

**T.C.  
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
REKREASYON ANABİLİM DALI**

**MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ YERLEŞKESİNDE OKUYAN  
ÖĞRENCİLERİN BOŞ ZAMAN TUTUMLARININ AKADEMİK BAŞARIYA  
ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**İbrahim İhsan ARIKAN**

**Dr. Öğr. Üyesi Ali AĞILÖNÜ**

**Ekim, 2018  
MUĞLA**

T.C.  
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
REKREASYON ANABİLİM DALI

MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ YERLEŞKESİNDE OKUYAN  
ÖĞRENCİLERİN BOŞ ZAMAN TUTUMLARININ AKADEMİK BAŞARIYA  
ETKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İbrahim İhsan ARIKAN

Dr. Öğr. Üyesi Ali AĞILÖNÜ

Ekim, 2018  
MUĞLA

T.C.  
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
REKREASYON ANABİLİM DALI

MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ YERLEŞKESİNDE OKUYAN  
ÖĞRENCİLERİN BOŞ ZAMAN TUTUMLARININ AKADEMİK BAŞARIYA  
ETKİSİNİN İNCELENMESİ

İbrahim İhsan ARIKAN

Sosyal Bilimler Enstitüsünce  
Tezli Yüksek Lisans  
Diploması Verilmesi İçin Kabul Edilen Tez/Projedir.

Tezin Enstitüye Verildiği Tarih :15/11/2018  
Tezin Sözlü Savunma Tarihi :19/10/2018

Tez Danışmanı : Dr. Öğr. Üyesi Ali AĞILÖNÜ  
Jüri Üyesi : Doç. Dr. Gönül BABAYİĞİT İREZ  
Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Alper KARTAL

Enstitü Müdürü : Tuncay ÖĞÜN

Ekim, 2018  
MUĞLA

## TUTANAK

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nün 19/09/2018 tarih ve 855-7 sayılı toplantısında oluşturulan jüri, Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 24/6 maddesine göre, **Rekreasyon Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı** öğrencisi **İbrahim İhsan ARIKAN**'ın "**Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Yerleşkesinde Okuyan Öğrencilerin Boş Zaman Tutumlarının Akademik Başarıya Etkisinin İncelenmesi.**" adlı tezini incelemiş ve aday 19/10/2018 tarihinde saat 12:30'da jüri önünde tez savunmasına alınmıştır.

Adayın kişisel çalışmaya dayanan tezini savunmasından sonra 60 dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından sorulan sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek tezin  **kabul edildiğine** oybirliği ile karar verildi.

### Tez Danışmanı

  
Dr. Öğr. Üyesi Ali AĞILÖNÜ

  
Doç. Dr. Günül BABAYİĞİT İREZ

  
Dr. Öğr. Üyesi Alper KARTAL

## YEMİN

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “**Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Yerleşkesinde Okuyan Öğrencilerin Boş Zaman Tutumlarının Akademik Başarıya Etkisinin İncelenmesi.**” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

15.11.2018

İbrahim İhsan ARIKAN



**YÜKSEKÖĞRETİM KURULU DOKÜMANTASYON MERKEZİ**  
**TEZ VERİ GİRİŞ FORMU**

**YAZARIN**

**Soyadı :ARIKAN**

**Adı İbrahim İhsan : Referans No:10221013**

**TEZİN ADI**

**Türkçe :Türkçe**

**Y. Dil :**

**TEZİN TÜRÜ: Yüksek Lisans**

**Doktora**

**Sanatta Yeterlilik**

**X**

**O**

**O**

**TEZİN KABUL EDİLDİĞİ**

**Üniversite : Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi**

**Fakülte :Spor Bilimleri**

**Enstitü :Sosyal Bilimler Enstitüsü**

**Diğer Kuruluşlar :**

**Tarih :19/10/2018**

**TEZ YAYINLANMIŞSA**

**Yayınlayan :**

**Basım Yeri :**

**Basım Tarihi :**

**ISBN :**

**TEZ YÖNETİCİSİNİN**

**Soyadı, Adı : AĞILÖNÜ Ali**

**Ünvanı : Dr. Öğr. Üyesi**

TEZİN YAZILDIĞI DİL : Türkçe

TEZİN SAYFA SAYISI: 46

TEZİN KONUSU (KONULARI) :

1. "Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Yerleşkesinde Okuyan Öğrencilerin Boş Zaman Tutumlarının Akademik Başarıya Etkisinin İncelenmesi."
- 2.
- 3.

TÜRKÇE ANAHTAR KELİMELER:

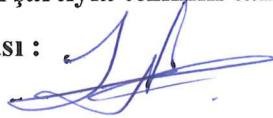
- 1.Boş zaman
- 2.Rekreasyon
- 3.Akademik Başarı

İNGİLİZCE ANAHTAR KELİMELER: Konunuzla ilgili yabancı indeks, abstract ve thesaurus'u kullanınız.

- 1.Lisure time
- 2.Recreation
- 3.Academic success

- 1- Tezimden fotokopi yapılmasına izin vermiyorum
- 2- Tezimden dipnot gösterilmek şartıyla bir bölümünün fotokopisi alınabilir
- 3- Kaynak gösterilmek şartıyla tezin tamamının fotokopisi alınabilir

Yazarın İmzası :



Tarih : 15.11.2018

## ÖZET

Bu araştırmanın amacı; Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Yerleşkesinde öğrenim gören bazı öğrencilerin Boş zaman tutumlarını incelemek ve bu tutumların akademik başarıya ne gibi fayda sağladığını saptamak ve gerekli önerileri sunmaktır. Araştırmanın örneklemini, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Yerleşkesinde Okuyan 380 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak araştırmada toplanan veriler SPSS paket programında kayıt altına alınmıştır. İki değişken arasındaki fark analizleri için Bağımsız t test, ikiden fazla değişken arasındaki fark analizleri için tek yönlü varyans analizi, değişkenler arasındaki ilişki analizleri için Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. Demografik değişkenlere ilişkin analizlerde yüzde ve frekans analizi kullanılmıştır.

Bulgulara göre, duyuşsal ve bilişsel faktörler akademik yıl değişkenine göre farklılaşmazken davranışsal faktörde katılımcılarının akademik yılına göre farklılık tespit edilmiştir. Duyuşsal ve bilişsel faktörler akademik yıl değişkenine göre farklılaşmazken davranışsal faktörde katılımcılarının akademik yılına göre farklılık tespit edilmiştir.. Kadın ve erkek katılımcıların akademik not ortalamalarına göre Boş zaman tutum ölçeği alt boyutları ortalama ve standart sapmaları verilmiştir. Buna göre, erkek ve kadınların tutum ölçeği ortalamaları akademik başarılarına göre çok değişiklik göstermemiştir. Kadın katılımcıların not ortalaması ve Boş zaman tutum ölçeği alt boyutlarında Pearson Korelasyon sonuçlarına göre pozitif yada negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>0.01$ ). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesin’ de belirlenen fakültelerdeki öğrencilerinin akademik başarılarına göre boş zaman tutumlarının inceleyen bu araştırmada, tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır. Buna göre, duyuşsal ( $F=1.16$ ,  $P>0.05$ ), bilişsel ( $F=1.30$ ,  $p>0.05$ ), davranışsal ( $F=1.14$ ,  $p>0.05$ ), toplam anket skoru ( $F=1.44$ ,  $p>0.05$ ) olarak belirlenmiştir. Buna göre Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesin’ de belirlenen fakültelerdeki öğrencilerin, duyuşsal, bilişsel ve davranışsal alt boyutları üzerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Erkek katılımcıların not ortalaması ve “Boş Zaman Tutum” ölçeği alt boyutlarında Pearson Korelasyon sonuçlarına göre pozitif yada negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır( $p>0.01$ ).

**Anahtar Kelimeler:** Boş Zaman, Rekreasyon, Akademik Başarı

## ABSTRACT

Muğla Sıtkı Koçman University Campus is the area of this study. The aim of the study is to evaluate the academic achievements of the 380 students surveyed at random. SPSS Pearson Correlation Test was used in the package programme to record the statistics of percentage and frequency analysis in terms of demographic variables, independent analysis and one way variance analysis for the difference in analysis for more than 2 variables.

According to these findings, the affective and cognitive factors were not differentiated according to the academic year variable, but the behavioral factor was different from the academic year of the participants. While affective and cognitive factors were not differentiated according to the academic year variable, behavioral factor was found to be different according to the academic year of the participants. Accordingly, the attitude scale scores of males and females did not differ much according to their academic achievement. There was no statistically significant correlation between Pearson Correlation results ( $p > 0.01$ ). One-way ANOVA test was applied in this study which examines leisure time attitudes of students in faculties determined in Muğla Sıtkı Koçman University according to their academic achievements. According to this, affective ( $F = 1.16, P > 0.05$ ), cognitive ( $F = 1.30, p > 0.05$ ), behavioral ( $F = 1.14, p > 0.05$ ), total questionnaire score ( $F = 1.44, p > 0.05$ ) determined that there was no significant difference in the affective, cognitive and behavioral sub-dimensions of the students in faculties determined in Muğla Sıtkı Koçman University. There was no statistically significant relationship between Pearson Correlation results and average grade of male participants and Leisure Attitude result scale.

**Keywords:** Leisure Time, Recreation, Academic Success

## ÖNSÖZ

Toplumsal, sosyal ve kişisel refah bakımından boş zaman saat dilimlerinin kişisel ve toplumsal düzeni geliştirme olarak kullanılması boş zaman eğitiminin amacıdır. Boş zaman daha rahat bir yaşama hazırlanma ve kişiliğin geliştirilmesi için kullanılması yönünden iyi bir fırsattır. İnsanlar boş zamanlarını kişisel gelişimini sağlayacak en değerli ve en yararlı bir biçimde değerlendirebilecek etkinlikleri seçmelidirler. Kuşkusuz boş zamanın özel bir etkinlikle değerlendirilmesi bireyin ilgi, yaş, cinsiyet, öğrenim, kültürel ve toplumsal durumu ile ilişkilidir. Bireyin bu özelliklerini dikkate alarak boş zamanın nasıl değerlendirilmesi gerektiği boş zaman eğitiminin ana hedefidir.

Öğrencilerin yeteri kadar boş zaman faaliyetlere katılamaması sonucunda fiziksel-fizyolojik, psiko-sosyal problemlerin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Bu da öğrencilerin ruhsal yapılarını, sosyalleşmelerini, iletişim becerilerini, problem çözme yeteneklerini ve akademik başarılarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Temel amaç, bireyin içinde bulunduğu sosyo-kültürel ortama etkin olarak katılmayı ve o ortamın gerekli kıldığı değerleri, kural ve norm sistemlerini diğerleri ile paylaşmayı, bunları doğru yorumlamayı öğrenmektir. Bireyin mümkün olan durumların farkına varmasına ve doğru seçimler yapmasına destek verirken birey kendi hayatında yapacak olduğu hedefleri belirleme ve bu hedeflere yön verme gücünü geliştirir ve bu yoldan demokratik topluma katkıda bulunup topluma katkı sağlayabilmektedir. Boş zaman eğitiminin esas amacı çok yönlü, esnek, uyumlu bir birey yetiştirmektir. Aynı zamanda sağduyu ve mantığa yönelik bilişsel yetilerin gelişimi de sağlanır.

Araştırmada değerli yorum ve danışmanlığı ile bana yardımcı olan sayın Dr. Öğr. Üyesi Ali AĞILÖNÜ'ne, ayrıca araştırma sürecinde ve tüm akademik hayatımda çeşitli konularda verdikleri tüm desteklerden dolayı Arş. Gör Ender ŞENEL, Arş. Gör. Mevlüt YILDIZ ve Öğrt. Gör. Bahadır ALTAY'a teşekkür ederim.

## İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	I
İÇİNDEKİLER.....	II
TABLolar LİSTESİ.....	IV

## BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ .....	1
-------------	---

## İKİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER.....	2
2.1. Zaman .....	2
2.2. Boş Zaman .....	2
2.3.Boş Zaman Hakkı.....	3
2.4.Boş Zaman Temel Fonksiyonları.....	5
2.4.1.Dinlenme Fonksiyonu.....	6
2.4.2.Eğlenme Fonksiyonu.....	6
2.4.3.Gelişim Fonksiyonu.....	7
2.5.Boş Zaman Etkinliklerine Duyulan Gereksinim.....	7
2.6.Boş Zaman Değerlendirmenin Yararları.....	8
2.6.1.Fiziksel Yararları.....	8
2.6.2.Toplumsal Yararları.....	8
2.6.3.Psikolojik Yararları.....	9
2.7.Dünyada ve Türkiye’de Boş Zamanı Değerlendirme Biçimleri.....	10
2.8.Başarı .....	14
2.8.1.Akademik Başarı .....	15
2.8.2.Boş Zaman Aktiviteleri ve Akademik Başarı.....	16
2.9.Rekreasyon .....	17
2.9.1.Rekreasyonun Özellikleri.....	17
2.9.2.Rekreasyonun Sınıflandırılması.....	18
2.9.2.1.Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması...19	
2.9.2.2.Çeşitli Kriterlere Göre Sınıflandırılması.....	19

2.9.2.3.Özel İşlevleri Dikkate Alınarak Belirli Eylem ve Durgunluk Hallerine Göre ya da Fonksiyonel Açından Sınıflandırılması.....	19
2.10.Rekreasyona İhtiyaç Duyulan Nedenler.....	20
2.10.1.Fiziksel İhtiyaçlar.....	20
2.10.2.Sosyal İhtiyaçlar.....	20
2.10.3.Psikolojik İhtiyaçlar.....	21
2.10.4.Kişisel Beceri ve Yeteneklerin Geliştirilmesi İhtiyacı.....	21
2.10.5.Duygusal İhtiyacı.....	21
2.10.6.Rekreasyon İhtiyacı.....	21

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM.....	22
3.1.Araştırmanın Modeli.....	22
3.2.Evren ve Örneklem.....	22
3.3.Varsayım.....	22
3.4.Sınırlılıklar.....	22
3.5.Veri Ölçme Araçları.....	23
3.5.1.Boş Zaman Tutum Ölçeği.....	23
3.6.Verilerin Toplanması.....	23
3.7.Verilerin Analizi.....	24

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR.....	25
TARTIŞMA ve SONUÇ.....	34

## BEŞİNCİ BÖLÜM

KAYNAKÇA.....	38
EKLER.....	45
Ek-1.....	45
Ek-2.....	46
ÖZGEÇMİŞ.....	47

## TABLolar LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Boş Zaman Ölçeğinin Cinsiyetler Açısından Değerlendirilmesi.....	25
<b>Tablo 2.</b> Kadın ve Erkek Katılımcıların Akademik Yıllara Göre “Boş Zaman Tutum” Ölçeği Alt Boyutlarının Ortalama (X) ve Standart Sapmaları (Ss).....	26
<b>Tablo 3.</b> Akademik Yıllara Göre Kadın Katılımcıların “Boş Zaman Tutum” Ölçeğinin Tek Yünlü Varyans Analizi İle Testi ve Post Hoc Sonuçları.....	27
<b>Tablo 4.</b> Akademik Yıllara Göre Kadın Katılımcıların “Boş Zaman Tutum” Ölçeğinin Tek Yünlü Varyans Analizi İle Testi ve Post Hoc Sonuçları.....	28
<b>Tablo 5.</b> Kadın ve Erkek Katılımcıların Not Ortalamalarına Göre “Boş Zaman Tutum” Ölçeği Alt Boyutlarının Ortalama (X) ve Standart Sapmaları (Ss).....	29
<b>Tablo 6.</b> Kadın Katılımcıların “Boş Zaman Tutum Ölçeği” ve Alt Boyutlarının Test Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	30
<b>Tablo 7.</b> Erkek Katılımcıların “Boş Zaman Tutum” Ölçeği ve Alt Boyutlarının Test Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	31
<b>Tablo 8.</b> Kadın Katılımcıların Not Ortalaması (Akademik Başarı) ve “Boş Zaman Tutum” Ölçeği Pearson Korelasyon Analizi.....	32
<b>Tablo 9.</b> Erkek Katılımcıların Not Ortalaması (Akademik Başarı) ve “Boş Zaman Tutum” Ölçeği Pearson Korelasyon Analizi.....	33

## BİRİNCİ BÖLÜM

### GİRİŞ

Toplumsal, sosyal ve kişisel refah bakımından boş zaman saat dilimlerinin kişisel ve toplumsal düzeni geliştirme olarak kullanılması boş zaman eğitiminin amacıdır. Boş zaman daha rahat bir yaşama hazırlanma ve kişiliğin geliştirilmesi için kullanılması yönünden iyi bir fırsattır. İnsanlar boş zamanlarını kişisel gelişimini sağlayacak en değerli ve en yararlı bir biçimde değerlendirebilecek etkinlikleri seçmelidirler. Kuşkusuz boş zamanın özel bir etkinlikle değerlendirilmesi bireyin ilgi, yaş, cinsiyet, öğrenim, kültürel ve toplumsal durumu ile ilişkilidir. Bireyin bu özelliklerini dikkate alarak boş zamanın nasıl değerlendirilmesi gerektiği boş zaman eğitiminin ana hedefidir.

Temel amaç, bireyin içinde bulunduğu sosyo-kültürel ortama etkin olarak katılmayı ve o ortamın gerekli kıldığı değerleri, kural ve norm sistemlerini diğerleri ile paylaşmayı, bunları doğru yorumlamayı öğrenmektir. Bireyin mümkün olan durumların farkına varmasına ve doğru seçimler yapmasına destek verirken birey kendi hayatında yapacak olduğu hedefleri belirleme ve bu hedeflere yön verme gücünü geliştirir ve bu yoldan demokratik topluma katkıda bulunup topluma katkı sağlayabilmektir. Boş zaman eğitiminin esas amacı çok yönlü, esnek, uyumlu bir birey yetiştirmektir. Aynı zamanda sağduyu ve mantığa yönelik bilişsel yetilerin gelişimi de sağlanır.

Öğrencinin başarısı toplumun, toplumun başarısı bir ülkenin başarısı anlamına gelir (Başak, ve ark., 2008; Alay ve Koçak, 2002). Amaçlara ve hedeflere ulaşmada kişinin önceliklerini bilmesi ve buna göre yaşamasıdır, aynı zamanda önemli bir başa çıkma yöntemi olarak zamanın kullanımı bir diğer deyişle zaman yönetimi üniversite öğrencisinin çalışma hedeflerine ulaşmasını etkileyen en önemli faktörlerden biridir (Alay ve Koçak, 2002, 2003; Başak ve ark., 2008).

Boş zaman faaliyetlerine katılan ve katılmayan öğrenciler arasında ki farkı görebilmek ve diğer çalışmalara referans kaynağı oluşturması açısından bu araştırmanın sonuçları önemlidir.

Bu araştırmanın amacı; Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Yerleşkesinde öğrenim

gören bazı öğrencilerin Boş zaman tutumlarını incelemek ve bu tutumların akademik başarıya ne gibi fayda sağladığını saptamak ve gerekli önerileri sunmaktır.

## GENEL BİLGİLER

### 2.1. Zaman

İnsanlar var olduğundan bu yana kendi inisiyatifleri dışında zamanı kullanmaktadır. Bilim ve Teknik'teki gelişmeler zamanı durdurmayı becerememişlerdir (Yetiş, 2008). Zaman çağdaş bir olgu olup günümüz dünyasının en değerli varlığıdır. Bizim için her şeye değer olan zamanı ustaca kullanmaya çalışmalıyız. Zamanın etkin ve verimli kullanmak 21. Yüzyıl insanı için yaşamsal öneme sahip olup kaçınılmaz bir zorunluluktur.

Zamanın iyi ve verimli kullanılması hayatımızda bir denge sağlamamıza veya dengesizliğin nereden kaynaklandığını bulmamıza yardımcı olacak ve çözüm için yollar sunacaktır. Zamanı kullanmanın bilincinde olarak, çalışma biçimi sürekli geliştirmenin en önemli yollarından biri olacaktır (Öztürk, 2013).

### 2.2.Boş Zaman

Boş zaman, bugüne kadar çok farklı şekillerde farklı kişiler tarafından dile getirilerek tanımlanmış bir kavramdır. Boş zaman, Roberts (2006) ve Tezcan (1994) tarafından kısaca; iş, uyku ve zorunluluklar dışında kalan zaman olarak ele alınmış, bu zaman içinde oluşturulan aktiviteler de boş zaman etkinlikleri olarak tanımlanmıştır. Bu kavram özellikle işsiz, ev hanımı, geçici işsiz ve emeklilerin olduğu çağdaş toplumlarda kendi içlerinde bazı kısıtlayıcılar ve çelişkiler oluşturmaktadır (Hills ve diğ, 2000).

İçerik ve türüne göre değişiklik gösteriyor olsa da, bir gruba ait olma, fiziksel ve mental gelişim, kendini ifade edebilme gibi önemli ihtiyaçları tatmin eden boş zaman etkinlikleri, bireylerin sosyalleşmelerinde ve sosyal çevrelerinin gelişiminde, iş ve günlük hayatın, monotonluğun getirdiği stresten kurtulmalarında önemli rol oynamaktadır. Literatürde boş zaman etkinliklerine katılımın, farklı değişkenlerden etkilendiğine (örn: zaman, cinsiyet, yaş, gelir, refah seviyesi, fiziksel ve psikolojik sağlık, meslek farklılıkları ve kişilik özellikleri gibi) ve değişik tatmin düzeyleri ve değişkenlerle ilişkili olduğuna (örn: yaşam kalitesi, meslek ve iş tatmini, mutluluk

düzeıı, evlilik tatmini, iş stresi, akademik stres ve ikili ilişkilerdeki tatmin gibi) yönelik birçok çalışma yapılmıştır (Berg ve diğ., 2001; Borke ve diğ., 2009; Brown ve Frankel, 1993; Coalter, 1998; Hills, 2000; Holman ve Jacquart, 1988; Hou, 2007; Iwasaki, 2007; Lloyd ve Auld, 2002; Lu ve Hu, 2005; Mahoney ve Stattin, 2000; Misra ve McKean, 2000; Pearson, 2008; Russell, 1987; Vong Tze, 2005).

### **2.3.Boş Zaman Hakkı**

Günümüzde evrensel bir insan olma hakkı sayılan boş zaman daha yüzyılımızın başında insanlar için bir tembellik ve savurganlık olarak sayılmaktaydı, toplumdaki değişmelere ayak uydurarak boş zamanlarda ve onun bir şekilde değerlendirilmesinde değişiklikler olmuştur (Öztürk, 2013).

Sınıf ayrımı gözetilen ortaçağda boş zamanların soylular ve asiller için var olduğu bu zamanlarda çeşitli spor, sanat ve eğlence türleriyle zamanlarının çoğunu bununla değerlendirdikleri ve bunu kendilerine bir hak olarak gördükleri, halk için ise boş zamanların gündeme bile gelmediği dönemlerdi. Ortaçağda sadece soyluların boş zaman hakkına sahip olduğu, halk kesiminin ise kendilerinde olan bu hakka sahip olmaması çalışma saatlerinin çok uzun olması Pazar günleri bile yapılan tatillerin, özellikle spor ve buna benzer aktivitelerin yapılması kilise tarafında halk kesimi için yasaklanmıştır (Öztürk, 2013).

Artık çağımızda, başta sanayileşmiş ülkeler olmak üzere diğer gelişmekte olan ve geleneksel toplumlarda da boş zaman bilinci ve kaliteli hayat dönemi bilincinin geliştiği görülmektedir. İnsanların teknolojinin ve daha çok üretimin kendilerine sağladığı boş zamanın artmasıyla farklı çeşitli etkinliklerde bulunmalarını istemektedirler. Günümüz koşullarında öncelikle gelişmiş ülke insanların bu hakka sahip oldukları gözlenmektedir (Emir, 2012).

Çalışanların boş zaman hakkını teslim eden ilk çalışmalar ve ücretli izin hakkının teslim eden ilk çalışmalar ve ücretli izin hakkının yer aldığı bazı yazılı hukuk ve devam eden hukuksal yasalar birinci dünya savaşından sonra bazı Avrupa ülkeleri yasalarında yer almaya başlanmıştır. Çalışanların boş zamanı hakkında ilk toplantı 1920'lerde gerçekleşmiştir. 1930'larda ise Uluslararası Çalışma Örgütü ve Birleşmiş Milletler Topluluğu gündemine alınmıştır. 1936'larda ise Avrupa ülkeleri ücretli izin konusunda yasa çıkararak uygulamaya başlamıştır (Öztürk, 2013).

Boş zaman kullanım hakkının, teknolojik gelişmişlik, sosyal, ekonomik, kültür ve eğitim düzeyleri ile paralel olarak yükseldiği görülmektedir. Sanayisini kurmuş, gelişmesini tamamlamış ve bunu ilerletme çabası içerisinde olan toplumların boş zaman kullanma hakları ile henüz gelişme gösteremeyen toplumların boş zaman kullanma hakları arasında elbette gözle görülür farklılıklar bulunmaktadır (Emir, 2012).

Boş zaman hakkının elde edilmesi ve genişletilerek devam ettirilmesi sendikaların, mahalli idarelerin ve hükümetlerinde savundukları farklı politikalar içerisinde yer almaktadır. İnsan Hakları Evrensel Bildirisinin 24. Maddesinde kapsam olarak herkesin dinlenmeye, boş zamana, özellikle iş saatlerinin makul ölçüde sınıflandırılmasına ve belli dönemlerde ücretli tatillere hakkı vardır olarak açıklanmaktadır (Öztürk, 2013).

Çalışma ve sosyal güvenlik bakanlığının 4857 sayılı iş yasasına göre ise: İşyerinde çalışma alanları ile dinlenme, çocuk emzirme, yemek, uyku, yıkanma, muayene ve bakım, beden ve mesleki eğitim alanları gibi diğer eklentiler ve araçlar da işyerinden sayılır. İşveren ile iş aldığı işveren arasında kurulan ilişkiye işveren altı ve işveren ilişkisi denilmektedir. Bu ilişkide iş aldığı işveren bünyesinde çalışan işçiler kendi bünyesinde çalışan işçiler olarak işlem görürler. İşveren iş aldığı alt işverenin taraf olduğu toplu iş sözleşmesinden doğan yükümlülüklerin alt işveren ile birlikte sorumlu olmaktadır.

İş sırasında arıza gibi olağan dışı durumlarda arızanın giderilmesi sonucunda işlerin kısa süreli fazla çalıştırılabilir fakat uygun dinlenme süreleri fazla çalıştırılabilir fakat uygun dinlenme sürelerinin verilmesi zorunludur. Bildirim süreleri içinde işvereni işçiye yeni bir iş bulması gerekli olan iş arama iznini iş saatleri içinde ve ücret kesintisi yapmadan vermeye mecburdur. İş arama izninin süresi günde iki saatten az olamaz ve işçi isterse iş arama izin saatlerini birleştirerek toplu kullanabilir. Ancak iş arama iznini toplu kullanmak isteyen işçi bunu işten ayrılacağı günden evvelki günlerde rastlatmak ve bu durumu işverene bildirmek zorundadır. İşveren yeni iş arama iznini vermez veya eksik kullandırırsa o süreye ilişkin ücret işçiye ödenir.

Ulusal bayram ve genel tatil günlerinde işyerlerinde çalışıp çalışmayacağı toplu iş sözleşmesi veya iş sözleşmeleri ile kararlaştırılır. Sözleşmelerde hüküm bulunmaması halinde söz konusu günlerde çalışılması için işçinin onayı gereklidir.

Genel bakımdan çalışma süresi haftada en çok kırk beş saattir. Aksi kararlaştırılmamışsa bu süre, işyerlerinde haftanın çalışılan günlerine eşit ölçüde bölünerek uygulanır. İnsan, hiç ölmeyecek gibi çalışarak mutluluğu aramak, kendini geliştirmek, refahını artırmak durumundadır. Her canlı gibi insanlar için de hayatın gerçeği olan ölüm geçeği, insan bu mücadelesinden ayrılamamaktadır. Bu öncelikle İslamiyet'in teşvik ettiği insanlığın mutluluğu için çok önemli bir yaklaşımdır. Çalışmak her şeye rağmen insan hayatının gerilme ritmini oluşturmaktadır. Dolayısıyla insan, sürekli bu ritim ile karşı karşıya olduğunda bedensel ve ruhsal problemler yaşayabilmektedir. Bu nedenle, insanın bu gerilme ritmini olumlu etkinlikler yapabileceği boş zamanlarında ortaya çıkacak gevşeme ritmi ile bu süreci dengelemesi gereklidir (Ayan, 2009).

Dört saat veya daha kısa süreli işlerde on beş dakika, dört saatten fazla ve yedi buçuk saate kadar (yedi buçuk saat dâhil) süreli işlerde yarım saat, yedi buçuk saatten fazla süreli işlerde bir saat, ara dinlenme verilir. Dinlenmeler bir işyerinde işçilere aynı veya değişik saatlerde kullandırılabilir. Ara dinlemeleri çalışma süresinden sayılmaz. Kadın işçilerin doğum öncesi sekiz doğum sonra sekiz hafta olmak üzere toplam on altı haftalık izin verilir, hamilelik süresince kadın işçiye periyodik kontroller için ücretli izin verilir.

Hekim raporu ile gerekli görüldüğü takdirde, hamile kadın işçi sağlığına uygun daha hafif işlerde çalıştırılır. Bu halde işçinin ücretinde bir indirim yapılmaz. Doğum yapmış işçi isterse doğum sonrası alt aya kadar ücretsiz izin verilir. Bu süre, yıllık ücretli izin hakkının hesabında dikkate alınmaz (Öztürk, 2013).

#### **2.4.Boş Zaman Temel Fonksiyonları**

Bireylerin boş zamanlarında yapacağı etkinlikler aslında yukarıda da bahsedildiği gibi kendini yenileme ve geliştirmede, işlerindeki başarısında ve hayatı daha iyi anlamada oldukça önemli bir alana dikkat çekmektedir. Buna karşın, boş zaman kavramının oluşum ve gelişim sürecine bakıldığında ise; sanayi devrimi ile çalışma, tasarruf, sermaye birikimi gibi kavramların yeni toplumsal değerler olarak görüldüğü ve boş zamanların zamanı boşa harcama olarak değerlendirildiği görülmektedir. Çalışmaya büyük önem verilen sanayi devrimi döneminde boş zaman, yorulan bireylerin fiziksel gücünü toparlamasına yardım eden ve dengesini yeniden

bulmasına yardımcı olan dinlenme fonksiyonunu yerine getirmektedir (Güngörmüş, 2007).

Sanayi devrimi önceleri ve ilk zamanlarında sadece dinlenme fonksiyonunun önemli olduğu ve sonrasında yapılan araştırmalarla beraber dinlenme fonksiyonu kadar önemli diğer iki fonksiyonun da olduğu (eğlenme ve gelişim), (Karaküçük, 2005; Sağcan, 1986; Karaküçük, 2008; Torkildsen, 2005) tespit edilmiştir.

#### **2.4.1. Dinlenme Fonksiyonu**

Karaküçük'e göre dinlenme fonksiyonu; boş zamanı en fazla karakterize eden ve farklı algılamalarla yaklaşan, çalışma hayatı boyunca ele alınan ve değerlendirilen temel bir fonksiyon (Karaküçük, 2005) olduğunu belirtmiştir. Yani, iş sonrası stres ve yorgunluk atma gibi bedensel deformları ve sinir gerilimlerini yok eden bir fonksiyon olduğu anlaşılmaktadır. Çalışma saatlerinin 12-15 saat olduğu sanayi devriminin ilk dönemlerinde, işçiler boş zamanlarında dinlenme fonksiyonunu sadece fiziksel gücü tekrar geri kazanmak anlamında kullanmışlardır.

Çalışmanın ödülü bizim için fazladır. Lakin devamlı çalışmada bireylerde gerek fizyolojik gerekse psikolojik yıpranmalarının olduğu bir gerçektir. Yapılan birçok araştırmada verimli boş zamanımızın, toplam dinlenme zamanına bağlı (Scott, 1993) olduğu vurgulanmaktadır.

#### **2.4.2. Eğlenme Fonksiyonu**

Günümüzde insanlar, ne kadar çok boş zaman etkinliğine katılırsa o kadar bireysel gelişim sağlamak ve yaşam statüsü fazlasıyla artmaktadır. Eğlenceye verilen gerekli önem günlük yaşamda da çok fazla görülmektedir. Bireyler artık birçok spor ve eğlence aktivitelerinde fazlasıyla yer almaktadır. Spora ve eğlenceye olan bu ilgi 20. Yüzyılın başlarında kademeli olarak hızla artmakta olan bir jenerasyonun etkisiyle; sağlıklarına, duygusal, fiziksel ve psikolojik ruh hallerine verdikleri önemde artmıştır ve artmaya da devam etmektedir. Can sıkıntısını yok eden veya sıkıntı sonrası eğlenme ve rahatlamayı ifade eden, yarışmanın oyun zevkine karşı önde gelemediği tüm spor dalları ile diğer etkinlikleri ister aktif ister pasif olsun (günlük ihtiyaçların gerektirmediği) bazı aktivite tiplerine katılma fırsatı sağlar (Karaküçük, 2006).

### **2.4.3Gelişim Fonksiyonu**

Gelişme fonksiyonu, boş zamanda bilgi alışverişinde bulunmak, bir kültürü geliştirmek için uğraşılan çabanın ağır bastığı yaşam biçimidir. Aniden oraya çıkan ya da örgütlenmiş gönüllü sosyal faaliyetlere katılma ihtiyacının ağır bastığı etkinliklerdir. Boş zamanın iyi ya da kötü kullanımlarında ortaya bazı değişkenlikler çıkmaktadır.

### **2.5.Boş Zamanın Etkinliklerine Duyulan Gereksinim**

İnsan güdülenmesine ilişkin Maslow'un geliştirdiği beş aşamalı gereksinimler hiyerarşisi yaşamsal toplumsal alana doğru sınırlandıklarından, gereksinimlerin durdurulmasına en alt basamaktan başlanmasına gerekir. Gereksinimler şu sırayı izlemektedir.

1. Fizyolojik gereksinimler
2. Güvenlik gereksinimleri
3. Toplumsal gereksinimler(Sevgi, etkileme, ait olma ve sosyal ihtiyaçlar)
4. Değerlilik gereksinimleri(Saygınlık ve statü ihtiyacı)
5. Kendini gerçekleştirme ihtiyacı (Gizli kalmış yetenekleri açığa çıkartma arzusu)

Bu ise rekreasyonun genel amaçlarıyla eş anlamlılık demektir. Yani, Maslow'un ihtiyaç hiyerarşisinin en üst kısmında bulunan kendini gerçekleştirme, boş zaman değerlendirme (Rekreasyon) yaşantısı ile aynı anlam ve duyguları tanımlamaktadır.

Boş zaman, vakit boşa harcama yâda öldürme aracı olmamamaktadır. Serbest zamanın bireyde yapıcı bir biçimde değerlendirilmesinin bireysel ve toplumsal açıdan çeşitli genel olarak birçok yararları vardır. Boş zamanın değerlendirme etkinlikleri ister birey, ister grup için olsun yapıcı, istendik davranışları geliştirici, onarıcı ve yararlı birçok fayda sağlamalı olmalı zamanı gelişi güzel boşa harcama değil, gerektiği gibi özgürce kullanma olarak anlaşılmalıdır.

İşveren tarafında işçinin çalıştığı iş yerinde başka bir işyerine çalışmaya çalıştırılmak üzere gönderilmeleri halinde yolda geçen süre, işçinin iş görmeye hazır bir halde bulunmakla beraber çalıştırılmaksızın geçirdiği süreler, işçinin işveren tarafından her

ne sebeple olursa herhangi bir yerde meşgul edilmesi çalışma süresi olarak sayılır (Öztürk, 2013).

Rekreasyona duyulan ihtiyaç, rekreasyon faaliyetlerinin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan ileri gelmektedir. Kişisel yönden; fiziki sağlık gelişiminin yaratılması, ruh sağlığı kazandırılması, insanı sosyalleştirmesi, yaratıcılık, kişisel beceri ve yeteneğini geliştirmesi, çalışma başarısı ve iş verimine etkisi, ekonomik hareketlilik insanı mutlu etmesi, toplumsal yönden ise; toplumsal dayanışma ve bütünleşmeyi sağlaması ve demokratik toplum yaratılması, rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenlerinden bazılarını oluşturmaktadır (Karaküçük, 2001).

## **2.6.Boş Zaman Değerlendirmenin Yararları**

### **2.6.1.Fiziksel Faydaları**

Teknolojik gelişmelere paralel olarak hızla yükselen sanayileşme ile beraber bunların kullanımının da bir artış meydana gelmiştir. Sanayileşmenin artması ile beraber insanlarda tembellik oluşumu yani kısacası bir hareket azlığı meydana gelmektedir. Bu hareketsizlik beraberinde de birçok hastalığı davetiye çıkartmaktadır. Bunların önüne geçmenin en etkili yolu fiziksel aktivitelere yönelmek ve katılımı arttırmaktır. Boş zaman etkinliklerinden biri olan spor, dans, açık ve kapalı alan eğlenceleri, insanların fiziksel sağlıkları için bir hayli önemli ve ihmal edilmeyecek unsurdur. Yapılan çalışmalar göstermektedir ki düzenli fiziksel aktivite, şişmanlığı, kalp ve dolaşım sistemi hastalıklarını, yüksek tansiyon, kolesterol, çeşitli kas ve dolaşım sistemi hastalıklarının önüne geçmede oldukça etkilidir. Egzersizle sağlığı korumak bilimsel bir gerçekliktir (Tel, 2007).

### **2.6.2.Toplumsal Faydaları**

Sosyalleşme sürecinde çevre, aile ve arkadaş grupları çok önemli etkenlerdir. Grup faaliyetlerinde katılımcılar sosyal ihtiyaçlarını karşılar veya ortamları hazırlarlar. Bu kişide bir doyum yaratır ve kendine olan güveninin artmasına ve kendine tanınmasına yardımcı olur. Kişi boş zaman faaliyetlerine katılarak kendisi için ikinci bir kimlik oluşturma sürecine de girebilir. Birçok insan için boş zaman etkinliklerine katılmak, onların sosyal statüsünü yükseltir (Ayan, 2009).

Modern yaşam insanı her geçen gün biraz daha gündelik hayatta rutin ve monoton bir yaşama sürüklemektedir. Bireyin çevresinde oluşan kötü değişim bireyi sosyal çevresinden uzaklaştırıp, yabancılaşmayı daha kapalı, yoğun olarak yaşamasına sebep olacaktır. Modern yaşamda birçok çeldiriciler, insanları birbirinden ayırmaktadır. Ekonomik statü, toplumsal mevki, ırk, milliyet, eğitim ve kültürel farklılık gibi farklılaşmalar insanları birbirinden ayırmaktadır. Üyeler arasında kuşku, hoşlanmama, itimatsızlık olmaktadır. Komşuluk, birlik ve arkadaşlık bağları da giderek zayıflamaktadır. Gruplar halinde uygulanan boş zaman etkinlikleri katılımcılar arasında bir birlik ve beraberlik oluşturmaktadır Modern insan yeterli zamanı ve parayı bulduğu, takdirde, sürekli yeni ve özgün aktivitelere yönelecektir.

### **2.6.3.Psikolojik Faydaları**

Günümüzde insanın aile, okul, iş hayatındaki yoğunluğu ve sorunlar sinir sistemini bozarak ondan etkilenip yorulmasına ve dayanma gücünün azalmasına neden olabilir. Modern yaşamın ortaya çıkardığı değişik stres yapıcılar ve bunlar karşısında insanın oraya koyduğu tepkiler, önemli bir rahatsızlık durumunu ortaya çıkarmaktadır. Bu gibi baskılardan uzaklaşmak için insanlar değişik ortamlarda bulunup kendilerini iyi hissedip moral kazanmak isterler. Bu ortamlar onlar için dinlenmek, eğlenmek, değişiklik yaratacak ve kendisini yenileyecek boş zaman faaliyetleridir (Tel, 2007).

Gedik'e göre, boş zamanları değerlendirmenin psikolojik açıdan yararları şöyle sıralanabilir; birey boş zamanlarını olumlu şekilde değerlendirmekle fiziksel, zihinsel ve toplumsal faktörlerin bütünleşmesinden doğacak bir kişilik kazanır.

Bireylerin dürüst, adil, hoşgörülü, kibar ve anlayışlı olmalarına katkıda bulunur. Saldırganlık eğilimlerinin azalması ve cinsel gerginliklerin giderilmesi boş zamanların etkili bir şekilde değerlendirilmesi ile oluşturulabilir. Boş zaman faaliyetleriyle kişi bir gruba, takıma veya organizasyona katılarak yalnızlık hissini giderebilir. Birey bu etkinliklere katılarak, dışa dönük kişilik geliştirme imkânına sahip olur (Tel, 2007).

Psikolojik yarar hali, insan sağlığını tanımlamaktadır. Ruh sağlığı kişinin kendisiyle ve çevresiyle sürekli bir denge ve uyum içinde olmasıdır (Emir, 2012).Boş zaman faaliyetlerine katılım davranış değişiklikleri, kişisel gelişim, sağlıklı duygu süreci

gibi sonuçlara ulaşmada kişiye yardımcı olur. Yer değiştirme ile kişiler, üzerlerinde olan baskıyı atarlar. Boş zaman aktivitelerinin çeşitli olması, değişik ve pozitif psikolojik sonuçlar doğurur. Birçok psikiyatrist rekreasyonu dengenin ve mutluluğun yakalanmasında etkili bir unsur olarak görmüşlerdir. Boş zamanları değerlendirme sadece hastalıkları önlemesi için değil aynı zamanda psikolojik sağlığın oluşmasında da bir araçtır (Tel, 2007).

## **2.7.Dünyada ve Türkiye’ de Boş Zamanı Değerlendirme Biçimleri**

ABD’de boş zamanları değerlendirme ile ilgili kurulmuş çeşitli kuruluşlar vardır. Bunlar; Devletler, resmi kuruluşlar, federal hükümet, bölge yönetimi, kent yönetimi, belediyeler ve okullardır. Bu kuruluşlar; açık hava boş zaman değerlendirme kaynaklarının doğrudan doğruya yönetimi, doğal kaynakların korunması ve ıslahı, boş zaman değerlendirme programlarına insanları teşvik etmek, onları kazanmak ve maddi destek sağlamak, boş zamanların değerlendirilmesine yönelik eğitim vermek, topluma kazandırmak ve eğitim verenleri desteklemek, kırsal kesimde ve tüm ülkede turizmi geliştirmek ve ileriye taşımak konusunda çalışırlar. Belediyeler bu konuda en alt birimler olup, daha çok bu faaliyetler için mekân hazırlarlar.

İngiltere’de kamu eğlenceleri ve parklar 18. Yüzyılda kendi aralarında çok iyi örgütlenmişlerdir.1870’li yıllarda kiliseler kriket ve futbol kulüplerini ortaya çıkarıp destekte bulunmuşlardır. Futbolu insanları günahlardan ve alkolizm vs. gibi kötü alışkanlıklardan kurtaran bir araç olarak görmüşlerdir. 1918’ de Eğitim Yasası ile yöresel eğitim kuruluşları, kamplar, fiziksel öğretim merkezleri, oyun alanlarının sağlanmasını kabul edilmiştir. 1925 yılında “Ulusal Oyun Alanları Örgütü” spor ve açık hava boş zaman etkinliklerini bütün ülkeye yaymak için kurulmuştur.1964’de kurulan hükümet Spor Heyeti’ni kurmuştur. Bu kuruluş, spor ve antrenörlüğün geliştirilmesi, imkânların planlanması, araştırma ve istatistik, uluslararası sportif konularda yer almaktadır. Yerel yönetim ve rekreasyon merkezinde, spor ve rekreasyon, kapalı ve açık alanda yapılmak üzere sınıflandırılmıştır (Zorba, 2004).

Türkiye’de gelişmekte olan ülkelerde çalışma saatlerinin kısılmasına paralel olarak Türkiye’ de de çalışma saatleri yeniden düzenlenmiştir. Artan boş zamanı değerlendirmede planlar ve programlar maalesef yapılmamıştır. Bu zamanlara rastlantılarla, gereksiz oyalamalarla ve eğlencelerle israf edilmiştir. Örneğin; Türk

insanı her gece televizyonun karşısında saatlerce adeta kilitlenmiştir. Edilgenlik, yararsız ve pasif eylemlerle boş zamanı tüketmek gelişmekte olan ülkemizde geri kalmış sorunlarına yeniden eklenmesine yol açmıştır (Tel, 2007).

Gönüllü kuruluşlar; kar amacı gütmeyen dini ya da yöresel kuruluşlardır. Gönüllü liderler görev alırlar. Özel kuruluşlar, dernekler, kulüpler üyeleri için boş zaman hizmetleri sağlarlar. Mesleki kuruluşlar, ticari kuruluşlar; daha çok eğlenceye yönelik boş zaman değerlendirmeye ağırlık verirler. Gençlik örgütleri; erkek- kız izci, genç erkek ve kız Hıristiyan örgütler (YMCA), (YWCA) gibi. Yurttaşlık örgütleri; vatansever bir yurttaşlık bilincinin geliştirilmesini amaç edinen kuruluşlardır (Zorba, 2004).

Rusya'da; Rusya boş zamanları değerlendirmeyi ekonomik planlarına ve toplumsal yönetimlerine alan bir ülkedir. 1920 yılından itibaren her yaş düzeyindeki bireyler için boş zaman imkânları sağlanmış ve 7 yaşından 25 yaşına kadar olan çocuklar ve gençlerin tüm etkinliklere devletin kontrolü altına alınmıştır. 1930 yılında sosyal planlamaya parklar, oyun alanları, spor alanları, konut oyun alanları, kamplar ve kaplı merkezler dâhil edilmiştir. Devlet eliyle, tiyatro, opera, bale, konser gibi kültürel etkinliklere yer verilir. Ama asıl ağırlık verilen konu ise spordur. Fiziksel öğretim, bütün öğrenciler için zorunludur ve diğer derslerle aynı seviyede görülür. Federal devletlerarası çok çeşitli branşlarda yıl boyu süren spor olayları, şenlikler ve yarışlar düzenlenir.

Günümüz Türkiye'sinde boş zamanların değerlendirilmesi, genellikle evlerde dinlenerek pasif bir görüntü sergilemektedir. Televizyon izlemek, kahvehanelere gitmek gibi sosyal etkinlikler görülmektedir. Doğan'a göre, boş zamanların değerlendirilmesindeki görünüm tıka basa dolu kahvehaneler erkeklerin, mahalle dedikoduları kadınların, boş zaman faaliyetleri olarak görülmektedir (Doğan, 2000).

Japonya' da boş zamanlar ve değerlendirilmesi, geleneksel olarak ev, din, özel kulüpler ve ulusal şenlikler yoluyla sağlanır. 2. Dünya savaşı sırasında örgütlü boş zaman değerlendirme hareketine önem vermiştir. 1932 olimpiik oyunları sonrası Ulusal Boş Zaman Değerlendirme Kurumu açılmış ve bu kurum, boş zaman değerlendirme imkânlarını geliştirmeye, park programları hazırlamaya, lider yetiştirmeye yayımlar yapılmasına çalışmıştır. 1961-1964 Tokyo Olimpiyatları için özel yasa ve çeşitli hazırlıklar yapılmış, yüzme, tenis, rugby ve beysbol çok popüler

olmuştur. Ayrıca Japonlar bahçelerinde zaman geçirmekten keyif alırlar. Ağaçlarla, çiçeklerle, bitkiler onların çok sevdiği uğraş alanlarından biridir. Güzellik sevgisi ve el sanatları, resim, heykel, tiyatro, porselen, oymacılık, metal işleri kültürel ilgileri arasındadır. Ayrıca Japonların Folk sanatı, dans, tiyatro, törenler, Sumo, Kendo ve Judo gibi geleneksel spor ve kültürel etkinlikleri vardır (Zorba, 2004). Selçuk Üniversitesi akademik personelinde boş zaman etkinliklerine katılma oranları okuma %91, sinema-tiyatro %84, televizyon izleme %49, müzik %64 olarak görülmektedir (Tunçkol, 2001).

Almanya’da özellikle gençler sporun her türünde oldukça başarılıdırlar. Açık hava etkinlikleri ve sporları Almanların en büyük keyif aldıkları etkinliklerdir. Geleneksel olarak ormanların korunması, kamplar, hosteller, küçük oteller çok yaygındır. Birçok spor ve oyunlar “takım” olarak yapılır ve tüm kış sporları, futbol, yüzme, eskrim, çok yaygın spor türleridir. Almanlar aynı zamanda müzik ve dans seven bir millet olup, festival ve bayramlarda dans ve müzik ön plandadır. Gönüllü spor kulüpleri çok çeşitli olup, her farklı spor, federal spor örgütüne bağlıdır. Bunun dışında sayısız federal devlet, bölgesel spor kuruluşları ve birlikleri vardır. Bunların çalışmaları, Alman Spor Danışma Konseyi (Deutscher Spor Beriat) geliştirilir. Çeşitli gençlik örgütlerinin merkezi bir birliği olan Federal Gençlik Örgütü (Federal Young Ring), birçok kültürel, toplumsal ve sportif nitelikte olmayan diğer boş zaman değerlendirme etkinliklerini geliştirmeye çalışır (Zorba, 2004).

Türkiye’de insanlarımız fazla boş zamana sahip olduğunu söylenebilir. Çalışanlar için, Türkiye’nin bir tatil cenneti olduğu bilinmektedir. Çalışanların tüm yılda günlerinin yaklaşık olarak 3/1’ini tatillerle geçirdikleri, öğrencilerin yarım günlük eğitimleri, ev kadınlarının günlerinin hemen hemen tamamına yakınının boş olması, tarım kesiminde çalışan çiftçilerin yılın yarısının tamamen boş kalması, işsiz insanların işsizlikten doğan boş zamanları, erken yaşta emekli olan bireyin, sosyal kurumlarda ve cezaevlerindeki insanların boş zamanları Türkiye’de yaşanan boş zaman bolluğuna örnek gösterilebilir (Karaküçük, 2006).

Fransa’da; gönüllü kuruluşlar devletten daha ön plandadır. Endüstriyel firmalar ve birlikler, oyun alanları, araçlar, toplantı salonları, boş zaman değerlendirme odaları, spor takımları ve kulüpleri, sanat, müzik, tiyatro ve sinema gibi alanlarda kültürel programlar düzenlerler. Kiliseler (Katolik ve Proteston) birçok gençlik ve spor

programları hazırlamakta ve düzenlemektedir. Bunların yanında gençlik ve yetişkinlik kulüpleri de bu faaliyetleri organize etmektedirler. 1958’ de Eğitim Bakanlığına bağlı Gençlik ve Spor Yüksek Sekreteryası kurulmuştur. Fiziksel eğitim, çeşitli sporlar, açık hava etkinlikleri ve popüler eğitim bu kuruluş tarafından yönetilmektedir (Zorba, 2004).

Öğretim elemanları üzerine yapılan bir araştırmada en çok izlenen kültür/ sanat etkinliği olan sinemanın %65 olduğu ve sinemaya yılda 5- 10 kez gidenlerin oranının da %39 olduğu görülmüştür. Aynı araştırmada öğretim üyelerinin televizyon izledikleri ve %49 unun haberleri izledikleri belirtilmiştir. Kitap okuma oranı ise % 56 sınıfın ayda 1 ve 2 kez kitap okudukları belirtilmiştir (Özdemir ve Ark, 2003).

İskandinav ülkeleri ( İsveç, Norveç, Finlandiya) ; jimnastik, açık hava sporları ve yüzme çok popüler sporlardır. Finlerde “sauna” ayrı bir kültür ve boş zaman etkinliğidir. İskandinav ülkelerinde folklor, müzik, edebiyat, sanat ve el sanatları büyük ilgi görür (Zorba, 2004).

Türkiye’de boş zaman etkinliklerinin çeşitli toplum gruplarına yayılmış şekliyle ve genellikle fazla olarak görünmesi, sorunun bir yönünü oluşturmaktadır. Sorunun ikinci yönü ise, boş zamana fazlaca sahip olan Türk insanının, bu boş zamanlarını nasıl değerlendirdikleri oluşturmaktadır.

Kara Harp Okulu öğretim elemanlarının ise boş zamanlarda tercih ettikleri faaliyetler kitap/gazete okuma %81, televizyon izleme %74, spor yapma/izleme %57, arkadaş ziyareti %63 ve sinemaya / tiyatroya gitme %51 olarak görülmektedir (Emir, 2012).

Girişimciler üzerinde yapılan bir araştırmada boş zamanlarını evde dinlenerek geçirenlerin oranı %38, kitap-dergi-gazete okuma %35, televizyon izleme %20, spor yapma/izleme %57, arkadaş ziyareti %63 ve sinema/ tiyatroya gitme %51 olarak görülmektedir (İlhan, 2002).

Üniversite öğrencilerine yapılan bir araştırmada en çok tercih ettikleri faaliyetler içinde en yüksek oranda kitap okuma gelmektedir. Sinemaya gidenlerin oranı % 55 ve televizyon izleme %59 oranında bulunmuştur (Emir, 2012).

Futbol seyircileri üzerinde yapılan bir araştırmada kahveye gitme %90,müzik dinleme %89, televizyon izleme %81, aile ve çocuklarla ilgilenme %60, spor yapma %52, kitap okuma%55, akraba ve komşu ziyaretleri, bahçe ve tamir işleri, internet kullanma da % 41 oranında yapılmaktadır (Tel, 2007).

Devlet Planlama Teşkilatının, “Ekonomik ve Sosyal Sektörlerdeki Gelişmeler” başlıklı 1993 yılı raporuna gör; Türkiye’de boş zamanları değerlendirme faaliyetlerinin dağılımına bakıldığında, evde kitap, dergi, gazete okumak, müzik dinlemek, televizyon seyretmek, komşu ve arkadaşlarla sohbet etmek ve gezmek, dinlenmek ve eliş, ev ve tamir işleri yapmak gibi ev içi faaliyetlere katılma oranı kırsal alanda %67,3, kentsel alanlarda ise %75,6 oranlarında gerçekleşmektedir. Boş zamanları spor yaparak değerlendirenlerin oranı ise çok düşük oranlarda olduğu görülmüştür (Emir, 2012).

Ülkemizde Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü sportif organizasyonları organize etme ve yürütme üzere kuruluş teşkilatlarıdır ve tüm ülkede örgütlenmiştir. Kendi içinde de ayrıca çeşitli birimler oluşturarak insanlarımızı aktif boş zaman geçirme imkânlarını sunmaktadır. Milli eğitim bakanlığına bağlı halk eğitim merkezi çeşitli, beceri kazandırma kursları tertiplemektedirler.

Bu kurslara bayanların katılma oranı %90’larda görülmektedir. Okullarda ve kolejlerde eğitimle beraber boş zamanların değerlendirilmesinde önemli görevler üstlenmiştir. Ülkemizde gençlerin üzerinde yapılan araştırmalarda gençlerin büyük bir çoğunluğunun boş zamanlarını nasıl geçirdiklerini bilmediklerini ya da pasif etkinliklerle geçirdiklerini, ancak imkân olduğunda birçok aktif etkinliklerle katılmaya istekli oldukları belirtmişlerdir. 1 Gençlik Şurası, gençlerin boş zaman faaliyeti ile ilgili olarak, gençlerin pasif rekreatif etkinliklere yönelmelerine üç nedeni ileri sürmektedirler. Bunlar; ekonomik, yetersizlik, organize olamama, boş zaman eğitimi eksikliği olarak belirtmişlerdir (Emir, 2012)

## **2.8.Başarı**

Belirlenen amaç doğrultusunda ve isteneni başarma olarak tanımlanmaktadır. Eğitim açısından düşünüldüğünde başarı program amaçlarıyla paralel davranışlar bütünüdür (Demirtaş ve Güneş, 2002). Başka bir deyişle bir öğrenci programda gösterilen amaca uygun hedef davranışları sergilemesi halinde başarılı sayılabilmektedir. Eğitimde başarı kavramı okullarda derslerde okutulan derslerde geliştirilen ve öğretmenlerce takdir edilen notlarla, test puanlarıyla ya da her ikisiyle birlikte değerlendirilen beceriler veya kazanılan bilgilerin ifadesi olan “akademik başarı” kastedilmektedir. Akademik başarı öğrencilerin mesleki ve hayata karşı daha çok

birikimli şekilde hazırlanmalarını sağladığı ve geleceklerini şekillendirdiği için, aileleri ve çevreleri açısından da oldukça önemli görülmektedir.

### **2.8.1. Akademik Başarı**

Akademik başarı genellikle, öğrencinin psikomotor ve duyuşsal gelişiminin dışında kalan, bütün program alanlarındaki davranış şeklini tanımlar.

İdeal olarak başarılı olmaya dönük bir anlayışa sahip olan öğrenci, içinde bulunduğu durumda başarısızlık sergiliyorsa, bu durum bilişsel bir uyumsuzluğu beraberinde getirir. Bu durumda öğrencinin ideal davranışa ulaşma çabası içine girmesi, motivasyonel bir sürecin başladığı anlamına gelir (Cüceloğlu, 2008).

Akademik başarının öğrenme hızı, zeka gibi zihinsel etmenlerle, benlik saygısı, kişilik yapısı, öz-yeterlik, motivasyon ve ders çalışma alışkanlıkları gibi duyuşsal etmenlerle, anne-baba tutumu, ailenin sosyo-ekonomik durumu, okul yöneticilerinin ve öğretmenlerin yeterliliği ve tutumu gibi çevresel etmenlerle ilişkili olduğu farklı araştırmalar tarafından belirtilmektedir (Arıcı, 2007; Howie ve Pieteron, 2001; Şevik, 2014; Wang, 2004). Türkiye’de yapılmakta olan araştırmalarda, akademik başarıyı, öğrenciden, okuldan ve aileden kaynaklı bazı faktörlerin etkilediği belirlenmiştir (Arıcı, 2007; Polat, 2009; Özer ve Anıl, 2011; Dağdelen, 2013; Şevik, 2014). Bu noktada akademik başarıyı etkileyen öğrenci kaynaklı faktörler, benlik saygısı, öz-yeterlik, motivasyon ve ders çalışma alışkanlığı olarak bulunmuştur (Dadlı, 2015; Klomegah, 2007; Özer ve Anıl, 2011; Şevik, 2014).

Aşağıda bu faktörlere ilişkin bilgiler sunulmaktadır.

**Benlik saygısı:** Benlik, insanın düşünebilen, duyabilen, eylemde bulunabilen ayrı bir varlık olarak kendini fark etmesi olarak tanımlanmaktadır (Onur, 2014). Benlik saygısı ise; bir insanın benlik özelliklerini beğenmesi, benimsemesi, onaylaması, kendinden hoşnut olması, bilişsel ve akademik yaşamlarını etkilemektedir (Choi, 2005).

**Öz-yeterlik:** Öz-yeterlik, herhangi bir konuda istenilen başarı seviyesine erişebilmesi için karşılaşılması olası zorlukların üstesinden gelebilmede bireyin kendi beceri ve yeteneklerine olan inancıdır (Schwarzer ve Hallum, 2008; Skaalvik ve Skaalvik, 2010). Öz-yeterlik inançları, bireylerin, istekliliğini, hedeflere ulaşma çabalarını,

güdülenme düzeylerini ve zorluklara rağmen vazgeçmemelerini, analitik düşünme becerilerini etkilemektedir. Araştırmalar öz-yeterlik algısının akademik başarı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Klomegah, 2007; Liu ve Koirala, 2009).

**Motivasyon:** Motivasyon, organizmayı davranışa iten, yön ve amaç veren çeşitli iç ve dış etkenler ile bunların işleyişini sağlayan mekanizmalar olarak tanımlanmaktadır (Aydın, 2014). Araştırmalar, motivasyon düzeyi yüksek olan öğrencilerin daha güçlü akademik benlik saygısına sahip olduklarını, daha yaratıcı davrandıklarını ve daha yüksek akademik başarıya ulaştıklarını göstermektedir (Boyd, 2002; Gottfried, 2001).

**Ders çalışma alışkanlığı:** Ders çalışma alışkanlığı; düzenli ve sistemli çalışma, not tutma, hatırlama, tekrarlama, sınavlara hazırlanma, yazılı kaynaklardan yararlanma, dikkati bir noktaya toplayabilme ve problem çözüme ile ilgili çalışma tekniklerinin öğrenilerek bunların gerektiği anda kullanılması şeklinde tanımlanmaktadır (Demircioğlu, 2007; Purdue ve Hattie, 1999; Wagner ve Ark., 2008). Yapılan araştırmalarda, öğrencilerin çalışma alışkanlıkları ile akademik başarıları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Özer ve Anıl, 2011; Patterson ve ark., 2003).

### **2.8.2.Boş Zaman Aktiviteleri ve Akademik Başarı**

Akademik başarıyı etkileyen faktörleri beş ana kategoriye ayırmaktadırlar. Bunlar:

- Bilişsel (zihinsel) yetenekler (Cognitive Abilities) ve ilgili özellikler,
- Psikomotor yetenekler (Psychomotor Abilities) ve ilgili özellikler,
- Duyuşsal özellikler (Affective Characteristics),
- Aile ve Sosyo-Ekonomik durum ve ilgili özellikler,
- Cinsiyet ve ilgili özellikler.

Görüldüğü gibi akademik başarıyı etkileyen birçok faktör içerisinde boş zaman aktiviteleri ile ilişkili olan psikomotor yetenekler ve ilgili özellikler de belirtilmektedir. Gerek yerli gerekse yabancı literatürde boş zaman aktivitelerin akademik başarıya etkisine dair hatırı sayılabilecek miktarda çalışma vardır ve bu

çalışmaların birçoğunda da pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Boş zaman aktivitelerine katılıyor olma ile akademik başarı arasındaki ilişki birçok farklı yönden kişiye ışık tutacaktır.

## **2.9.Rekreasyon**

Tarih boyunca çok çalışma insanoğlunu yıpratırken, çalışma dışı zaman ise, insanın kendisi için bir takım şeyler yapması, yenilenmesine, onun güç kazanmasına ve hayata tekrardan başlamasına imkân vermiştir. Bu nedenle insanlar çalışma zamanına verdikleri önemin yanında, çalışma dışı zamanın kullanımına da ayrı bir önem vermişlerdir. Çalışma dışı zamanın yani boş zamanın kullanımı rekreasyon kavramını ortaya çıkarmıştır ve insanlar bu kavramı her geçen gün daha da geliştirerek zenginleştirmişlerdir (Soyer ve Can, 2003). Latince’de, “yeni bir şeyler yaratmak”, “yenilenmek” anlamına gelen “recreate” kelimesinden türetilmiş rekreasyon; sözlükte, “yeniden doğmak”, “yenilenmek”, “ruhsal açıdan yenilik” anlamını taşımaktadır. Rekreasyon, hayatın monotonluğundan ve işten ayrılarak yenilenmek demektir (Jensen ve Naylor, 1999).

Farklı topluluk veya kültürlerin rekreasyona farklı anlamlar yüklediğini görmekteyiz. Literatürde “boş zaman” ve “rekreasyon” kavramlarının tanımlanmasına yönelik yapılmış farklı şekillerde tanımlamalara rastlamak mümkündür (Stebbins, 2005). Belki de boş zaman kavramının teorik temellerinin belirlenmesine ve tanımlanmasına yönelik çok fazla araştırma veya tartışma olmasından dolayı, literatürde rekreasyon kavramının üzerinde fikir birliğine varılmış tek bir tanımlı bulmak oldukça zordur (Madrigal, 2006). Stebbins rekreasyonu, kişinin boş zamanlarında, zorunluluk olmaksızın, isteği ile katıldığı, bireysel tatmin sağlayan, kendi yetenek ve becerilerini kullanabildiği aktiviteler (Stebbins, 2005) şeklinde tanımlamıştır.

### **2.9.1.Rekreasyonun Özellikleri**

Rekreasyonla ilgili birçok kişi tarafından belirtilmiş olan farklı temel özellikler vardır. Bu temel özelliklerin bazılarından kısaca belirtecek olursak (Öztürk, 2013).

1. Rekreasyon faaliyetlerinin seçimi tamamıyla gönüllü olmalıdır.
2. Özgürlük hissi verir.

3. Faaliyetlere iştirak ve devam etme zorunluluğu bulunmamalıdır.
4. Rekreasyon, boş zamanda yapılır.
5. Her yaştaki ve cinsteki insanların faaliyetlere katılımlarına imkân tanır.
6. Rekreasyonel faaliyetler, her türlü açık veya kapalı alanlar ile her mevsim ve iklim şartlarında uygulanabilmektedir.
7. Rekreasyon çok çeşitli faaliyetleri içerir.
8. Rekreasyon haz neşe sağlayan bir faaliyettir.
9. Rekreasyon kişinin kendisini doğru bir şekilde ifade edebilme ve kişinin yaratıcılığını geliştirebilmesine imkân sağlayıcı faaliyetleri içermelidir.
10. Rekreasyonun her kişiye göre bir amacı vardır.
11. Rekreasyon, toplumun geleneklerine, törelerine, ahlaki ve manevi değerlerine uygun olmalı ve sosyal değerlere ters düşmemelidir.
12. Rekreasyon, bir faaliyet yapılırken ikinci veya daha fazla faaliyetlere de ilgi duyma veya gerçekleştirme imkânı verir.
13. Rekreasyon eylemi, planlı veya plansız, beceri sahibi kişilerle veya beceri sahibi olmayan kişilerle, organize olmuş ya da olmamış mekânlarda yapılabilmektedir (Emir, 2012).
14. Rekreasyon, rekreatif etkinliklere katılma sonucu ortaya çıkan deneyimdir (Öztürk, 2013).

### **2.9.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması**

Rekreasyonun bu kadar çok çeşitli tanımlamalarının ve özelliklerinin olması, araştırmacıları rekreasyonun sınıflandırılması gerekliliğine yöneltmiştir. Kültürel farklılıkların olması rekreasyonun sınıflandırılmasının farklılık gösterebileceğini öngörmüştür (Eroğlu, 2000). Birey, amacı ve isteği doğrultusunda etkinlikte yer almayı kabul etmiş ise, buna doğrultuda bir rekreasyon, çeşidi meydana gelir. Her birey farklı farklı hedefler, amaçlar ve dürtülerin bulunduğu ve buna eşit farklı rekreatif faaliyetler bulunduğu varsayılırsa, belirlenmiş gruplama ortaya çıkartmak güçleşecektir (Karaküçük, 2005). Örneğin Küçüktopuzlu (1991)'nin rekreasyonu, "orman rekreasyon, edilgen rekreasyon, ticari rekreasyon, sosyal rekreasyon, kırsal

rekreasyon, estetik rekreasyon, entelektüel rekreasyon, etkin rekreasyon, açık hava rekreasyonu, kapalı yer rekreasyonu ve endüstriyel rekreasyon” biçiminde birçok şekilde gruplandırmış.

Rekreasyon amaçlarına göre, çeşitli kriterlere göre ve belirli eylem ve durgunluk hallerine göre sınıflandırılmıştır (Karaküçük, 2005).

#### **2.9.2.1.Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması**

- Sanatsal amaçlı
- Turizm amaçlı
- Sportif amaçlı
- Toplumsal amaçlı
- Kültürel amaçlı
- Dinlenme amaçlı

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

- Yaş faktörüne göre sınıflandırma
- Faaliyete katılanların sayısına göre sınıflandırma
- Zamana göre sınıflandırma
- Kullanılan mekâna göre sınıflandırma
- Sosyolojik muhtevaya göre sınıflandırma

#### **2.9.2.3.Özel İşlevleri Dikkate Alınarak Belirli Eylem ve Durgunluk Hallerine Göre ya da Fonksiyonel Açından Sınıflandırılması**

- Orman rekreasyon
- Fiziksel rekreasyon
- Estetik rekreasyon
- Uluslar arası rekreasyon
- Sosyal rekreasyon
- Ticari rekreasyonu

## 2.10.Rekreasyona İhtiyaç Duyulan Nedenler

Çok kalabalık ortam, gürültü, hava kirliliği gibi birçok olaylar kişilerde hem fizyolojik hem de psikolojik sarsıntı ortaya çıkarmakta, bu güç durumu ortadan kaldırmak için rekreatif faaliyetlere ihtiyaç duyulmaktadır. Bireylerin rekreasyon ihtiyaçlarını belirlemede önemli olan unsurları tanımlayan ve ihtiyaçları ortaya koyan birçok araştırmacıdan biri olan (Torkildsen, 2005) rekreasyona duyulan temel ihtiyaçları şu şekilde sınıflandırmıştır:

Macera, rahatlama, kaçış ve fantezi gibi yeni deneyimler

- Tanımlama ve teşhis koymak
- Güvenlik
- Hâkimiyet (diğerlerini yönlendirmek veya kontrol etmek)
- Sorumluluk ve sosyal etkileşim (diğerleri ile birlikte olmak ve etkileşim)
- Zihinsel aktivite (farkındalık ve anlamak)
- Yaratıcılık
- Başkalarına hizmet etmek (ihtiyaç duyulma ihtiyacı)
- Fiziksel aktivite ve zindelik.

### 2.10.1.Fiziksel İhtiyaçlar

Disareli, “hareket her zaman mutluluk vermeyebilir. Fakat hareketsiz mutluluk yoktur” tanımı fiziksel etkinliğin önemini vurgulamıştır (Zelinski, 2004) Yapılan farklı çalışmalarda özellikle stresten ve kalp-damar hastalıklarından korunma ve onlarla baş etmede boş zamanların fiziksel etkinliklerle karşılaştırılmasının önemine değinmiş ve devamlı yapılan fiziksel aktivitelerin, kalp krizi riskini azaltarak, damarların sağlıklı olmasını sağlamaktadır (İkizler, 2002).

### 2.10.2.Sosyal İhtiyaçlar

(Torkildsen, 2005) rekreatif faaliyetlerin bireylerin sosyal değerlerini yükseltmek için var olduğunu ifade etmektedir. Bireyin sağlığına olanak tanıyan rekreatif faaliyetler, sosyal açıdan rahatlama neden olmaktadır. Rekreatif faaliyetlere bu açıdan bakıldığında ise, toplumsal rahatlama, sosyal uyum ve yaşam kalitesinin sağlanması ve geliştirilmesi anlamına gelmektedir. Rekreasyonel etkinliklere katılan birey, kendini ifade etme imkânı bulur, içinde bulunduğu gruba aidiyet duygusu

gelişir, etkinliklerdeki kurallara uygun bir şekilde sürdürmeyi sosyalleşme süreci içerisinde olur.

### **2.10.3.Psikolojik İhtiyaçlar**

Gündelik yaşamın ve çalışma temposu insanlar üzerinde oldukça kaygı yarattığı, yorgunluk ve monotonluğu giderme veya dengelemede çok önemi olduğu bilinen önemli etken boş zaman olarak bilinmektedir.

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

Bireylerin kendilerini keşfetmesi veya ne tür beceri ve yeteneklere sahip olduklarını anlamasının en kolay yolu denemektir. Bir başka ifade ile bu durumun gerçekleşebilmesi ancak kişinin istediği veya sevdiği bir işi yapmasına bağlıdır (Karaküçük, 2005).

### **2.10.5.Duygusal İhtiyaçlar**

Bireyler yukarıda ifade edilen ihtiyaçların yanı sıra, duygusal ihtiyaçlarını da karşılamak için rekreasyonel etkinliklere katılım ihtiyacı duymaktadırlar. Literatürdeki pek çok araştırmada, bireylerin günlük yaşantılarında maruz kaldıkları stresten fiziksel, sosyal ve duygusal olarak etkilendikleri tespit edilmiştir (Tolukan, 2010). Örneğin; Cooper ve Cartwright (1994)'in yaptıkları çalışmanın sonucunda, bireylerin iş ile ilgili stres durumunun hem fiziksel hem de duygusal sağlık üzerinde olumsuz birçok etkisinin bulunduğu tespit edilmiştir.

### **2.10.6.Rekreasyon İhtiyacı**

Rekreatif faaliyetlere yoğun olarak katılan insanlarla, bu faaliyetlerden yoksun kalan insanlar arasında sağlık yönünden, çevreye ve kanunlara karşı tutum bakımından önemli farklılıklar görülmektedir. Rekreatif faaliyetler yaşam kalitesini gelişmesini sağlayan ve hayata farklı anlam kazandıran faaliyetlerdir. Bu bakımdan dünyanın birçok yerinde insanlar fiziksel, ruhsal ve toplumsal yararları nedeniyle rekreatif faaliyetlere katılmaktadırlar (Sevil ve Ark.,2012). Alexandris'e göre, rekreasyon faaliyetlerinin birçok ülkede büyük reklam kampanyaları ile çok ilerleme kaydettiğini ve fiziksel, psikolojik ve sosyal yararların rekreasyona duyulan ihtiyacın potansiyelini artırmaktadır (Alexandris, 2013). Rekreasyonel ihtiyaçlar, insan

davranışlarını oluşturabilecek tek bir neden veya faktöre ihtiyaç duymaksızın birçok nedenden dolayı analiz gerektirmektedir. Rekreasyona duyulan ihtiyaç, rekreasyon faaliyetlerinin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan ileri gelmektedir (Karaküçük, 2005

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 3.1.Araştırmanın Modeli

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesin’de öğrenim gören bazı öğrencilerin bireylerin boş zamana tutumlarının akademik başarıyı inceleyen bu araştırmada betimsel ve taramaya yönelik bir yöntem uygulanmış ve araştırma iki aşamadan oluşmuştur. Konu hakkında teorik bir çerçeve oluşturması açısından, çalışmanın ilk aşamasında amaca uygun mevcut bilgiler ilgili literatürün taranmasıyla sistematik bir şekilde verilmiştir. Araştırmanın ikinci aşaması olan uygulama aşamasında ise amaca ulaşmak için geliştirilen anket örneklem grubuna uygulanmıştır.

#### 3.2.Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesine bağlı Spor Bilimleri Fakültesi, Tıp Fakültesi, Edebiyat Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Turizm Fakültesi, Yabancı Diller Yüksekokulu ve İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi fakültelerinde öğrenim gören 380 üniversite öğrencisi oluşturmuştur.

#### 3.3.Varsayımlar

1.Araştırmada kullanılacak olan anketleri araştırmaya konu olan öğrencilerin samimi ve doğru cevaplandıracakları varsayılmaktadır.

2.Veri toplama aracının tüm yetkileri kapsadığı ve görüşleri ortaya çıkaracak nitelikte olduğu varsayılmaktadır.

3. Bu araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının ölçülmek istenilen özellikleri doğru olarak ölçtüğü varsayılmıştır.

#### 3.4.Sınırlılıklar

1.Bu araştırma anketteki sorularla sınırlıdır.

2.Anketi yanıtlayan öğrencilerin verdikleri cevaplarla sınırlıdır.

3.Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Yerleşkesinde öğrenim gören öğrencilerle sınırlıdır. Elde edilecek bulgulardan yola çıkılarak varılacak sonuç ve genellemeler, araştırmanın evreni için geçerlidir.

### **3.5.Veritoplama Araçları**

#### **3.5.1.Boş Zaman Tutum Ölçeği**

Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilen “Leisure Attitude Scale:LAS” “Boş Zaman Tutum Ölçeği”nin Türkçe uyarlaması Akgül ve Gürbüz tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları (Cronbach Alfa) Bilişsel .81 ile Duyuşsal .92 arasında değiştiği ve toplamda .92 olarak bulunmuştur (Akgül ve Gürbüz, 2010). Boş Zaman Tutum Ölçeği (1) bilişsel (2) duyuşsal ve (3) davranışsal olmak üzere eşit dağılımlı (12’şer maddelik) 3 alt boyuttan ve toplam 36 maddeden oluşmaktadır. 5’li Likert tipi olan ölçekte ifadeler; Kesinlikle katılmıyorum – Katılmıyorum – Kararsızım – Katılıyorum -Kesinlikle katılıyorum şeklinde yanıtlanmaktadır. Ölçekten en az 36 puan, en fazla ise 180 puan alınabilmektedir.

Ölçeğin uygulanması ile elde edilen puanların güvenilirliği Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ile test edilmiş ve yapılan analizler sonucunda, ölçeğin iç tutarlılık katsayılarının .83 Duyuşsal ve Bilişsel ile .87 Davranışsal arasında değiştiği anlaşılmaktadır. Ölçeğin toplam güvenilirlik katsayısı ise .92 olarak bulunmuştur. Elde edilen bu değerler yüksek güvenilirlik düzeyindedir. Ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısının yüksek olması .92 eldeki çalışma için ölçekte bulunan maddelerin birbiriyle tutarlı ve aynı özelliğin öğelerini değerlendirmeyi hedefleyen maddelerden oluştuğunu göstermektedir (Çelik, 2014).

### **3.6.Verilerin Toplanması**

Çalışmada kullanılan veri toplama aracı 2 bölümden oluşmaktadır. Veri toplama aracının birinci bölümünde araştırma grubunda yer alan katılımcıların demografik bilgilerini belirlemeye yönelik ifadeler yer verilmiştir. İkinci bölüm ise; Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesin’de öğrenim gören bazı öğrencilerin boş zaman tutumlarının akademik başarıyı incelemesi için Ragheb ve Beard tarafından 1982 yılında geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Akgül ve Gürbüz tarafından yapılan ‘Boş Zaman Tutum Ölçeği’ (BZTÖ) (Leisure Attitude Scale:LAS) ile ölçülmüştür.

### **3.7.Verilerin Analizi**

Araştırmada toplanan veriler SPSS paket programında kayıt altına alınacaktır. İki değişken arasındaki fark analizleri için Bağımsız t test, ikiden fazla değişken arasındaki fark analizleri için tek yönlü varyans analizi, değişkenler arasındaki ilişki analizleri için Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. Demografik değişkenlere ilişkin analizlerde yüzde ve frekans analizi kullanılmıştır.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Bu bölümde, araştırmaya katılan örneklem gruplarının uygulanan testler yoluyla yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Elde edilen bulgulara dayalı olarak açıklama ve yorumlar yapılmıştır.

**Tablo 1.**Boş Zaman Ölçeğinin Cinsiyetler Açısından Değerlendirilmesi.

Değişkenler	F	%
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	188	49.5
Erkek	192	50.5
<b>Yaş</b>		
18-20 Yaş	103	27.1
21-24 Yaş	165	43.4
25-28 Yaş	83	21.8
28 Ve Üzeri	29	7.6
<b>Not Ortalaması</b>		
2,50-2,99 Arası	132	34.7
3,00,3,49 Arası	176	46.3
3,50 Ve Üzeri	72	18.9
<b>Sınıf</b>		
1.Sınıf	82	21.6
2.Sınıf	103	27.1
3.Sınıf	94	24.7
4.Sınıf	101	26.6
<b>Hatalık Ders Yüğü</b>		
5-9 Saat	32	8.4
10-14 Saat	213	56.1
15-19 Saat	75	19.7
20 Saat Ve Üzeri	60	15.8
<b>Bölüm/Fakülte/Yükseköğretim</b>		
Spor Bilimleri Fakültesi	142	37.4
Tıp Fakültesi	80	21.1
Edebiyat Fakültesi	32	8.4
Mühendislik Fakültesi	31	8.2
Turizm Fakültesi	2	0.5
Yabancı Diller Yüksekokulu	27	7.1
İİBF	66	17.4

Araştırmaya 188'i kadın 192'si erkek olmak üzere 380 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılanların %27.1'i 18-20 (n=103), %43.4'ü 21-24 (n=165), %21.8'i

25-28 (n=83),%7.6'sı 28 yaş ve üzeri (n=29) yaş aralığındadır.

Araştırmaya katılanların %34.7'si not ortalamasının 2.50-2.99 (n=132), %46.3'ü 3.00-3.49 (n=176), %18.9'u 3,50 ve üzeri (n=72) aralığında olduğunu belirtmiştir.

Araştırmaya katılanların sınıfları, %21.6'sı 1.sınıf (n=82), %27.1'i 2.sınıf (n=103), %24.7'si 3.sınıf (n=94), %26.6'sı 4.sınıf (n=101) aralığındadır.

Araştırmaya katılanların haftalık ders yükü, %8.4'ü 5-9 (n=32), %56.1'i 10-14 (n=213), %19.7'si 15-19 (n=75), %15.8'i 20 saat üzeri (n=60) aralığında olduğu belirtilmiştir.

Araştırmaya katılanların fakülteleri, %37.4'ü Spor bilimleri (n=142), %21.1'i Tıp (n=80), %8.4'ü Edebiyat (n=32), %8.2'si Mühendislik (n=31), %5'i Turizm (n=2), %7.1'i Yabancı diller (n=27), %17.4'ü İb f n=66) aralığında olduğunu belirtmiştir.

**Tablo 2.** Kadın Ve Erkek Katılımcıların Akademik Yıllara Göre 'Boş Zaman Tutum' Ölçeği Alt Boyutlarının Ortalama (X) Ve Standart Sapmaları (Ss)

Değişkenler	Kadın			Erkek		
	N	Ort.	Ss	N	Ort.	Ss
<b>Duyuşsal</b>						
1.Sınıf	40	55.75	4.37	42	55.07	3.89
2.Sınıf	46	54.91	3.98	57	55.22	3.41
3.Sınıf	47	54.21	4.41	47	55.85	3.55
4.Sınıf	56	54.17	3.40	45	55.55	4.03
<b>Bilişsel</b>						
1.Sınıf	40	55.75	3.99	42	55.52	3.57
2.Sınıf	46	55.28	3.42	57	55.31	3.41
3.Sınıf	47	54.95	4.19	47	55.57	3.89
4.Sınıf	56	54.78	3.33	45	55.44	3.59
<b>Davranışsal</b>						
1.Sınıf	40	48.32	4.41	42	48.02	3.15
2.Sınıf	46	48.32	3.86	57	49.57	3.52
3.Sınıf	47	51.32	5.08	47	50.57	4.22
4.Sınıf	56	48.05	3.50	45	49.68	4.07
<b>Toplam Ölçek puanı</b>						
1.Sınıf	40	159.82	10.4	42	158.61	9.28
2.Sınıf	46	158.52	9.33	57	160.12	7.88
3.Sınıf	47	160.12	11.65	47	162.00	8.67
4.Sınıf	56	157.01	8.72	45	160.68	9.98

**Tablo 3.** Akademik Yıllara Göre Kadın Katılımcıların “Boş Zaman Tutum” Ölçeğinin Tek Yünlü Varyans Analizi İle Testi ve Post Hoc Sonuçları

Kadın	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı fark
Duyuşsal Alt Boyut	Gruplararası	72.57	3	24.19	1.49	0.21	-
	Gruplariçi	2997.23	185	16.20			
	Toplam	3069.81	188				
Bilişsel Alt Boyut	Gruplararası	35.66	3	11.88	0.85	0.46	-
	Gruplariçi	2571.57	185	13.90			
	Toplam	2607.23	188				
Davranışsal Alt Boyut	Gruplararası	342.04	3	114.01	6.39	0.00	1 ve-3.sınıflar
	Gruplariçi	3297.93	185	17.82			
	Toplam	3639.97	188				
Ölçek Toplam Puanı	Gruplararası	305.84	3	101.94	1.01	.38	-
	Gruplariçi	18631.46	185	100.71			
	Toplam	18937.31	188				

\*p<0.05

Duyuşsal ve bilişsel faktörler akademik yıl değişkenine göre farklılaşmazken davranışsal faktörde katılımcılarının akademik yılına göre farklılık tespit edilmiştir. Buna göre, hem kadınlarda hemde erkeklerde 3.sınıf öğrencilerinin davranışsal değerleri birinci sınıflardan daha yüksektir.

**Tablo 4.** Akademik Yıllara Göre Kadın Katılımcıların “Boş Zaman Tutum” Ölçeğinin Tek Yünlü Varyans Analizi İle Testi ve Post Hoc Sonuçları

Erkek	Varyansın	Kareler		Kareler		Anlamlı	
	Kaynağı	Toplamı	sd	Ortalaması	F		p
Duyuşsal Alt Boyut	Gruplararası	16.76	3	5.58	0.407	0.74	-
	Gruplariçi	2569.88	187	13.74			
	Toplam	2586.64	190				
Bilişsel Alt Boyut	Gruplararası	1.97	3	0.66	0.050	0.98	-
	Gruplariçi	2443.39	187	13.06			
	Toplam	2445.37	190				
Davranışsal Alt Boyut	Gruplararası	147.73	3	49.24	3.47	0.02*	1-3.sınıf
	Gruplariçi	2654.00	187	14.19			
	Toplam	2801.73	190				
Ölçek Toplam Puanı	Gruplararası	261.64	3	87.21	1.09	0.35	-
	Gruplariçi	14861.69	187	7.47			
	Toplam	15123.33	190				

\*p<0.05

Duyuşsal ve bilişsel faktörler akademik yıl değişkenine göre farklılaşmazken davranışsal faktörde katılımcılarının akademik yılına göre farklılık tespit edilmiştir. Buna göre, hem kadınlarda hemde erkeklerde 3.sınıf öğrencilerinin davranışsal değerleri birinci sınıflardan daha yüksektir.

**Tablo 5.** Kadın ve Erkek Katılımcıların Not Ortalamalarına Göre “Boş Zaman Tutum” Ölçeği Alt Boyutlarının Ortalama (X) ve Standart Sapmaları (Ss)

		KADIN		ERKEK	
Boş Zaman Tutum ölçeği	Akademik Not Ort.	Ortalama	Standart Sapma	Ortalama	Standart Sapma
Duyuşsal Alt Boyut	2.50-2.99 arası	55.22	4.19	56.10	3.37
	3.00-3.49 arası	54.23	3.98	55.16	3.75
	3.50 ve üzeri	54.60	3.80	55.02	3.96
	Toplam	54.70	4.04	55.42	3.68
Bilişsel Alt Boyut	2.50-2.99 arası	55.60	3.65	55.67	3.42
	3.00-3.49 arası	54.72	4.01	55.39	3.77
	3.50 ve üzeri	54.68	3.16	55.26	3.36
	Toplam	55.06	3.72	55.45	3.58
Davranışsal Alt Boyut	2.50-2.99 arası	49.43	4.50	49.96	3.92
	3.00-3.49 arası	49.00	4.86	49.49	4.08
	3.50 ve üzeri	48.10	2.91	48.76	2.79
	Toplam	48.98	4.40	49.50	3.84
Ölçek Toplam Puanı	2.50-2.99 arası	160.27	9.76	161.74	8.01
	3.00-3.49 arası	157.96	10.97	160.05	9.41
	3.50 ve üzeri	157.39	8.26	159.05	8.86
	Toplam	158.75	10.03	160.38	8.92

\*p<0.05

Tablo 5’te Kadın ve Erkek katılımcıların Akademik Not ortalamalarına göre Boş zaman tutum ölçeği alt boyutları ortalama ve standart sapmaları verilmiştir. Buna göre, erkek ve kadınların tutum ölçeği ortalamaları akademik başarılarına göre çok değişiklik göstermemiştir. Buna rağmen hem erkek (ort:161.74) hem de kadınların

(ort:160.27) akademik ortalaması 2.50-2.99 arası olan katılımcıların toplam anket puanları diğer ortalamalara sahip olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 6.** Kadın Katılımcıların “Boş Zaman Tutum Ölçeği” ve Alt Boyutlarının Test Puanlarının Tek Yönlü Anova Sonuçları

Kadın	Varyansın	Kareler	Kareler		F	p	Anlamlı fark
	Kaynağı	Toplamı	sd	Ortalaması			
Duyuşsal Alt Boyut	Gruplararası	37.84	2	18.92	1.16	0.31	-
	Gruplariçi	3031.96	186	16.30			-
	Toplam	3069.81	188				
Bilişsel Alt Boyut	Gruplararası	36.12	2	18.06	1.30	0.27	-
	Gruplariçi	2571.11	186	13.82			-
	Toplam	2607.23	188				
Davranışsal Alt Boyut	Gruplararası	44.23	2	22.11	1.14	0.32	-
	Gruplariçi	3595.74	186	19.33			-
	Toplam	3639.97	188				
Ölçek Toplam Puanı	Gruplararası	288.75	2	144.37	1.44	0.24	-
	Gruplariçi	1864.55	186	100.26			
	Toplam	18937.3	188				

\*p<0.05

MSKÜ öğrencilerinin akademik başarılarına göre boş zaman tutumlarının inceleyen bu araştırmada, tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır. Buna göre, Duyuşsal (F=1.16, P>0.05), Bilişsel (F=1.30, p>0.05), Davranışsal (F=1.14, p>0.05), Toplam anket skoru (F=1.44, p>0.05) olarak belirlenmiştir. Buna göre MSKÜ öğrencilerinin, duyuşsal, bilişsel ve davranışsal alt boyutları üzerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır.

**Tablo 7.** Erkek Katılımcıların “Boş Zaman Tutum” Ölçeği ve Alt Boyutlarının Test Puanlarının Tek Yönlü Anova Sonuçları

Erkek	Varyansın	Kareler	sd	Kareler	F	p	Anlamlı fark
	Kaynağı	Toplamı		Ortalaması			
Duyuşsal Alt Boyut	Gruplararası	38.88	2	19.44	1.43	0.24	-
	Gruplariçi	2547.76	188	13.55			
	Toplam	2586.64	190				
Bilişsel Alt Boyut	Gruplararası	4.34	2	2.17	0.16	0.84	-
	Gruplariçi	2441.03	188	12.98			
	Toplam	2445.37	190				
Davranışsal Alt Boyut	Gruplararası	30.94	2	15.471	1.05	0.35	-
	Gruplariçi	2770.79	188	14.73			
	Toplam	2801.73	190				
Ölçek Toplam Puanı	Gruplararası	177.57	2	88.79	1.11	0.33	-
	Gruplariçi	14945.7	188	79.49			
	Toplam	15123.3	190	19.44	1.43	0.24	

\*p<0.05

MSKÜ öğrencilerinin akademik başarılarına göre boş zaman tutumlarının inceleyen bu araştırmada, tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır. Buna göre, Duyuşsal (F=1.43, P>0.05), Bilişsel (F=0.16, p>0.05), Davranışsal (F=1.05, p>0.05), Toplam anket skoru (F=1.11, p>0.05) olarak belirlenmiştir. Buna göre MSKÜ öğrencilerinin, duyuşsal, bilişsel ve davranışsal alt boyutları üzerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır.

**Tablo 8.** Kadın Katılımcıların Not Ortalaması (Akademik Başarı) ve “Boş Zaman Tutum” Ölçeği Pearson Korelasyon Analizi

		Not Ort.	Duyusal Alt Boyut	Bilişsel Alt Boyut	Davranışsal Alt Boyut	Toplam Alt Boyut
Not ortalaması	r	1	-.075	-.105	-.107	-.116
	P		.302	.152	.142	.111
	N	189	189	189	189	189
Duyusal Alt Boyut	r	-.075	1	.780(**)	.464(**)	.896(**)
	P	.302		.000	.000	.000
	N	189	189	189	189	189
Bilişsel alt boyutu	r	-.105	.780(**)	1	.341(**)	.835(**)
	P	.152	.000		.000	.000
	N	189	189	189	189	189
Davranışsal	r	-.107	.464(**)	.341(**)	1	.752(**)
	P	.142	.000	.000		.000
	N	189	189	189	189	189
Toplam	r	-.116	.896(**)	.835(**)	.752(**)	1
	P	.111	.000	.000	.000	
	N	189	189	189	189	189

\*p<0.05, \*\*p<0.01

Tablo 8'e göre Kadın katılımcıların Not ortalaması ve Boş zaman tutum ölçeği alt boyutlarında Pearson Korelasyon sonuçlarına göre pozitif yada negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır(p>0.01). Fakat Duyusal alt boyut ile Bilişsel (r=0.780, p<0.01), Davranışsal (r=0.464, p<0.01) ve toplam ölçek puanı ( r=0.896, p<0.01) arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

**Tablo 9.** Erkek Katılımcıların Not Ortalaması (Akademik Başarı) ve “Boş Zaman Tutum” Ölçeği Perason Korelasyon Analizi

		Not Ortalaması	Duyussal Alt Boyut	Bilişsel Alt Boyut	Davranışsal Alt Boyut	Toplam Alt Boyut
Not Ortalaması	r	1	-.110	-.041	-.104	-.107
	P		.129	.574	.153	.142
	N	191	191	191	191	191
Duyussal Alt Boyut	r	-.110	1	.736(**)	.337(**)	.855(**)
	P	.129		.000	.000	.000
	N	191	191	191	191	191
Bilişsel Alt Boyutu	r	-.041	.736(**)	1	.338(**)	.852(**)
	P	.574	.000		.000	.000
	N	191	191	191	191	191
Davranışsal	r	-.104	.337(**)	.338(**)	1	.706(**)
	P	.153	.000	.000		.000
	N	191	191	191	191	191
Toplam	r	-.107	.855(**)	.852(**)	.706(**)	1
	P	.142	.000	.000	.000	
	N	191	191	191	191	191

\*p<0.05, \*\*p<0.01

Tablo 9'a göre Erkek katılımcıların not ortalaması ve “Boş Zaman Tutum” ölçeği alt boyutlarında Pearson Korelasyon sonuçlarına göre pozitif yada negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır(p>0.01). Fakat Duyussal alt boyut ile Bilişsel (r=0.736, p<0.01), Davranışsal (r=0.337, p<0.01) ve toplam ölçek puanı ( r=0.855, p<0.01) arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin “Boş Zaman Tutumlarının” etkinliklere katılımın kişilik üzerinde akademik başarının etkisini inceleyen bu araştırmada düzenli olarak etkinliklere katılımın öğrenciler üzerinde duyuşsal, bilişsel ve davranışsal faktörler incelendiğinde öğrenciler üzerinde tam anlamıyla paralellik göstermediğı bulunmuştur. Yine araştırma bulgularına göre not ortalaması ile davranışsal faktör arasında negatif yönlü korelasyon tespit edilirken duyuşsal ve bilişsel faktörlerle anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür.

Liseler arası okul maçlarına katılan futbolcular araştırma grubu olarak seçilmiştir. Sonuçlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Ancak yine de öğrencilerin maçlara katıldıkları dönemdeki genel not ortalamaları, maçlara katılmadıkları döneme göre daha yüksek, okula devamsızlık durumları ise maç döneminde daha az çıkmıştır (Silliker ve Quirk, 1997).

Trabzon İl Milli Eğitim Müdürlüğü’ne bağılı toplam 5 ilköğretim okulunda toplam 1142 kız ve erkek öğrenci üzerinde yaptığı araştırmada sporun öğrencilerin okul ders başarıları üzerinde olumlu ya da olumsuz etkilerinin olup olmadığı belirlenmeye çalışılmıştır. Bu incelemede, seviye belirleme sınavında ağırlıklı dersler olan matematik, Türkçe, sosyal bilgiler ve fen ve teknoloji dersleri ele alınmıştır. Sonuçlara göre, sadece Türkçe 2. dönem dersinin spor yapmayanlarda daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Diğer derslerde ise spor yapmanın bu dersler üzerinde herhangi bir etkisi görülmemiştir. Lisanslı spor yapan öğrenciler kendi aralarında değerlendirildiğinde ise anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ancak genel olarak lisanslı spor yapmanın dersleri olumsuz yönde etkilemediğı, hatta okul sporlarıyla ilgilenen özellikle erkek öğrencilerin ders başarılarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Şenses, 2009).

Niğde İlinde ortaöğretimde okuyan 110’u lisanslı sporcu 110’u boş zamana aktivitelerine katılan toplam 220 öğrenci üzerinde uyguladığı çalışmada sonucunda da, aktivitelere katılan öğrencilerin spor yapmayan öğrencilere göre akademik başarılarında bir fark olmadığı görülmüştür (Tatlı, 2004).

İstanbul’da 12 okulda 1995-1997 yılları arasında futbol, voleybol, hentbol, basketbol ve diğer branşlar kategorisinde 163 spor yapan 197 spor yapmayan olmak üzere

toplam 360 öğrenci üzerinde yapılan araştırmaya göre, spor yapan öğrenciler ile spor yapmayan öğrencilerin akademik başarıları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (Bayraktar, 1999).

Literatür incelendiğinde yapılan pek çok araştırmanın, boş zaman aktivitelerin akademik başarıyı olumlu yönde etkilediğine dair sonuçlar bulunduğu görülmüştür. Buna ek olarak ulusal ve uluslararası alanda birçok araştırma yapılmıştır. Bunlardan örnek verecek olursak, Amerika’da uyguladığı ve 6 ile 18 yaş arası yaklaşık 12.000 çocuk ve gencin uzun süreli olarak incelenmiş olduğu çalışmada; fiziksel aktivitelerin öğrencilerin akademik başarısına etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre fiziksel aktiviteler ile akademik başarı arasındaki pozitif yönde bir ilişki olduğunu ortaya çıkmıştır ve buna göre, fiziksel anlamda daha aktif olan öğrencilerin, akademik başarıları da daha yüksektir (Singh ve ark., 2012).

1993 ile 1996 yılları arasında Kuzey Carolina Liseleri Spor Birliği’ne bağlı 301 okulda 9. ve 12. sınıflarda okuyan sporcu olan ve olmayan öğrencilerin, genel not ortalamaları, devamsızlıkları, disiplin problemleri, okullarını bırakma durumları ve mezun olabilmeleri durumları birbirleriyle karşılaştırılmıştır. Karşılaştırma sonucunda sporcuların genel not ortalamalarının daha iyi, devamsızlık oranlarının, disiplin sorunlarının ve okul bırakma durumlarının daha az, mezuniyet durumlarının daha fazla olduğu tespit edilmiştir (Whitley, 1999).

Linder, 1999’ın yaptığı ve 5. sınıftan 12. sınıf öğrencilerine kadar toplam 4.690 öğrenci üzerinde uyguladığı ve spora katılım ile akademik başarılarının değerlendirildiği çalışmada, katılımcıların %71,2’si akademik başarı yönünden kendilerini orta seviyede, %16,3’ü iyi seviyede, %9,9’u ortalamanın altında ve %2,6’sı zayıf olarak değerlendirmişlerdir. Akademik başarı olarak kendilerini daha başarılı bulan katılımcıların %87,5’sinin sportif aktivitelere daha çok katılan öğrenciler olduğu belirlenmiştir (Linder, 1999).

Kocaeli Üniversitesi’nde 320 üniversite öğrencisi üzerinde yapılmış olan ve spor aktivitelerinin üniversite öğrencilerinin başarı ve motivasyonu ile ilişkisini incelediği çalışmada da boş zaman aktivitelerinde daha aktif olan öğrencilerin akademik başarılarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tosun ve ark., 2015).

TOBB Ekonomi ve Teknoloji Üniversitesinde öğrenim gören 76 öğrenci üzerinde uygulamış olduğu çalışmada, grupların akademik başarı parametrelerinin

tanımlayıcı istatistik değerlerine bakılmış boş zaman aktivitelerine katılan öğrencilerin akademik başarı puan parametreleri  $2.36 \pm 0.96$ , spor yapmayan öğrencilerin başarı puan parametreleri  $1.70 \pm 0.88$  olarak bulunmuştur. Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin akademik başarı parametrelerinin karşılaştırılması sonucunda ise 0.05 düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur (Er, 2010).

İsparta'da Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı 3 ortaokulda, düzenli olarak spor yapan 61, spor yapmayan 153 ortaokul öğrencisi olmak üzere toplam 214 8. sınıf öğrencisi üzerinde yapmış olduğu ve spora katılımın kişilik üzerine ve kişiliğinde akademik başarı üzerine etkisini incelediği araştırma sonuçlarına göre ise düzenli spora katılımın öğrenciler üzerinde sorumluluk duygularını, açıklık özelliklerini arttırdığı, dışa dönük bir kişilik kazanmalarına yardımcı olduğu tespit edilmiştir. Yine araştırma bulgularına göre dışa dönüklük ve açıklık özelliği arttıkça akademik başarının da arttığı bulunmuştur (Saygılı ve ark., 2013).

Bu araştırmanın bazı bulguları da, sportif aktivitelerin akademik başarıyı etkilediğine ilişkin yapılan ve sonuçları pozitif yönde çıkan kimi araştırmalara benzerlik göstermesi yönüyle literatürdeki tartışmaları desteklemektedir.

Duyuşsal ve bilişsel faktörler akademik yıl değişkenine göre farklılaşmazken davranışsal faktörde katılımcılarının akademik yılına göre farklılık tespit edilmiştir. Buna göre, hem kadınlarda hemde erkeklerde 3.sınıf öğrencilerinin davranışsal değerleri birinci sınıflardan daha yüksektir.

Kadın ve Erkek katılımcıların Akademik Not ortalamalarına göre Boş zaman tutum ölçeği alt boyutları ortalama ve standart sapmaları verilmiştir. Buna göre, erkek ve kadınların tutum ölçeği ortalamaları akademik başarılarına göre çok değişiklik göstermemiştir. Buna rağmen hem erkek (ort:161.74) hem de kadınların (ort:160.27) akademik ortalaması 2.50-2.99 arası olan katılımcıların toplam anket puanları diğer ortalamalara sahip olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi belirlenen fakültelerdeki öğrencilerinin akademik başarılarına göre boş zaman tutumlarının inceleyen bu araştırmada, tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır. Buna göre, Duyuşsal ( $F=1.16$ ,  $P>0.05$ ), Bilişsel ( $F=1.30$ ,  $p>0.05$ ), Davranışsal ( $F=1.14$ ,  $p>0.05$ ), Toplam anket skoru ( $F=1.44$ ,

$p>0.05$ ) olarak belirlenmiştir. Buna göre MSKU öğrencilerinin, duyuşsal, bilişsel ve davranışsal alt boyutları üzerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi belirlenen fakültelerdeki öğrencilerinin akademik başarılarına göre boş zaman tutumlarının inceleyen bu araştırmada, tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır. Buna göre, Duyuşsal ( $F=1.43$ ,  $P>0.05$ ), Bilişsel ( $F=0.16$ ,  $p>0.05$ ), Davranışsal ( $F=1.05$ ,  $p>0.05$ ), Toplam anket skoru ( $F=1.11$ ,  $p>0.05$ ) olarak belirlenmiştir. Buna göre MSKU öğrencilerinin, duyuşsal, bilişsel ve davranışsal alt boyutları üzerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Kadın katılımcıların Not ortalaması ve Boş zaman tutum ölçeği alt boyutlarında Pearson Korelasyon sonuçlarına göre pozitif yada negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır( $p>0.01$ ). Fakat Duyuşsal alt boyut ile Bilişsel ( $r=0.780$ ,  $p<0.01$ ), Davranışsal ( $r=0.464$ ,  $p<0.01$ ) ve toplam ölçek puanı ( $r=0.896$ ,  $p<0.01$ ) arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

Erkek katılımcıların not ortalaması ve “Boş Zaman Tutum” ölçeği alt boyutlarında Pearson Korelasyon sonuçlarına göre pozitif yada negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır( $p>0.01$ ). Fakat Duyuşsal alt boyut ile Bilişsel ( $r=0.736$ ,  $p<0.01$ ), Davranışsal ( $r=0.337$ ,  $p<0.01$ ) ve toplam ölçek puanı ( $r=0.855$ ,  $p<0.01$ ) arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

Litaratürde bu konu ile ilgili yapılan araştırmalarda bir fikir birliğinin oluşmadığı görülmüş, bazı çalışmalar bu araştırmanın sonuçlarını desteklerken bazıları ise sonuçlarla zıttır. Bu durumun sebebi olarak katılımcıların rekreasyonel faaliyetlere ilişkin algılarındaki sosyo-ekonomik durumlarındaki farklılıklar gösterilebilir.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### KAYNAKÇA

- Alay, S. & Koçak, S. (2002). “*Validity and reliability of Time Management Questionnaire*”, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22, 9-13.
- Arıcı, İ. (2007). *İlköğretim Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Dersinde Öğrenci Başarısını Etkileyen Faktörler (Ankara Örneği)*. Yayımlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Ayan, N. (2009). *Sakarya Emniyet Müdürlüğü İl Merkezlerinde Görevli Polis Memurlarının Serbest Zaman Değerlendirme Alışkanlıklarının İncelenmesi*, Sakarya.
- Aydın, A. (2014). *Eğitim Psikolojisi*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Bandura, A. (1982). *Self-Efficacy Mechanism in Human Agency*. American Psychologist, 37(2): 122–47.
- Başak, T., Uzun, A., Arslan, F., (2008). “*Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri*”, TAF Preventive Medicine Bulletin, 7(5), 429-434.
- Berg, E., Trost, M., Schneider, I.E., Allison, M.T., (2001). “*Dyadic Exploration of The Relationship of Leisure Satisfaction, Leisure Time, And Gender to Relationship Satisfaction*”, Leisure Sciences, 23, 35–46.
- Borke, J., Dedding, M., Lausten, M., (2009). “*Time and Money: A Simultaneous Analysis of Men’s and Women’s Domain Satisfaction*”, J Happiness Stud, 10, 113–131.
- Boyd, F. B. (2002). Motivation to continue: enhancing literacy learning for struggling readers and writers. *Reading and Writing Quarterly: Overcoming Learning Difficulties*, 18, 257–277.
- Choi, N. (2005). Self-Efficacy and self-concept as predictors of college students’ academic performance. *Psychology in The Schools*, 42(2), 197-205.
- Coalter, F. (1998). “*Leisure Studies, Leisure Policy and Social Citizenship: The Failure of Welfare or The Limits of Welfare?*”, Leisure Studies, 17 (1), 21-36.
- Cüceloğlu, D. (2008). *Duygusal Zekâ. Eğitim Öğretimde Çağdas Yaklaşımlar Sempozyumu Kitapçığı*, İstanbul, Harp Akademileri Basım Evi, 2008.

- Çelik, Z. (2014). “Ankara Polis Koleji Öğrencilerinin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi”, (Yüksek lisans tezi), Ankara Gazi Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dadlı, G. (2015). *Ortaokul 8. Sınıf Öğrencilerinin Fen ve Teknoloji Dersine Yönelik Öz Düzenleme Becerileri ve Öz Yeterlikleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam üniversitesi, Kahramanmaraş.
- Dağdelen, S. (2013). *Biyoloji Derslerinde Öğretmenlerin Kişilerarası Davranışı, Sınıf Öğrenme Ortamı ve Öğrenci Başarısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Demircioğlu, M. A. (2007). Öğrencilerin çalışma oryantasyonlarını etkileyen demografik faktörler. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5 (2), 291-321.
- Demirtaş, H., ve Güneş, H. (2002). *Eğitim Yönetimi ve Denetimi Sözlüğü*. Ankara: Anı yayıncılık.
- Doğan, İ. (2000). *Sosyoloji- Kavranlar ve Sorunları*, İstanbul: Sistem Yayınları.
- Emir, E. (2012). *Rekreatif Etkinliklere Katılımın Önündeki Engellerin Belirlenmesi: Üniversite Öğrencileri Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Trabzon.
- Emir, E. (2012). *Rekreatif Etkinliklere Katılımın Önündeki Engellerin Belirlenmesi: Üniversite Öğrencileri Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Trabzon.
- Gottfried, A. W. (2001). Continuity of academic intrinsic motivation from childhood through late adolescence: a longitudinal study. *Journal of Educational Psychology*, 93 (1), 3-13.
- Güngörmüş, HA. (2007). *Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatif Egzersiz Gütüleyen Faktörler*. Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. 2007.
- Hills, P., Argyle, M., Rachel, R.R. (2000). “*Individual Differences in Leisure Satisfaction: an Investigation of Four Theories of Leisure Motivation*”, *Personality and Individual Differences*, 28, 763-779.
- Hou, J.J. (2007). “*Agreeableness and Leisure Satisfaction in The Context of Online Games*”, *Social Behavior and Personality*, 35 (10), 1379-1384.
- Howie, S. J., & Pietersen, J. J. (2001). Mathematics literacy of final year students: South African realities. *Studies in Educational Evaluation*, 27, 7-25.

- Iwasaki, Y. (2007). "Leisure and Quality of Life in An International and Multicultural Context: What Are Major Pathways Linking Leisure to Quality of Life?" *Social Indicators Research*, 82, 233-264.
- İkizler, H.C. (2002). *Spor Sağlık ve Motivasyon (I. Baskı)*, İstanbul: Alfa Yayınları.
- İlhan, S. (2002). Değişen İktisadi Zihniyet Bağlamında Girişimcilik: Malatya Yeşilyurt Örneği, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Jensen, C. & Naylor, J. (1999). "Opportunities in Recreation and Leisure Careers", USA: Contemporary Publishing Company
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme. 5. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi; 2005.*
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme. 6. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi; 2008.*
- Karaküçük, S. (2001). *Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme, 4. Baskı, Gazi Kitabevi, Ankara.*
- Karaküçük, S. (2006). *Rekreasyon (Boş Zaman Değerlendirme)*, Gazi Kitabevi, Ankara.
- Klomegah, R. Y. (2007). Predictors of academic performance of university students: an application of the goal efficacy model. *College Student Journal*, 41(2), 407-415.
- Linder, K.J. (1999). *Sport Participation and Perceived Academic Performance of School Children and Youth*, *Pediatric Exercise Science* 11, 129-143.
- Liu, X. & Koirala, H. (2009). *The Effect of Mathematics Self-Efficacy on Mathematics Achievement of High School Students*. Paper presented at the annual conference of the Northeastern Educational Research Association, University of Connecticut, Connecticut.
- Lloyd, K.M. & Auld, C.J. (2002). "The Role of Leisure in Determining Quality of Life: Issues of Context and Measurement", *Social Indicators Research*, 57, 43-71.
- Lu, L. & Hu, C.H. (2005). "Personality, Leisure Experiences and Happiness", *Journal of Happiness Studies*, 6, 325-342.
- Madrigal, R. (2006). "Measuring the Multi dimensional Nature of Sporting Event Performance Consumption", *Journal of Leisure Research* ;38(3): 267-292.

- Mahoney, J.L. & Stattin, H. (2000). "Leisure Activities and Adolescent Antisocial Behaviour: The Role of Structure and Social Context", *Journal of Adolescence*, 23, 113-127.
- Misra, R. & McKean, M. (2000). "College Students Academic Stress and its Relation to Their Anxiety, Time Management, and Leisure Satisfaction", *American Journal of Health Studies*, 16 (1), 41-51.
- Onur, B. (2014). *Gelişim Psikolojisi*. Ankara: İmge Yayınevi.
- Özdemir, M. Ç., Yüksel, G., Cemaloğlu, N. (2003). *Gazi Üniversitesi Öğretim Elemanları Profili*, Ankara: Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi Basımevi.
- Özer, Y. ve Anıl, D. (2011). Öğrencilerin fen ve matematik başarılarını etkileyen faktörlerin yapısal eşitlik modeli ile incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41, 313-324.
- Öztürk, H. (2013). "Sanayi Çalışanlarının Rekreatif Aktivitelere Katılımlarının Örgütsel Bağlılık ve Tükenmişlik Düzeylerine Etkisi (Gaziantep Uygulaması)", Doktora Tezi, Ankara.
- Öztürk, H. (2013). *Sanayi Çalışanlarının Rekreatif Aktivitelere Katılımlarının Örgütsel Bağlılık ve Tükenmişlik Düzeylerine Etkisi (Gaziantep Uygulaması)*, Doktora Tezi, Ankara.
- Patterson, M., Perry, E., Decker, C., Eckert, R., Klaus, S. & Wendling, L. (2003). Factors Associated With High School mathematics performance in the United States. *Studies in Educational Evaluation*, 29, 91-108.
- Pearson, Q.M. (2008). "Role Overload, Job Satisfaction, Leisure Satisfaction, and Psychological Health Among Employed Women", *Journal of Counseling & Development*, 86 (1), 57-63.
- Polat, S. (2009). Akademik başarısızlığın toplumsal eşitsizlik temelinde çözümlenmesi. *Eğitim Bilim Toplum Dergisi*, 7 (25), 46-61.
- Purdue, N. & Hattie, J. (1999). The relationship between study skills and learning outcomes: A meta-analysis. *Australian Journal of Education*, 43(1), 72-86.
- Ragheb MG, Beard JG. (1982). Measuring Leisure Attitude. *Journal of Leisure Research*; 14 (2) : 155-167.
- Roberts, K. (2006). "Leisure in Contemporary Society", (2. baskı) Wallingford, UK: Cabi.

- Russell B. Yorgunluk. Tümertekin A (Çev). (1997). İçinde: Şimşek I, editör. Çalışmak: Yorar. Cogito: *Üç Aylık Düşünce Dergisi* ;12: 153-159.
- Saygılı, G. Atay, E. Eraslan, M. & Hekim, M. (2015). *Düzenli Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Kişilik Özellikleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, Ocak: 2015, Cilt:23, No:1, 161-170.
- Schwarzer, R. & Hallum, S. (2008). Perceived teacher self-efficacy as a predictor of job stress and burnout: mediation analyses. *International Association of Applied Psychology, Applied Psychology: An International Review*, 57, 152–171
- Sevil, T. Şimşek, K.Y. Katırcı, H. Çelik, O.V. Çeliksoy, M.A. (2013). *Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi*. 1. Baskı. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını; 2012.
- Alexandris K. Patterns of Recreational Sport Participation within the Adult Population in Greece.
- Singh, A. Uijtdewilligen, L. Twisk, J.W. van Mechelen, W. & Chinapaw, M.J. (2012). Physical Activity and Performance at School: A Systematic Review of the Literature Including a Methodological Quality Assessment. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 166 (1), 49-55.
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and Teacher Education* 26, 1059-1069.
- Soyer, F. & Can, Y. (2003). “Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Alışkanlıkları ve Sportif Eğilimlerinin Mesleki Yönelişlerine Göre Karşılaştırılması”, I. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu. Ankara: Mayıs; 102-120.
- Stebbins, R.A. (2005). “Choice and Experiential Definitions of Leisure”, *Leisure Sciences*; 27(4): 349-352.
- Şenses, İ. (2009). *Trabzon Merkezde Bulunan Bazı İlköğretim Okullarında 7. Ve 8. Sınıfta Okuyan Lisanslı Sporcu Öğrenciler ile Lisanssız Öğrencilerin Okul Ders Başarılarının Karşılaştırılması*, (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi), Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şevik, Y. (2014). *İlköğretim Müdür ve Müdür Yardımcılarının Öğrencilerin Akademik Başarısını Etkileyen Faktörlere İlişkin Görüşleri İle Akademik Başarısına Katkıları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mehmet Akif Üniversitesi, Burdur.

- Tatlı, İ. (2004). *Niğde İlinde Ortaöğretimde Okuyan Lisanslı Sporcular ile Spor Yapmayanların Atılganlık, Yalnızlık, Depresyon ve Akademik Başarıları*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Niğde: Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tel, M. (2007). *Öğretim Üyelerinin Boş Zaman Etkinlikleri Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma: Doğu Anadolu Örneği*, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tel, M. (2007). *Öğretim Üyelerinin Boş Zaman Etkinlikleri Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma: Doğu Anadolu Örneği*, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- The Cyber-Journal of Sport Marketing. *Electronic Journal [online]* (1998).-April cited.
- Tolukan, E. (2010). *Niğde Özel Yetenekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi*. Yüksel Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management (5th Edition)*, London.
- Tosun, A., Demir, B., Uçkun, G. & Konak, O. (2015). Spor Aktivitelerinin Üniversite Öğrencilerinin Başarı Ve Motivasyonu İle İlişkisi. *4.Uluslararası Meslek Yüksek Okulları Sempozyumu*, Cilt 2.
- Tunçkol, M. (2001). *Selçuk Üniversitesindeki Akademik Personelin Rekreasyon Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Vong, Tze. N. (2005). "Leisure Satisfaction and Quality of Life in Macao", China. *Leisure Studies*, 24 (2), 195-207.
- Wagner, P. Schober, B. & Spiel, C. (2008). Time investment and time management: An analysis of time students spend working at home for school. *Educational Research and Evaluation*, 14(2), 139-153.
- Wang, D. B. (2004). Family background factors and mathematics success: A comparison of Chinese and US students. *International Journal of Educational Research*, 41, 40-54.

Whitley, R.L. (1999). *Those Dumb Jacks are It Again: A Comparison Of The Educational Performances of Athletes and Nonathletes in North Carolina High Schools From 1993 Through 1996*, *High School Journal*, Vol.82 (4), 223-233.

Yetiş, Ü. (2008). “*Kamu Kuruluşlarında Çalışan Devlet Memurlarının Boş Zaman Faaliyetleri Değerlendirme Alışkanlıkları (Tuğsaş Örneği)*”, *Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 10(2), 32-45.

Zelinski, E.J. (2004). *Çalışma(ma)'nın Keyfi. İşkolikler, İşsizler ve Emekliler için Bir Rehber (Çeviren:ÇolakoğluD), (1.Baskı) İstanbul: BoynerYayımları.*

Zorba, E. (2004). *Muğla Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Rekreasyon Bölümü, Herkes İçin Spor. Yayın Evi: Morpa Yayınevi*



## EK-2 Boş Zaman Tutum Ölçeği

### BOŞ ZAMAN TUTUM ÖLÇEĞİ

Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	2	3	4	5					
Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak zamanı akıllıca kullanmaktır									
Boş zaman aktiviteleri bireyler ve toplum için faydalıdır									
İnsanlar çoğunlukla arkadaşlık ilişkilerini boş zamanlarında geliştirirler									
Boş zaman aktiviteleri sağlığa katkı sağlar									
Boş zaman aktiviteleri mutluluğu artırır									
Boş zaman çalışma verimini artırır									
Boş zaman aktiviteleri enerjiyi yenilemeye yardımcı olur									
Boş zaman aktiviteleri kişisel gelişim için bir araç olabilir									
Boş zaman aktiviteleri bireylerin rahatlamasına yardımcı olur									
İnsanlar boş zaman aktivitelerine ihtiyaç duyar									
Boş zaman aktiviteleri sosyal ilişkiler için iyi bir fırsattır									
Boş zaman aktiviteleri önemlidir									
Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olduğumda zaman çok çabuk geçiyor									
Boş zaman aktivitelerim bana keyif veriyor									
Boş zaman aktivitelerime değer veririm									
Boş zamanım boyunca kendim olabiliyorum									
Boş zaman aktivitelerim bana zevkli deneyimler sağlar									
Boş zamanım benim için iyi olduğunu hissediyorum									
Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmaktan hoşlanıyorum									
Boş zaman aktivitelerim canlandırıcıdır									
Boş zaman aktiviteleri ile sık sık meşgul olmanın uygun olduğunu düşünüyorum									
Boş zaman aktiviteleri için harcadığım zamanın boşa geçmediğini hissediyorum									
Boş zaman aktivitelerinden hoşlanıyorum									
Boş zaman aktiviteleri dikkatimin tamamını alıyor									
Boş zaman aktivitelerine sık sık katılırım									
İmkânım olsa bu boş zaman aktiviteleri için harcadığım zaman miktarını artırırdım									
Gelir durumum müsaade ettiği ölçüde boş zaman aktivitelerimde kullanmak üzere araç-gereç satın alırım									
Zamanın ve param yetse daha yeni boş zaman aktivitelerine katılırım									
Boş zaman aktivitelerimde daha yeterli olabilmek için önemli derecede zaman ve efor harcarım									
Seçme şansım olsa boş zaman ihtiyaçlarını karşılayan bir şehir ya da çevrede yaşardım									
Plansız bile olsa bazı boş zaman aktivitelerine katılırım									
Boş zaman aktivitelerini daha iyi yapabilmek için bir seminer ya da kursa katılabilirim									
Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak için boş zamanımın artması gerektiğini düşünüyorum									
Meşgulken bile boş zaman aktivitelerine katılırım									
Boş zaman aktivitelerine yönelik eğitim ve ön hazırlık için zaman harcayabilirim									
Diğer aktiviteler arasında boş zamanıma yüksek öncelik tanırım									

## ÖZGEÇMİŞ

**AD SOYAD:**İbrahim İhsan ARIKAN

**Doğum Yeri:** İzmir/Konak

**Doğum Tarihi:**02/02/1991

**Medeni Hali:**Bekar

## EĞİTİM BİLGİLERİ

**Lisans(2012-2016)**

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi

**Yüksek Lisans( 2016-2018)**

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi

## MESLEKİ BİLGİLER

(Rekreasyon uzmanı)

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi