpenter, G., M., ‘‘Programming Leisure Experiences’’, *Prentice-Hall Inc.*, New Jersey, 3 (1985).

Huang, C. Y. and Carleton, B., ‘‘The relationships among leisure participation, leisure satisfaction, and life satisfaction of college students in taiwan’’, *Journal of Exercise Science and Fitness*, 1 (2): 129-132 (2003).

Hunnicut, B. K., ‘‘The History of Western Leisure, A Handbook of Leisure Studies’’, 1.nd ed., C. Rojek, S. M. Shaw and A. J. Veal, *Palgrave Macmillan*, New York, 55-75 (2006).

İbrahim, H. and Cordes, K., ‘‘Outdoor Recreation, Enrichment For a Lifetime’’, 1.nd ed., *Sagamore Publishing*, Illionis, 14-15 (2002).

İnternet: Türk Dil Kurumu, Genel Türkçe Sözlük, <http://www.tdk.gov.tr>, 15.03.2012

Juniu, S., “Downshifting: regaining the essence of leisure”, *Journal of Leisure Research*, 32 (1): 69-73 (2000).

Karadeniz, F., “Üniversite öğrencilerinin serbest zaman aktivitelerine yönelik tutum ve engellerinin incelenmesi (Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Örneği)”, *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 1 (2): 21-36 (2019).

Karaküçük S., “Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme”, 7.Baskı. ed., *Gazi Kitabevi*, Ankara, 1-12 (2014).

Karaküçük, S., “Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme) Kavram, Kapsam ve Bir Araştırma”, 5.Baskı. ed., *Gazi Kitabevi*, Ankara, 14-19 (2005).

Karaküçük, S., “Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme”, 6.Baskı. ed., *Bağırhan Yayınevi*, Ankara, 18-21 (1999).

Karaküçük, S., “Rekreasyon Serbest Zamanları Değerlendirme, Kavram, Kapsam ve Araştırma Geliştirilmiş”, 2.Baskı. ed., *Seren Ofset*, İstanbul, 373 (1997).

Karaküçük, S., “Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme”, Geliştirilmiş 7.Baskı., *Google Books*, 22-24 (2016).

Karaküçük, S. ve Gürbüz. B., “Rekreasyon ve Kent(li)leşme”, 1.Baskı. ed., *Gazi Kitabevi*, Ankara, 10-15 (2007).

Karaküçük, S., Yenel, F. ve Akgül, B., “Rekreasyon Liderliği”, Karaküçük, S., Kaya, S., Akgül, B., Rekreasyon Bilimi 2, *Gazi Kitabevi*, Ankara, 222-224 (2017).

Karasar, N., “Bilimsel Araştırma Yöntemi”, 24.Baskı. ed., *Nobel Akademik Yayıncılık*, Ankara, 22-25 (2012).

Kesim, Ü., “İşyeri Rekreasyonu”, 1.Baskı. ed., Karaküçük, S. Rekreasyon Bilimi, *Gazi Kitabevi*, Ankara, 131-132 (2016).

Keskin, M., Akova, O. ve Öz, M., “Turizm eğitimi alan öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılımlarının önündeki engellerin belirlenmesine yönelik bir çalışma”, *Journal of Recreation and Tourism Research*, 2 (4): 37-45 (2015).

Kılbaş, Ş., “Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme”, Geliştirilmiş 3.Baskı. ed., *Nobel Yayın Dağıtım*, Ankara, 111-113 (2004).

Kırtepe, A. ve Uğurlu, F., “Rekreatif amaçlı spor salonuna giden bireylerin boş zaman yönetimlerinin farklı değişkenlere göre belirlenmesi”, *Turkish Studies Educational Sciences*, 13 (3): 783-792 (2018)

Kocaekşi S., “Boş Zaman Ve Rekreasyon Yönetimi”, 1.Baskı. ed., *Anadolu Üniversitesi Webofset Tesisleri*, Eskişehir, 104-109 (2012).

Koçyiğit, M. ve Yıldız, M., ‘‘Yerel yönetimlerde rekreasyon uygulamaları: Konya örneği’’, *Uluslararası Kültür ve Spor Bilimleri Dergisi*, (2): 211- 223 (2014).

Korkmaz, A., ‘‘Yüksek öğretim gençliğinin problemleri’’, 3.Baskı. *Milli Eğitim Dergisi*, (145): 41-45 (2000).

Köklü, N., Büyüköztürk, Ş. ve Bökeoğlu, Ç. Ö., ‘‘Sosyal Bilimler İçin İstatistik’’, Geliştirilmiş 2. Baskı. ed., *Pegem Akademi Yayıncılık*, Ankara, 146-151 (2007).

Köknel, Ö., ‘‘Cumhuriyet Gençliği Ve Sorunları’’, 1.Baskı. ed., *Cem Yayınevi*, Ankara, 120-135 (1981).

Köktaş, Ş. K., ‘‘Rekreasyon Serbest Zamanları Değerlendirme’’, 3.Baskı. ed., *Nobel Yayın Dağıtım*, Ankara, 48-55 (2004).

Köybaşı, N., ‘‘Boş zaman sosyolojisi ve boş zamanları değerlendirme aracı olarak dinlence turizmi ve kültür turizmine katılan yerli turistlerin karşılaştırmalı sosyolojik analizi’’,Yüksek Lisans Tezi, *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Eskişehir, 147-149 (2006).

Kraus, R., ‘‘Recreation and Leisure in Modern Society’’, 3nd. ed., *Pearson Scott Foresman*, United States of America, 23 (1998).

Kraus, R., ‘‘Recreation and Leisure in Modern Society’’, 11.nd. ed., *Advantage Access*, USA, 15-17 (1971).

Kraus, R., ‘‘Recreation Today: Program Planning And Leadership’’, 2..nd. ed., *Goodyear Publishing Company*, California, 38-39 (1977).

Kruger, L.L., ‘‘Recreation as a path for place making and community building’’, *Leisure/Loisir*, 30 (2): 383-392 (2006).

Kuter, Ö., ‘‘Toplumsal Boyutlarıyla Spor’’, 1.Baskı. ed., *Bağırhan Yayınevi*, Ankara, 42-45 (1998).

Kyle, D., ‘‘Directions in ancient sport history’’, *Journal of Sport History*, 10 (1): 7-34 (1983).

Lee, B. and Zhang, A., ‘‘Women’s leisure and leisuresatisfaction in contemporary urban china’’, *World Leisure Journal*, 52 (3): 211-221 (2010).

Lekies, K. S., Yost, G. and Rode J., ‘‘Urban youth’s experiences of nature: Implications for outdoor adventure recreation’’, *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, (9): 1-10 (2015).

Lokat, K., ‘‘Beden eğitimi öğretmeni adaylarında serbest zaman algısı ve engelleri’’, Yüksek Lisans Tezi, *Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Trabzon, 42-46 (2015).



Masmanidis, T., Gargalianos, D. and Kosta, G., ‘‘Perceived constraints of Greek University students' participation in campus recreational sport programs’’, *Recreational Sports Journal*, 33 (2): 150-166 (2009).

Mete, B. ve Ağaoğlu, S. A., ‘‘Ondokuz mayıs üniversitesi kurupelit kampüsü akademik ve idari personelin rekreatif aktivitelere katılım ve bakışaçılarının incelenmesi’’, *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi*, Ankara, 421-426 (2003).

Morgan, G. A., Leech, N. L., Gloeckner, G. W. and Barrett, K. C., ‘‘SPSS for Introductory Statistics: Use and İnterpretation’’, 2nd ed., *Psychology Press*, London, 205-210 (2004).

Mullett, S., ‘‘Leisure and consumption: incompatable concepts?’’, *Leisure Studies*, 7 (3): 241-253 (1988).

Müderrişoğlu, H. ve Uzun, S., ‘‘Abant izzet baysal üniversitesi orman fakóltesi öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri’’, *Süleyman Demirel Üniversitesi Orman Fakóltesi Dergisi*, (2): 108-121 (2004).

Meyer, H. D., Brightbılı, C. K., and Sessoms, H.D., ‘‘Community Rekreation, A Guide To Dts Organization’’, 45-47 (1970).

Nyaupane, G. P. and Andereck. K. L., ‘‘Understanding travel constraints: application and extension of a leaisure constraints model’’, *Journal of Travel Research*, (46): 433–439 (2008).

Orel, D. F. ve Yavuz, M. C. ‘‘Rekreasyonel turizmde müşteri potansiyelinin belirlenmesine yönelik bir pilot çalışma’’, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11 (11): 61-76 (2003).

Özdemir, A., S., ‘‘Rekreasyon Uzmanlığı’’, 1.Baskı., ed., Karaküçük, S., Kaya, S., Akgül, B., *Gazi Kıtapevi*, Ankara, 455 (2017).

Özdemir, S., Karaküçük, S., Gümüş, M. ve Kıran, S., ‘‘Türkiye taş kömürü kurumu genel müdürlüğü’nde çalışan yeraltı işçilerinin boş zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarının belirlenmesi’’, *9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Bildiri Kıtabı*, Muğla, 10 (2006).

Özsoy, O., ‘‘Sincan ilçesinde beden eğitimi, müzik ve görsel sanatlar branşlarında görev yapan öğretmenlerin boş zaman engellerinin incelenmesi (Sincan ilçesi örneği)’’, Yüksek Lisans Tezi, *Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Bartın, 38-45 (2018).

Özşaker, M., ‘‘Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılamama nedenleri üzerine bir inceleme’’, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (1): 126-131 (2012).

Parr, M. G. and Lashua, B. D., ‘‘What is leisure? the perception of recreation practioners and others’’, *Leisure Sciences*, 26 (1): 1-17 (2004).

Pehlivanoglu, M., ‘‘Rekreasyon ve orman içi rekreasyon planlaması’’, *İstanbul Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 26 (2): 112-153 (1976).

Pepe, K., ‘‘Mehmet Akif Ersoy Üniversitesinde okuyan öğrencilerin serbest zaman değerlendirme anlayış ve alışkanlıkları ile beklentilerinin araştırılması’’, *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 3 (1): 42-51 (2008).

Polat, C., ‘‘Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılım engellerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi (Kütahya İli Örneği)’’, Yüksek Lisans Tezi, *Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Kütahya 29-35 (2017).

Püsküllüoğlu, A., ‘‘Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlük’’, 10.Baskı. *Türk Dil Kurumu Yayınları*, Ankara, 27-28 (2005).

Ramazanoğlu, F., Altungül, O. ve Özer, A., ‘‘Sportif açıdan rekreasyon etkinliklerinin değerlendirilmesi’’, *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 3 (1): 199-202 (2004).

Sabancı, G., ‘‘Öğretim elemanlarının rekreasyonel faaliyetlere katılımlarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Konya, 20-22 (2016).

Sağcan, M., ‘‘Rekreasyon ve Turizm’’, 1.Baskı. ed., *Cumhuriyet Baskı Evi*, İzmir, 30-39 (1986).

Salar, M. Ş., ‘‘Öğretmenlerin serbest zaman doyumları ve serbest zaman engellerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Isparta, 40-41 (2022).

Serarslan, M. Z. ve Bakır, M., ‘‘Turizm pazarlamasında sporun yeri ve türkiye açısından değerlendirilmesi’’, *Pazarlama Dünyası*, 2 (9): 28-30 (1988).

Shivers, J. S. and Delisle, L. J., ‘‘Story Of Leisurecontext, Concepts, And Current Controversy’’, 1nd ed., *Human Kinetics*, Champaign, 43-45 (1997).

Solakumur, A., Özen, G., Yıldız, N.O. ve Ünlü, Y., ‘‘Üniversite öğrencilerinin boş zaman engellerinin incelenmesi (Bartın İli Örneği)’’, *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (1): 33-41 (2019).

Soyer, F. ve Can, Y., ‘‘Üniversite öğrencilerinin boş zaman alışkanlıkları ve sportif eğilimlerinin mesleki yönelişlerine göre karşılaştırılması’’, *I. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu Bildiriler Kitabı*, Ankara, 102-119 (2003).

Şahin C.K., Akten S. ve Erol U.E., ‘‘Eğirdir meslek yüksekokulu öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımlarının belirlenmesi üzerine bir alışma’’, *Artvin Çoruh Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 10 (1): 62-71 (2009).

Şahin, H., "Sporcuların performans sporunu bıraktıktan sonraki yaşamlarında boş zaman değerlendirme ilgilerinin araştırılması", Yüksek Lisans Tezi, **Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı**, Adana, 25-43 (1997).

Şama, E., "Öğretmen adaylarının çevre sorunlarına yönelik tutumları", **Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 23 (2): 99-110 (2003).

Şanlıöz, H.K., "Türkiye'de iç turizmi geliştirmede rekreasyonun önemi ve konaklama modeli önerisi", **I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi Bildiri Kitabı**, Antalya, 687-689 (2012).

Tatar, G., "Turizm ve rekreasyon açısından karadeniz ereğli cehennem ağız mağaralarının kullanıcı ilişkilerinin değerlendirilmesi", Yüksek Lisans Tezi, **İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü**, İstanbul, 58 (2000).

Tayfun, A. ve Arslan, E., (2013). "Festival turizmi kapsamında yerli turistlerin ankara alışveriş festivali'nden memnuniyetleri üzerine bir araştırma", **İşletme Araştırmaları Dergisi**, 5 (2): 192-206 (2013).

Tekin, A., "Rekreasyon", 1.Baskı. **Ata Ofset Matbaacılık**, Ankara, 22 (2009).

Tekin, A., Tekin, G. ve Çalışır, M., "Rekreasyonel Spor", Karaküçük, S., Kaya, S., Akgül, B. (Ed.). Rekreasyon Bilimi 2, **Gazi Kitabevi**, Ankara, 6-31 (2017).

Tel, M. ve Köksalan, B., "Öğretim üyelerinin spor etkinliklerinin sosyolojik olarak incelenmesi (Doğu Anadolu örneği)", **Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 18 (1): 261-278 (2008).

Tezcan, M., "Boş Zamanlar Sosyolojisi", 1.Baskı. **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları**, Ankara, (1993).

Tunçel, E.F., "İzmir orta öğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin serbest zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarında sporun yeri", Yüksek Lisans Tezi, **Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü**, İzmir, 48 (1993).

Türkay, O., "Rekreasyon Ve Animasyon İşletmeleri", 3.Baskı. ed., B. Z., Ş. D., **Değişim Yayınları**, İstanbul, 347-389 (2015).

Türkay, O., "Rekreasyon ve Animasyon Yöntemi", <https://slideplayer.biz.tr/slide/9086135/>, (ET: 30.12.18), 1-52 (2018).

Uzun, F., "Üniversite öğrencilerinin serbest zaman motivasyonları ile rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlerin incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, **Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü**, Kayseri, 34-37 (2016).

Üstun, U.D., Kalkavan, A, ve Demirel, M., ‘‘Investigating free time motivation scores of physical education and faculty of education students according to different variables’’, *The Online Journal of Recreation and Sport*, 2 (1): 10-12 (2013).

Yaman, M. ve Arslan, S., ‘‘Çocuk ve gençlik suçlarının önlenmesinde rekreatif sporlar’’, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (1): 445-459 (2009).

Yaman, V., Yaman, F., ve Burgul, N., ‘‘Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman alışkanlıkları içerisindeki sporun yeri ve rolü (Ankara örneği)’’, *The 10th ICHPER•SD European Congress and the TSSA 8th International Sports Science Congress Which Will be Organized*, Antalya, 40 (2004).

Yamaner, F., ‘‘Beden Eğitimi ve Sporda Temel İlkeler’’, 1.Baskı. *Ekin Kitapevi*, Bursa, 39-42 (2001).

Yazıcı, M., ‘‘Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirme anlayış ve alışkanlıkları üzerine karşılaştırmalı bir Araştırma’’, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, *Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı*, İstanbul, 25 (1998).

Yetim, A., ‘‘Sosyoloji ve Spor’’, 1.Baskı. ed., *Topkar Matbaacılık*, Ankara, 22-23 (2000).

Yılmaz, S., ‘‘Serçeme vadisinin rekreasyonel kullanım potansiyelinin belirlenmesi’’, *Ekoloji Çevre Dergisi*, 13 (51): 1-6 (2004).

Zelinski E.J., ‘‘Çalışma(ma)’nın Keyfi, İşkolikler, İşsizler ve Emekliler İçin Bir Rehber’’, 1.Baskı. Çolakoğlu D (Çev), *Boynar Yayınları*, İstanbul, 38-39 (2004).

Zengin E., Sertbaş K. ve Kolayış H., ‘‘Kocaeli üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin boş zaman profilleri ve raket sporlarına gösterdikleri ilgi düzeylerinin araştırılması’’, *Spor Yönetimi Ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 1 (1): 17-28 (2001).

Zorba, E. ve Bakır, M., ‘‘Serbest Zaman Kavramı’’, 1.Baskı., ed., F. Ramazanoğlu içinde, Sporda Sosyal Alanlar Seçme Konular, *Bıçaklar Kitabevi*, Ankara, 106 (2004).

Zorba, E., Zorba, E., Kesim, Ü., Ağılönü, A. ve Cerit, E., ‘‘Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerinin belirlenmesi (muğla üniversitesi örneği), 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Muğla, 43-44. (2006).

## EK AÇIKLAMALAR

### Ek 1: Etik Kurul Raporu



T.C.  
KARABÜK ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL ve BEŞERİ BİLİMLER ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU  
KARARLARI

TOPLANTI TARİHİ : 08.12.2022  
TOPLANTI NO : 2022/09

Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu toplanmış ve aşağıdaki kararı almıştır.

#### **Karar 32:**

06/12/2022 tarihli Doç. Dr. İsa DOĞAN'ın Etik Kurul form ve ekleri görüşüldü.

Karabük Üniversitesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. İsa DOĞAN danışmanlığında yürütülen “**Üniversite Öğrencilerinin Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Katılmasını Engelleyen Faktörlerin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi**” konulu çalışma kapsamında uygulanmak üzere ekte sunulan çalışmasının etik kurallara uygunluğu oy birliği ile kabul edilmiştir.

ASLI GİBİDİR

Prof. Dr. Elif ÇEPNİ  
Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurul Başkanı

## Ek 2: Ölçek İzni



### Ek 3: Anket Formu

#### Değerli Katılımcı;

Bu anket çalışması “Üniversite Öğrencilerinin Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Katılmasını Engleyen Faktörlerin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi” konulu Tez çalışmam için gerçekleştirilmekte ve tamamen bilimsel amaçla yapılmaktadır. Katılarınız için teşekkür ederim.

Ali Basım Abdulameer MATOOG

Bölüm: Turizm İşletmeciliği ( ) Gastronomi ve Mutfak Sanatları ( ) Turizm Rehberliği ( ) Rekreasyon Eğitimi ( )

Yaş: Cinsiyet: K ( ) E ( ) Lisanslı Sporcu: Evet ( ) Hayır ( )

Ailenin Aylık Gelir Düzeyi: (4000-6250) (6251-8500) (8501-10750) (10751 ve üzeri)

Üniversitedeki Rekreasyon Tesislerini Yeterli Bulma Durumu: Yeterli ( ) Kısmen Yeterli ( ) Yeterli Değil ( )

BOŞ ZAMAN ENGELLERİ ÖLÇEĞİ		Hiç Etkilemez	Etkilemez	Kararsızım	Etkiler	Çok Etkiler
(Aşağıdaki sorularda kendinize uygun olan kutucuğa X işareti koyunuz)						
<b>Zaman</b>						
1	Kentteki iş/çalışma zamanımın yoğunluğu	1	2	3	4	5
2	Kentteki etkinlik zamanlarının uymaması	1	2	3	4	5
<b>Tesis</b>						
3	Kentteki tesislerin kalitesiz olması	1	2	3	4	5
4	Kentteki tesislerin yetersiz olması	1	2	3	4	5
5	Kentteki bu tür tesislerin bakımsız veya kötü olması	1	2	3	4	5
6	Kentteki tesislerin ilgilendiğim etkinliklere uygun olmaması	1	2	3	4	5
7	Kentteki tesislerin çok kalabalık olması	1	2	3	4	5
<b>Ulaşım</b>						
8	Kentteki tesislerin eve uzak olması	1	2	3	4	5
9	Kentteki ulaşım olanaklarının yetersiz olması	1	2	3	4	5
10	Kentteki ulaşım zamanının uzun olması	1	2	3	4	5
11	Modern toplu taşımacılığının olmaması	1	2	3	4	5
<b>Arkadaş Eksikliği</b>						
12	Kentteki arkadaşlarının zamanının olmaması	1	2	3	4	5
13	Kentte katılacak kimsenin olmaması	1	2	3	4	5
14	Kentteki arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmak istememesi	1	2	3	4	5
<b>Bilgi Eksikliği</b>						
15	Kentteki bu tür etkinliklere nerede katılabileceğim hakkında bilgimin olmaması	1	2	3	4	5
16	Kentteki bu tür etkinliklerin nasıl yapılacağını öğretecek kimsenin olmaması	1	2	3	4	5
17	Kentte bu tür etkinlikler hakkında yeterli bilgilendirmenin (yayının) olmaması	1	2	3	4	5
<b>Para</b>						
18	Kentteki üyelik, tesis kullanım vb. gibi ücretlerin çok yüksek olması	1	2	3	4	5
19	Kentte bu tür etkinliklere katılabilmek için gerekli malzeme fiyatlarının çok yüksek olması	1	2	3	4	5
20	Kentteki ulaşım ücretlerinin yüksek olması	1	2	3	4	5
<b>Kentsel Koşullar</b>						
21	Kent ortamının kalabalık ve gürültülü olması	1	2	3	4	5
22	Kent yaşantısının aşırı stresli olması	1	2	3	4	5
23	Kent yaşamının çok yorucu olması	1	2	3	4	5
24	Kentte kendini güvende hissetmemek	1	2	3	4	5
25	Kentte temiz, sessiz ve yeşil bir çevrenin olmaması	1	2	3	4	5
26	Kentteki otopark alanlarının yetersiz olması	1	2	3	4	5
<b>Sosyal Çevre</b>						
27	Aile veya iş çevresinin etkinliklere katılımlara engel oluşturması	1	2	3	4	5
28	Kentteki yaşam çevresi veya sosyal çevrenin tutucu olması	1	2	3	4	5

## ÖZGEÇMİŞ

Ali Basım Abdulameer MATOOG, 2015 yılında Babil Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor bölümüne girmeye hak kazanmış. 2019 yılında Babil Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor bölümünden mezun olmuştur. 2020 yılında Karabük Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda yüksek lisans eğitimine başlamıştır.