

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HAREKET VE ANTRENMAN ANABİLİM DALI

**TÜRKİYE TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOL
LİGLERİNDE OYNAYAN SPORCULARIN CİDDİ BOŞ
ZAMAN ALGILARININ VE ALGILANAN SAĞLIK
ÇIKTILARININ İNCELENMESİ**

Rıza DARENDELİOĞLU

DOKTORA TEZİ

2023-ANTALYA

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HAREKET VE ANTRENMAN ANABİLİM DALI

TÜRKİYE TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOL
LİGLERİNDE OYNAYAN SPORCULARIN CİDDİ BOŞ
ZAMAN ALGILARININ VE ALGILANAN SAĞLIK
ÇIKTILARININ İNCELENMESİ

Rıza DARENDELİOĞLU

DOKTORA TEZİ

DANIŞMAN
Prof. Dr. Evren TERCAN KAAS

“Kaynakça gösterilerek tezinden yararlanılabilir”

2023-ANTALYA

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne;

Bu çalışma jürimiz tarafından Anabilim Dalı
.....Programında tezi olarak kabul
edilmiştir. .../...../.....

İmza

Tez Danışmanı:

(Ünvanı, Adı Soyadı)

(Üniversite)

Üye :

(Ünvanı, Adı Soyadı)

(Üniversite)

Üye :

(Ünvanı, Adı Soyadı)

(Üniversite)

Üye :

(Ünvanı, Adı Soyadı)

(Üniversite)

Üye :

(Ünvanı, Adı Soyadı)

(Üniversite)

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun
görölmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu'nun/...../..... tarih ve
...../..... sayılı kararıyla kabul edilmiştir.

Enstitü Müdürü

ETİK BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı beyan ederim.

Rıza DARENDELİOĞLU

İmza

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Evren TERCAN KAAS

İmza

TEŐEKKÖR

"Tez çalıřmam sűrecinde bana rehberlik eden, deęerli bilgi ve deneyimlerini paylařarak yol gűsteren saygıdeęer danıřmanım Prof. Dr. Evren Teran'a, deęerli hocalarım Prof. Abdulrahman Aktop ve Doç. Gűney etinkaya'ya en içten teőekkűrlerimi sunarım. Sizlerin űęretici yaklařımları ve űnerileri, çalıřmamı őekillendirmede bűyűk rol oynamıřtır.

Ayrıca, bu sűrete her zaman yanımda olan aileme en derin minnettarlıęımı ifade etmek isterim. Sizlerin sonsuz destekleri ve anlayıřı olmadan, bu bařarıya ulařmak műmkűn olmazdı. Sizlerin sevgisi ve gű veren sűzleri, beni her adımda ileriye tařıdı.

Hepinize teőekkűr ederim, bu çalıřma sizlerin katkılarıyla daha anlamlı hale geldi."

ÖZET

Bu çalışma, Türkiye Tekerlekli Sandalye Basketbol liglerinde oynayan bireylerin serbest zaman algılarını ve algılanan sağlık çıktılarını anlamak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Anket sonuçları, engelli sporcuların spordan elde ettikleri faydaları vurgulayarak, sporun toplumda daha geniş bir katılım ve destek görmesi için önemli bir temel oluşturacaktır.

Bu amaçla araştırmanın evreni Türkiye tekerlekli Sandalye Basketbol Süper Liginde, 1. Liginde ve 2. Liginde lisanslı olarak oynayan; 71 i kadın 248 erkek toplamda 320 sporcudan oluşmaktadır. Bu çalışmada, "Ciddi Boş Zaman Ölçeği" ve "Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği" kullanılarak değerlendirilmiştir.

Bu tez çalışmasında SPSS 20.0 istatistiksel programı kullanılarak veriler analiz edildi. İstatistiksel yöntemler olarak ortalama, standart sapma, yüzdelik sayılar ve frekans analizi kullanıldı. Ayrıca, ölçeklerin iç tutarlılığını değerlendirmek için Cronbach Alpha hesaplamaları yapıldı. Veriler normal dağılım göstermediğinden, non-parametrik testlerden Kruskal-Wallis ve Mann-Whitney U testleri kullanıldı.

Araştırma sonuçlarına göre çalışmaya katılanların çoğunluğu erkek (%73,6) ve en büyük yaş grubu %21,5 ile 25-29 yaş aralığıdır. Spor yaşına göre en yüksek orana sahip grup 9-12 yıl (%24,6) olarak belirlenmiştir. Eğitim düzeyine göre çoğunluğunun lise (%42,7) ve üniversite (%38,3) mezunu olduğu görülmüştür. Katılımcıların engel düzeyine göre dağılımı şu şekildedir: 1-1,5 (%30,8), 2-2,5 (%29,9), 3-3,5 (%17,4) ve 4-4,5 (%21,8). Lig düzeyine göre en yüksek orana sahip grup Süper Lig (%45,8) olarak görülmüştür. Katılımcıların oynadıkları lig değişkeni ile "Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği" alt boyutları arasında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Ancak "Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği" arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Katılımcıların "Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği" ve "Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği" arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Tekerlekli sandalye basketbolu, Ciddi zaman algısı, Algılanan sağlık çıktıları.

ABSTRACT

This study was conducted to understand the leisure perceptions and perceived health outcomes of individuals playing in the Turkish Wheelchair Basketball Leagues. The survey results will highlight the benefits disabled athletes gain from sports, laying a crucial foundation for wider participation and support for sports within society.

The study population consists of 320 licensed athletes, including 71 females and 248 males, who play in the Turkish Wheelchair Basketball Super League, First League, and Second League. The "Serious Leisure Scale" and "Recreational Health Outcomes Scale" were used for evaluation in this study.

In this thesis study, data were analyzed using SPSS 20.0 statistical software. Statistical methods such as mean, standard deviation, percentages, and frequency analysis were used. Additionally, Cronbach's alpha calculations were performed to assess the internal consistency of the scales. As the data did not follow a normal distribution, non-parametric tests including Kruskal-Wallis and Mann-Whitney U tests were used for analysis.

According to the research results, the majority of the participants in the study were male (73.6%), and the largest age group was in the range of 25-29 years, accounting for 21.5% of the participants. The distribution of participants based on their disability levels is as follows: 1-1.5 (30.8%), 2-2.5 (29.9%), 3-3.5 (17.4%), and 4-4.5 (21.8%). According to the research, the highest representation based on the league level is in the Super League (45.8%). Significant differences were found between the "Serious Leisure Scale" sub-dimensions and the variable of the league level. However, no significant difference was observed between the "Recreational Health Outcomes Scale" and the league level. Moreover, a significant relationship was found between the "Serious Leisure Scale" and the "Perceived Health Outcomes Scale" among the participants.

Key words: wheelchair basketball, serious time, health outcomes

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
ABSTRACT	ii
İÇİNDEKİLER	iii
TABLolar DİZİNİ	v
SİMGELER ve KISALTMALAR	vii
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	6
2.1. Engelliliğin Tanımı ve Kavramı	6
2.1.1. Engel- maluliyet (Handicap)	7
2.1.2. Bozukluk-noksanlık (Impairment)	7
2.1.3. Özürlük – sakatlık (Disability)	8
2.1.4. Sosyo-Ekonomik Yönden Engelli Kavramı	8
2.1.5. Engellilerin Sınıflandırılması	8
2.1.6. Bedensel Engelle Yol Açan Durumlar	9
2.1.7. Bedensel Engellilerin Sınıflandırılması	11
2.1.8. Bedensel Engellilerde Spor	12
2.1.9. Engelliler İçin Spor ve Faydaları	14
2.1.10. Sporun Engelliler İçin Önemi	16
2.1.11. Psikolojik ve sosyal faydaları	17
2.1.12. Bedensel Engelli Spor Branşları	18
2.1.13. Tekerlekli Sandalye Basketbolu	19
2.1.14. Sportif Müsabakalarda Bedensel Engellilerin Sınıflandırılması	21
2.1.15. Tekerlekli Sandalye Basketbol Sınıflandırılması	21
2.2. Boş Zaman Ve Ciddi Boş Zaman Kavramı	27
2.2.1. Boş Zaman Kavramı	27
2.2.2. Boş Zaman Aktivitelerinin Sınıflandırılması	34
2.2.3. Ciddi Boş Zaman	37
2.2.4. Ciddi Boş Zaman (Serious Leisure) Perspektifi	38
2.2.5. Ciddi Boş Zamanın Ayırt Edici Özellikleri	42
2.2.6. Ciddi Boş Zaman Teorisi	45
2.2.7. Ciddi Boş Zamanın Nitelikleri	47
2.2.8. Ciddi Boş Zaman Katılımcılarının Sınıflandırılması	51
	iii

2.2.9. Ciddi Boş Zaman Aktivitelerinin Yararları	55
2.3. Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları	57
2.3.1. Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktılarının Alt Boyutları	60
2.3.2. Sağlık Tutumu	61
2.3.3. Algılanan Sağlık	61
2.3.4. Sağlık İnancı	62
2.3.5. Sağlık İnanç Modeli	62
2.3.6. Rekreasyonel Faaliyetler ve Sağlık İlişkisi	64
3. GEREÇ ve YÖNTEM	66
3.1. Araştırmanın Hedef Kitlesi ve Örneklem Yöntemi	66
3.2. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları	66
3.3. Araştırmanın Veri Toplama Araçları	66
3.4. Katılımcı Bilgi Formu	66
3.5. Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği (CKBZ)	67
3.6. Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği (RASÇÖ)	68
3.7. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi	68
4. BULGULAR	70
5. TARTIŞMA	86
6. SONUÇ ve ÖNERİLER	103
KAYNAKLAR	109
ÖZGEÇMİŞ	

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları	70
Tablo 4.2. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) ve Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (Resçö) nün Demografik Faktörler İle Standart Sapma Ve Ortalaması	71
Tablo 4.3. Katılımcılarda Yaşa Göre Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	72
Tablo 4.4. Katılımcılarda Yaşa Göre Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	73
Tablo 4.5. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının 15-19 ile 30-34 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırması	74
Tablo 4.6. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) ve Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutlarının 20-24 İle 40-44 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması	74
Tablo 4.7. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının 25-29 İle 35-39 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması	75
Tablo 4.8. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutların 25-29 İle 40-44 Yaş değişkene göre karşılaştırılması	75
Tablo 4.9. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının 30-34 İle 35-39 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması	75

Tablo 4.10. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının 30-34 İle 40-44 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması	76
Tablo 4.11. Katılımcıların Spor Yaşına Göre Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutları nın Karşılaştırılması	77
Tablo 4.12. Katılımcıların Spor Yaşı İle Rekreasyon Da Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutları Kruskla Wallis Test Sonuçları.	78
Tablo 4.13. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre ile CBZ Ölçeği Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	79
Tablo 4.14. Katılımcıların Cinsiyetine Göre Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	80
Tablo 4.15. Katılımcıların Oynadıkları Lig Düzeyine Göre Ciddi Boş Zaman Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	80
Tablo 4.16. Oynalanan Lig İle Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutları Kruskla Wallis Sonuçları	81
Tablo 4.17. Süper Lig İle 1. Ligde Oynayan Sporcular arasında Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	81
Tablo 4.18. Süper Lig İle 2. Ligde Oynayanlar Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	82
Tablo 4.19. 1. Lig ve 2. Ligde Oynayan Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	83
Tablo 4.20. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) Ve Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (Resçö) Arasındaki İlişki	84

SİMGELER ve KISALTMALAR

BM	: Birleşmiş Milleler
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütünü
TS	: Tekerlekli Sandalye
TSB	: Tekerlekli Sandalye Basketbolu
IWBF	: Uluslar arası Tekerlekli Sandalye Basketbol Federasyonu
TDK	: Türk Dil Kurumu
CBZ	: Ciddi Boş Zaman
P-A-P	: Profesyonel-Amatör-Halk
RESÇÖ	: Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği

1. GİRİŞ

Bireyler, günlük yaşamlarında sürekli olarak iş stresi, ailevi sorunlar, iletişim zorlukları, çevresel kirlilik gibi birçok olumsuz etkene maruz kalırlar. Bu etkenler, hem fiziksel hem de psikolojik iyilik hallerini olumsuz etkilerken, sosyal ilişkilerini de negatif yönde etkileyebilir. İnsanlar, bu olumsuz etkilerden kurtulup kendilerini iyi hissetmek ve denge sağlamak için çeşitli aktiviteler yapma ihtiyacı duyarlar. Bugünün koşullarında, bireylerin olumsuz duygularla baş etmeleri ve genel refahlarını artırmaları için faaliyetlere yönelmeleri gereklidir. Bu faaliyetler, spor, sanat, müzik, doğa ile temas gibi çeşitli alanları kapsayabilir. Bu yollarla insanlar, ruhsal ve sosyal iyilik hallerini güçlendirerek, olumsuz etkenlerin etkilerini azaltabilirler. Dolayısıyla, yaşam kalitelerini yükseltmek ve iyi hissetmek adına yapılan bu faaliyetler günümüzde birer gereksinim haline gelmiştir (YURCU 2017).

Bireylerin modern hayatın getirdiği zorluklarla başa çıkmak için kullandıkları rekreasyon, onları olumsuz etkileyen faktörlerden uzaklaştırarak fiziksel, zihinsel ve sosyal iyilik hallerini arttıran faaliyetlerden oluşur. Rekreasyon, bireylerin yaşam kalitesini iyileştiren ve ruh hallerini pozitif yönde etkileyen bir ihtiyaç haline gelmiştir. Günümüzde iş yoğunluğu, aile sorunları, iletişim zorlukları, çevre kirliliği gibi çevresel negatif etkenler, bireylerin içsel denge ve refahını olumsuz etkilemektedir. Bu nedenle, bireyler olumsuz duygulanımlardan kurtulmak ve iyi hissetmek için rekreasyonel faaliyetlere yönelmektedirler. Bu faaliyetler, bireylerin kendilerini ifade etme, stresi azaltma, yeni deneyimler kazanma, sosyal ilişkiler kurma ve keyifli vakit geçirme gibi faydalar sunmaktadır. Rekreasyon, bireylerin ruh sağlığını desteklerken aynı zamanda toplumsal bağları güçlendirerek toplumun genel refahına da katkıda bulunmaktadır. Bu nedenle, rekreasyonel faaliyetlere katılım, bireylerin iyilik hallerini koruma ve artırma amacıyla giderek önem kazanmaktadır (Orel and Yavuz 2003).

Son yıllarda iş yoğunluğundaki azalma, bireylerin serbest zamanlarında artışa neden olmuştur. Ancak, bu artışın fiziksel aktivite düzeylerindeki düşüş sağlık açısından önemli sonuçlar doğurabilir (Ding, Rogers et al. 2015). Günümüz kentlerinde rekreasyonel etkinliklere katılım sınırlılıklar ve engellerle karşılaşmaktadır, bu da hareket ve fiziksel aktivitenin az olduğu yaşam koşullarıyla ilişkilendirilebilir (Demirel and Harmandar 2009). Çalışma koşullarındaki değişiklikler, bireylerin enerji

harcamalarının azaldığını göstermektedir (James 1995). Serbest zamanın etkin bir şekilde değerlendirilmesi, modern dünyada bir sorun haline gelmiştir (Applebaum 1997). Serbest zamanın, stresli iş ilişkilerinden uzaklaşarak yenilenme ve keyifli aktivitelere odaklanma fırsatı sunduğu bilinmektedir. Aynı zamanda, yüz yüze insan ilişkilerinin teşvik edilmesi ve dijital dünyadan uzaklaşılması, bireylerin topluma daha aktif katılımını sağlayabilir (ÇELİK 2018).

Serbest zaman artık sadece bir zaman dilimi değil, aynı zamanda bireylerin hayatlarının temel bir unsuru olarak kabul edilmektedir (Broadhurst, 2001). Veblen'in (2015) perspektifine göre serbest zaman, tembellikle ilişkilendirilmemeli; tam tersine bir etkinlik veya aktivite gerektiren bir kavramdır. Serbest zaman kavramı, Parr ve Lashua'nın (2004) belirttiği gibi, bireylerin memnuniyet, motivasyon, duygusal durumlar ve tutumlar gibi farklı boyutları içerebilecek çok yönlü bir anlam taşımaktadır. Bu nedenle, Gürbüz ve Henderson'ın (2013) çalışmalarında vurgulandığı gibi, serbest zamanın tanımlanması ve algılanması kişiden kişiye değişebilen ve incelenmeye değer bir konudur (Elçi, Doğan et al. 2019).

İleri teknolojiyle birlikte, insanların serbest zamanlarındaki çeşitlilik ve seçenekler önemli ölçüde artmıştır (Roberts 2018). Bu gelişmeler, insanları günlük rutinlerden uzaklaştırarak, eğlence, keyif ve ödüllendirici deneyimler sunan bir serbest zaman ortamı yaratmıştır (Merelas-Iglesias and Sánchez-Bello 2019). Park ve Kim (2008) çalışmasında ortaya konulan bulgular, serbest zamanın fiziksel, sosyal, duygusal ve psikolojik gereksinimlerin karşılandığı bir platform olduğunu vurgulamaktadır. Uluslararası İşlevsellik, Engellilik ve Sağlık Sınıflandırmasına göre, serbest zaman katılımı tüm insanlar için önemli bir bileşen olarak kabul edilmekte ve çeşitli faydalar sunmaktadır (Gürkan, DOĞAN et al. 2019).

Serbest zaman etkinlikleri genellikle bireylerin katıldığı aktiviteler sonucunda ortaya çıkan olumlu sağlık ve esenlik durumlarıyla ilişkilendirilir (Yamashita, Bardo et al. 2018). Son dönemde, bireylerin serbest zamanlarında ve fiziksel etkinliklere katılımlarının artması, obezite, hastalık ve erken ölüm risklerini azaltmada etkili olmuş ve aynı zamanda aerobik kapasitelerini ve özsayıgılarını yükselterek sağlıklı bir yaşam tarzını desteklemiştir (Rojek 2005). Bireylerin Boş zaman etkinliklerine katılmalarının neticesinde, genellikle sağlık algıları bireysel olarak çeşitlilik gösterir

ve bu etkinliklere katılmalarının amacı sağlık durumlarını iyileştirmek, olumsuz durumları önlemek ve psikolojik deneyimlerini geliştirmektir.

gebelik öncesi, doğum anı ve doğum sonrası aşamalarda meydana gelen kemik yapısı (kemik), kas ve sinir sistemi bozuklukları, bedensel özürlü bireylerin günlük yaşamlarında ihtiyaçlarını karşılamada zorluk yaşamalarına neden olan ve fiziksel yeteneklerini farklı seviyelerde kaybetmelerine yol açan durumlardır.. Bu durumlar bedensel özür olarak adlandırılır (Öğretim and Mü-dürlüğü 2008). Bu bireyler, korunma, tedavi, rehberlik ve yardım hizmetlerine olan ihtiyaçları sebebiyle desteklenmeye gereksinim duyarlar. Bu hizmetler, onların günlük yaşam aktivitelerini kolaylaştırmak, bağımsızlık düzeylerini artırmak ve toplum içinde tam katılımlarını sağlamak amacıyla sunulmaktadır. Gebelik öncesi, doğum anı veya doğum sonrasında bu durumlar meydana gelen çeşitli sebeplere bağlı olarak bedensel sınırlamalar ortaya çıkabilir. Bu yetersizlikler akut veya kronik olabilir, nöbetler halinde veya ilerleyici bir şekilde gelişebilir. Özür dilerim, yanlış anlamışım. İstedığınız gibi farklı kelimelerle bir cümle oluşturayım: Bu bireylerde ayrıca, diğer sağlık sorunları, bilişsel kısıtlamalar, algısal ve hareketle ilgili sorunlar veya özel yetenekler de görülebilir. Bu sebeple, bu bireylerin eğitimi için farklı disiplinler arasında işbirliği gereklidir (Yaşar 2017).

Engelli bireylerin toplumsal yaşama tam katılımı o ülkenin gelişmişlik düzeyinin göstergesidir. Eğitim ve çalışma dışı zamanlarında rekreatif faaliyetlere katılımları özellikle sporla uğraşmaları toplam nüfusunun % 10 -14 ünü oluşturan engellilerin hayata daha sıkı bağlanmalarına sebep olmaktadır. Bir iş başarma arzusunun verdiği haz, normal insanlara göre engellilerde daha fazla etki yapmaktadır (Akdura 2007). Engelli bireyler için ise spor, birbirlerini anlamalarını sağlayan, özgüvenlerini artırarak hayata bağlanmalarına olanak tanıyan ve insanlarla etkileşimlerini geliştiren önemli bir araç olarak görülür. Spor, engellilik durumu ne olursa olsun herkesin katılımına açık olduğu için engelli bireylerin toplumda eşit bir şekilde yer almasını destekler ve engelleri aşmalarına yardımcı olur (Gür 2001).

Bedensel engelli bireyler, özellikle ortopedik eksikliklerden kaynaklanan ve kalıcı bir rahatsızlık yaşayan kişileri içermektedir. Ortopedik yetersizlik, sinir sisteminin etkilenmesiyle veya kazalar, hastalıklar sonucu kas, iskelet ve eklem fonksiyonlarının bozulmasıyla ortaya çıkabilir. Bu durumlar, bedensel engelli bireylerin günlük yaşam

aktivitelerini sınırlayabilir ve özel bir bakım gerektirebilir. Kalıcı rahatsızlıklar, bireylerin sürekli olarak tıbbi tedavi ve bakım ihtiyacı duymaları anlamına gelir. Bu durum, engelli bireylerin yaşamlarının bir parçası haline gelir ve onları desteklemek için uygun sağlık hizmetlerine ve rehabilitasyon programlarına ihtiyaç duyulur (Özyürek 1998).

Engelli bireyler için spor, sadece sportif etkinliklere katılmaları anlamına gelmez; aynı zamanda karakter gelişimi ve özgüven duygusunu artırarak toplumla uyumlu bir yaşam sürmelerine büyük rahatlatma sağlar. Spor etkinlikleri, engelli bireylerde fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimlerini destekleyici ve iyileştirici etkileri nedeniyle rehabilitasyon ve tedavi amacıyla kullanılmaktadır.. Spor, engelli bireylerin güçlü yanlarını keşfetmelerine ve potansiyellerini ortaya çıkarmalarına yardımcı olurken, aynı zamanda sosyal etkileşimlerini artırarak toplumsal çevreye entegre olmalarını destekler. Engelli sporcular, kendi yeteneklerini sergileyerek toplumda pozitif bir etki yaratabilir ve engelleri aşarak ilham kaynağı olabilirler (Aile and Müdürlüğü 2007).

Son yıllarda, engelli bireylerin topluma entegrasyonu, sosyal etkileşimleri ve rehabilitasyon amaçlı olarak sporla tanışmaları Türkiye'de hızla yayılmaktadır. Bu doğal bir sonuç olarak, 46 bedensel engelli sporcu, Rio Paralimpik Oyunları'na katılma başarısı göstermiştir. Sporun rehabilitasyon amacıyla başladığı engelli insanlar artık Olimpiyat seviyesinde olağanüstü başarı sergileyen sporcular haline almışlardır. Bu hızlı ilerleme, özürlü bireylerin sosyal hayat kalitesini iyileştirmektedir. Ancak yurdumuzdaki özürlü kişiler göz önüne alındığında, engelliler ve spor alanında yapılan bilimsel çalışmaların oldukça kısıtlı olduğu gözlenmektedir (Kahvecioğlu 2019).

Tekerlekli sandalye basketbolu, ülkemizde önem kazanan ,ülkemizde son zamanlarda yatırım yapılan ve her geçen gün fazlalaşarak ilgi duyulan bir spor branşıdır. Yapmış olduğumuz bu çalışmada, ciddi boş zaman algılarının ve buna bağlı olarak algılana sağlık çıktıları açısından tekerlekli sandalye basketbolu sporuna katılan engelli bireylerin incelenmesi yapılmıştır.

Yapmış olduğumuz bu çalışma, engelli bireylerin boş zaman algıları ve algılanan sağlık çıktılarının tekerlekli sandalye basketboluna katılımı üzerindeki etkisini anlamak için önemli bir adım olacaktır. Ayrıca, bu çalışma hem tekerlekli sandalye

basketboluna hem de diğ er engelli spor branşlarına ilgi duyan bireyler için bir kaynak teşkil ederek daha geniş bir perspektif sunacaktır.

Literatürdeki bulgulara dayanarak,, engelli bireyler hem boş zaman algısı hem de algıladıkları sağlık çıktılarını üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların sayısının sınırlı olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle; Araştırma kapsamında, tekerlekli sandalye basketbolu ile ilgilenen bir katılımcı grubu seçilmiş ve bu grubun boş zaman algıları ve algılanan sağlık çıktılarını inceleyen bir anket çalışması gerçekleştirilmiştir olan ölçeklerden faydalananarak, ulusal ve uluslar arası literatüre önemli bir katkı sağlanması hedeflenmiştir.



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Engelliliğin Tanımı ve Kavramı

Engelli tanımı üzerine bir kavram karışıklığı algılanmaktadır. Engelli kavramı büyük çoğunlukla sakat, özürlü, yetersiz e benzer sözcüklerle anılmaktadır. Ülkemizde değişik dönemlerde ve farklı durumlarda yayımlanan çeşitli tüzük, kanun, yönetmelikler ve belirli kaynaklarda ise “sakat” tarifi olarak söz edilmektedir. yurdumuzda 1981 yılında oluşturulan “Sakatları Koruma Milli Koordinasyon Kurulu” akademik çalışmalar gerçekleştirerek sakatı bu biçimde tarif etmiştir: “fiziksel, bilişsel, duysal ve toplumsal niteliklerinde belli bir düzeyde işlev hasar gören doku eksikliği yada rahatsızlığı sonucunda günlük yaşam aktivitelerini yerine getirmede kısıtlılık yaşayan bireye “sakat”; özgülenme haline de “sakatlık” kullanılmaktadır” (Usta 1992).

Engellinin tarifi ile ilgili olarak türlü bakış tarafından ötürü bir kavram karışıklığı algılanmaktadır. gerçekte engelli kavramı çok daha makro bir çalışma çevresini kapsamaktadır. Bunun sebebi engellilik kavramı; ara sıra sakat, ara sıra engelli ve kimileyin de yetersizlik e benzer türlü sözcüklerle açıklanmaktadır. Bu sebeple engelli kavramını tarif etmenin basit olmadığı ve sadece bir tek açıklama yada tarifle ile açıklamak yanlış olacaktır. Fiziksel bir mahrumiyet veya noksanlığın olabileceği gibi bununla beraber toplumsal, kültürel, iktisadi, ruhsal ya da farklı bir nedene bağlı olarak da ortaya çıkabilir (Dalbay 2009).

BM Genel Kurulu'nun İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi'ne ilave olarak, 3447 sayılı Engelli Bireylerin Hakları Bildirisi'nin ilk maddesine göre, sakatlık, "normal bir bireyin genetik veya sonradan oluşan herhangi bir eksiklik sonucunda, kişisel veya sosyal hayatında kendi başına yapması gereken görevleri, bedensel veya zihinsel becerilerindeki kısıtlılık nedeniyle gerçekleştiremeyen bireyler" olarak tanımlanmaktadır (Başkanlığı 1999).

Kanun 16.01.1987 tarih ve 19402 sayılı Resmi Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe giren "engellilerin istihdamı" hakkındaki tüzükte 06.01.1997 tarihinde yapılan değişiklikle çalışma kapasitesini kısmen kaybeden bireyler için "bedensel, zihinsel ve

ruhsal engeller nedeniyle çalışma gücünün en az % 40'ından yoksun olanlar" engelli olarak kabul edilmiştir (Başkanlığı 1999).

Engellilik: Engellilik, kişilerin dünyaya gelişinden başlayarak yada dünyaya gelişinden sonraki dönemde oluşan bir hastalık veya kaza neticesinde yalnız başına yapması İcap eden faaliyetlerdeki eksikliği ve kısıtlılığı anlatır. Bu durumlar sebebiyle yürüme, görme, işitme ve konuşma gibi hareketlerdeki güçlüğü meydana çıkmasıdır. Daha önce belirttiğimiz gibi Engellilik kavramının birden fazla tarifi yapılmaktadır. Bu tariflerden en fazla bilinen ve literatürde açıklanan tanım Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) tanımlamasıdır. Dünya Sağlık Örgütü engelliliği, Bozukluk veya Yetersizlik (İmpairment), Özür (Disability), Engel (Handicap) olmak üzere üçe ayırmıştır (Yıldız 2018).

2.1.1. Engel- maluliyet (Handicap)

“Sağlık alanında 'maluliyet', bir eksiklik veya sakatlık sonucunda, bireyin yaşına, cinsiyetine, sosyal ve kültürel durumuna bağlı olarak normal kabul edilebilecek bir faaliyeti gerçekleştirme yeteneğini engelleyen ve kısıtlayan dezavantajlı bir durumu ifade eder.”

Herhangi bir eksiklik yada kusur nedeniyle kişilerin toplumsal, tradisyonel, kültürel gibi etmenlere tutturulmuş olan kişilerin başka kişilere kıyasla belirlenen vücudu oynatma veya kımıldatmasını önleyen vaziyetler olarak açıklanmaktadır. özetle açıklamak gerekirse, kişilerin bozukluktan yada eksiklikten meydana gelen olağan hayatındaki yapa bilmesi gereken vaziyetleri getirememesidir (Organization 1980).

2.1.2. Bozukluk-noksanlık (İmpairment)

"Sağlık perspektifinden 'yetersizlik veya noksanlık', psikolojik, anatomik veya fiziksel özelliklerdeki ve işlevlerdeki bir kusuru veya dengesizliği ifade eder."

Bozukluk bununla birlikte eksiklik olarak da isimlendirilmektedir. Bozukluk kişide sürekli veya kalıcı olmayan bir hal olmamakla beraber kişinin beden işlevlerindeki, beden yapısındaki ve duygusal halindeki yaşamış olduğu noksanlıktır (Organization 1980).

2.1.3. Özü – sakatlık (Disability)

"Sağlık alanında, 'mobilité sınırlılığı' bir noksanlık sonucunda normal bir bireye göre bir işi yapabilme yeteneğinin kaybedilmesi ve kısıtlanması durumunu ifade eder." Kişilerin belirli olmayan bir nedenden ötürü gündelik hayatta yapması gereken halleri bazı bakımdan yada hiç yapılamaması olarak açıklanır (Organization 1980). Birleşmiş Milletlere tarafından engelli nosyonu, “diğer bireylerle eşit koşullar altında topluma tam ve etkin bir şekilde katılımlarının önünde engel teşkil eden uzun süreli fiziksel, zihinsel, düşünsel ya da algısal bozukluğu bulunan kişileri içermektedir” olarak açıklanmaktadır (Milletler 2009).

2.1.4. Sosyo-Ekonomik Yönden Engelli Kavramı

Engellilik paradigması sadece engelli bireyleri bağlamaz. Eksiksiz olarak toplumun genel problemidir. yaradılıştan veya daha sonra bilinmeyen bir rahatsızlık ya da kaza neticesinde fiziksel, ruhsal ve sosyal becerilerini değişik seviyede yitirmiş, olağan yaşamın gereksinimlerine uyamayan kişilerin yaşamlarını idame ettirebilmek için handikabı olmayan bireylerin oldukça çok taraftan yardımına gereksinimleri vardır. değişik sebeplerden ötürü engelli haline gelmiş bireylerin hayat kavgası aynı zamanda engelli olmayan bireylerle de ilgilidir (Başkanlığı and Başkanlığı 2004).

Engelli bir birey toplumsal ortamda çoğunlukla başka engellerle de karşılaşabilir. Okulda, sokakta, spor sahalarında... Bunlarla beraber engel bir toplumsal problem olması nedeniyle çevrenin de bir problemi vaziyetine gelmiştir (Özsoy, Özyürek et al. 2002).

Engelliler değişik sebeplerden dolayı öncelikle kamu kurumları gibi sivil toplum kuruluşları ve toplumsal çevrenin maddi yardıma gereksinim duymaktadır. toplumsal desteklerin amacı, tüm bölge popülasyonunu kapsayacak şekilde, gelirden daimi bir biçimde yoksun olan bireylere asgari bir kazanç temin etmektir. Engellilerin mühim bir kısmının iş hayatına kazanılmasını sağlamak kolay bir şey olmadığı için, bilhassa çalışamayan, başka bir söyleyişle erk olamamış yada bireysel koşullarına münasip bir yetenek veya meslek durumu sağlanamayan engellilere destek olunması icap etmektedir (Seyyar 2001).

2.1.5. Engellilerin Sınıflandırılması

Engelli kişilerin sınıflandırılması çoğunlukla dört bölüme incelenmiştir. Bu bölümler;

- 1-Görme Engelli
- 2-İşitme Engelli
- 3- Zihinsel Engelli
- 4-Bedensel Engellidir.

Devamlı işlev kaybına sebep olan organ eksikliği veya bozukluğuna bağlı olarak engellilerin kategorize edilmesi;

- a)- Görsel kısıtlılığı olan bireyler,
- b)- İşitsel ve iletişimsel kısıtlılığı olan bireyler.
- c)- Hareket kısıtlılığı olan bireyler,
- d)- Bilişsel kısıtlılığı olan bireyler,
- e)- Kronik hastalığı olanlar,
- f)- Çoklu engeli olanlar (Gander, Gardiner et al. 1993)

2.1.6. Bedensel Engele Yol Açan Durumlar

Bedensel engeli olan bireyler, ortopedik noksanlıklardan tesir gören ve Kronik rahatsızlığı olan kişileri içermektedir. Ortopedik noksanlık iki seviyeden oluşmaktadır: Birincisi: beyin ve omurilikte hücrelerinin zarar görmesi; diğeri de hastalıklar veya yaralanmalar nedeniyle vücut fonksiyonlarının ve eklemlerin görevlerini yapamaması halidir. Sürekli rahatsızlık durumu ise; kişinin tıbbi probleminin ve tedavisinin devamlı ve kalıcı olması durumudur (Özyürek 1998).

Doğum Öncesi Sebepler:

Bireyin doğduğu andan beri var olan ortopedik engellerin esasında da; “doğuştan kalça çıkıklığı, çarpık ayak, kol, bacak noksanlıkları, yapışıklıklar parmak kusurları, omurga, sırt ve bel zinciri kusurları, felçler, kürek, köprücük kemiği” hastalıklarına rastlanmaktadır (Usta 1992). Annenin gebelik döneminin ilk 3 ay süresince kızamıkçık, (Rubella) ve yüksek ateşli hastalık yaşaması bebeğin ortopedik engelli bir birey olmasına neden olabilir (Gonca).

Doğum öncesi sebepler annede gebeliğin başlaması ile doğum anına kadarki süreci kapsamaktadır. Annenin yaşı, yaşadığı kazalar, beslenme düzeni, gebelikte kullanılan ilaçlar, alkol sigara ve uyuşturucu gibi zararlı alışkanlıklar, ebeveyn de teşekkül eden kan gruplarındaki uyumsuzluk, hamilelik süresince annede göze çarpan duygu durum

bozukluğu, bir şekilde görülen metabolizmada ki bozukluklar, yaratılıştan ortopedik sakatlıklar olmasına sebep olmaktadır (Çağlar 1976).

Doğuştan uzuv eksikliğine sebep olan kısmen ya da tamamen el, bacak, ayak, kol, ve parmağa benzer organların Meydana gelmediği hallerde görülür. Nedeni ise genellikle annenin hamileliğinin ilk üç ayında kullanmaması gereken sakıncalı ilaçları içmesidir (YANLIÇ 2011).

Doğum öncesi rahatsızlıklardan birisi de çarpık ayak sendromu dur her iki topuğun yada sadece bir topuğun bükülmüş şekilde içe çevrilmiş bir biçimde görülmesidir. Esnek ,sert biçim bozukluğu meydana gelmesi gibi iki çeşidi mevcuttur. Esnek olarak tanımlanan çarpık ayak, bireyin hemen doğumundan hemen sonra belirli bir süre fizik tedavi uygulamaları ve alçı ile iyileşir. Çarpık ayakta ise ayağın etrafında olan kasların güç dengesizliği, beyin ve sinir sistemini tutan bu sisteme bağlılığından meydana gelmektedir (YANLIÇ 2011). Çok sık görülmeyen bedensel engellerden birisi de cücelik tir. Bebeğin normal olarak görülen boyun değerlerinin düzeyine erişememesi veya boy kısalığı ile birlikte bedenin kısımlarının oranlarının farklı olmasıdır. cüceliğe sebep olan ana neden, uzun kemiklerin büyüme kıkırdağındaki deformasyonlardır (YANLIÇ 2011).

Doğum Sırasındaki Sebepler:

Doğum anında meydana gelen nedenler de ise; doğum sırasında bebeğin kordonunun boyna dolanması oksijensiz kalması, gebelik esnasında zehirlenme, vakumlu doğumlar, bebeğin doğum esnasında beyin çeşitli sebeplerden dolayı beyin kanaması geçirmesi ve beyin özüne bağlı felçlerin doğum sırasındaki sebepler olarak görülmektedir.

Bireyin dünyaya gelme sürecinde kolunda var olan sinirlerin herhangi bir sebepten dolayı zarar görmesi sonucu meydana gelen bir durumdur. Etkiye uğrayan uzuv felç geçirebileceği gibi kola bağlı olan el ve omuz gibi organların etrafındaki kaslarda güç kaybı da görülebilir. bunun nedeni ise çocuğun dünyaya gelme esnasında anne karnında ters durması, çocuğun aşırı kilolu olması nedeniyle zor gerçekleşen doğumlarda yapılan hareketlerdir (YANLIÇ 2011).

Doğumdan Sonraki Sebepler:

Doğum sonrası sebeplere baktığımızda bebeğin prematüre dünyaya gelmesi, doğum sonrasında kuvözde aşırı oksijene maruz kalması, bebeğin geçirdiği ateşli rahatsızlıklar, ev, iş ve trafik kazaları, doğum esnasında bebeğin enfeksiyon kapması veya geçirmiş oldukları kafa travmaları, zehirlenmeler (besin ve karbonmonoksit) çocuk felci, , menenjit gibi haller neticesinde bedensel engelli olmaktadır.

Bireylerin doğum sonrasında ortopedik engelli olmalarına yol açan sebepler, travmalar, afetler ve sağlık sorunları gibi farklı kategorilere ayrılabilir.

I. Kazalar: Trafikte yaşanan kazalar, iş yerinde meydana gelen kazalar, oyun oynanırken meydana gelen kazalar, ev içerisinde meydana gelen kazalar

II. Doğal afetler sonucu meydana gelen yaralanmalar: Deprem, sel, yangın, toprak kayması,

III. Sağlık sorunlarına örnek olarak inme, inflamasyonlar, romatizma, solunum sistemi, kardiyovasküler hastalıklar ve gelişim anomalileri gösterilebilir (Kahvecioğlu 2019).

Kalça eklemine gerektiği kadar gelişmemesi sebebiyle doğum gerçekleştikten sonra, doğum esnasında veya gebelik süresince görülen bir durumdur. Daha çok kız çocuklarında görülmektedir. En önemli sebeplerinden biriside çocukların kundaklanmasıdır (YANLIÇ 2011).

2.1.7. Bedensel Engellilerin Sınıflandırılması

Bedensel Engelli bireylerin sınıflara ayrılması, bedensel engelliliğin sınıflamalarını 3'e ayırabiliriz; meydana geliş şekline göre, var olan engelin derecesine bakılarak ve spor ile ilgili yarışmalar olmak üzere.

Bedensel engelliliğin meydana geliş şekline göre yapılan sınıflandırma, iki farklı gruba ayrılmaktadır: nörolojik kökenli bedensel engellilik ve iskelet-musküler sistemin zedelenmesi sonucu oluşan bedensel engellilik. (Federation 2014, Karakuş 2021)

Merkezi Sinir Sisteminin Zedelenmesi Sonucu Oluşan Bedensel Engellilik Sınıflandırma: Serebral palsi (0-5 yaş çocukların beyinde oluşan hasarlar sonucu

hareket ve kas sisteminin bozulması), Çocuk felci (polio) dış çevreden sirayet eden bu virüsün, sirayet ettiği bireyin yürüyüş yapmakta ve ayakta kalma veya durabilme güçlükler yaşaması, konvülsiyon rahatsızlıklar beyin ve omurilik sinirlerin kontrol dışı biçimde deşarj veya şarj durumuna geçmesi neticesinde kasların bir bölümü hatta bütününe kasılması işlemi olarak ayrılmaktadır (Ergun, Bayramlar et al. 2013, Federation 2014, Council 2016, Güzel and Kafa 2016).

Kas-İskelet Sisteminin Zedelenmesi Sonucu Ortaya Çıkan Bedensel Engellilik Sınıflandırma: bireyin kalça bölgesindeki bir kemiğin çıkmış olması veya bebeklik periyodunda kalça eklemine beklenenden farklı bir şekilde gelişmesi, Amputasyon belirli olmayan bir nedenle gerçekleşmiş zarar görmüş, organın bedenden ayırarak çıkarmak, kronik rahatsızlıklardan doğan bedensel engellilik yaradılıştan veya daha sonradan meydana gelen ömür boyu süregelen rahatsızlıklar olarak ayrılmaktadır (Ergun, Bayramlar et al. 2013, Federation 2014, Council 2016, Güzel and Kafa 2016)

Bedensel Engelliliğin Derecesine Göre Sınıflandırma: Bedensel engel derecesi ağır, orta ve hafif şeklinde üç gruba ayrılmıştır. Ağır seviyedeki bedensel engellilik kişinin gündelik hayat becerilerini sürdürebilmeleri için herhangi bir kişiye veya ekipmana ihtiyaç duyması olarak, orta düzey bedensel engellilik, kişilerin gündelik hayat becerilerini için ek bir ekipman (tekerlekli sandalye) kullanması olarak, kişinin gündelik hayat becerilerini kendi kendine yapabilmesi durumuna ise hafif düzeyde engellilik olarak tanımlanır (Ergun, Bayramlar et al. 2013, Federation 2014, Council 2016, Güzel and Kafa 2016).

2.1.8. Bedensel Engellilerde Spor

1 şubat 1945 senesinde engelli bireyler için sportif etkinliklerin başladığı yıl olarak bilinmektedir. İngiltere'nin Aylesbury kentinde bir rehabilitasyon merkezi olan Stoke Mandeville da Dr. Ludwig Guttmann tarafından uygulanmıştır. 2. Dünya savaşı sırasında farklı şekillerde yararlanmış parapleji hastalarının rehabilite edilmeleri için öncelikle okçuluk, bilardo bowling ve masa tenisi branşları kullanılmıştır. Daha sonraki dönemlerde takım sporlarında kullanılmaya başlanmıştır. Tekerlekli sandalyede ilk olarak polo, daha sonraki dönemlerde basketbol branşlarından yararlanılmaya başlanmıştır. İlerleyen dönemlerde başka Spor branşları; eskrim , gülle , cirit, tekerlekli sandalye yarışı gibi çeşitli branşlar eklenmiştir. Türkiye'de ise 1990 yılında

gençlik ve Spor Genel Müdürlüğüne bağlı Türkiye Özürlüler Spor Federasyonu çatısı altında 4 ana engelli grubunun aktivitesini ele almışlardır (Karakuş 2021).

Bu aktiviteler;

1-Bedensel Engelliler,

2-Zihinsel Engelliler,

3-İşitme Engelliler,

4-Görme Engelliler,

Spor ve Rekreatif aktiviteler bireyin duygusal ihtiyaçlarını dindirmek için çok önemli bir rol oynamaktadır . Bireyin sportif faaliyetler ile beraber kendisinde bilinmeyen kreatif özelliklerini ortaya çıkarmaktadır (KURU and BAŞTUĞ). Bedensel engelli bireyler için sportif etkinlikler, sosyal ortamla uyum ve kişisel iyileşme açısından çok önemlidir. Doğduğu andan itibaren engelli bireylerin özgürlük kısıtlıklarının azaltılması ve daha sonra engelli olan bireylerin bireysel öz güvenin kazanması açısından farklı bir önem iade ettiği göz ardı edilemeyeceği aşıkardır (Özer and Özer 1998) Son zamanlarda yapılmış olan çalışmalarda, sporun engelli bireylere kendi aralarında ve toplum içerisinde saygılı ve hürmetkar olma, toplum kurallarına uyma, hür yaşama, işbirliği içerisinde olma, disiplinli çalışma, engelleri yenme kararlılığında olma ve sosyalleşme sürecini çabuklaştırdığı anlatılmaktadır (KURU and BAŞTUĞ).

Engelli bireylerin spor etkinliklerine katılımının yararlarını bilimsel açıdan araştıran Bilim adamları çoğunlukla duysal ve Zihinsel ve hareket becerilerinin gelişimi etkilerini değerlendirmektedir. Brouwer ve ark. sportif etkinliklerin Bedensel ve psikolojik bakımdan İyi durumda olma, aynı zamanda engelli kişiler için Çok fazla değerli olduğunu ancak engelli bireylerin sportif etkinliklere olan gereksinimlerinin daha çok olduğunu anlatılmıştır (Atay 1995, Brouwer and Ludeke 1995, Atalay 2007). Sportif etkinliklere katılan engelli bireylerin motivasyonlarını yükseltmede psikolojik gereksinimleri ilk önce gelmektedir (Ruddell and Shinenw 2006). Engelli bireyler için Spor, aksiyondan ve devinimden hoşlanma, eğlence ve başarma ihtiyaçlarının tamamlanması çok mühim görev aldığı anlatılmakta, engelli bireylere, engelli olma durumuyla kendi kendine başa çıkmasını ve engelini kolaylaştırmasını yeteneğini kazandırmakta, zevk duymasını sağlamakta, iletişimi arttırmakta bireyler arasında paylaşım temin etmekte, hayata bağlılığı, hoşgörüyü olumlu bir biçimde

etkilemektedir. Bireyin tipik pozitif özelliklerinin sahip olmasını sağlamaktadır (Özer and Özer 1998).

Engelli bireylerin spor ve rekreasyon etkinliklerine katılımı, toplumun dikkatini engelli bireylere çekerek olumsuz tutum ve davranışların olumlu yönde değişmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Sportif etkinlikler sayesinde engelli bireyler, sosyal çevrede çalışma ortaklığı, paylaşım ve bireyler arası iletişim ilkelerini öğrenme fırsatı bulurlar. (Gonca). Yapılan aktiviteler engelli bireylerin yaşam kalitesini artırırken, sporcu kimliği sayesinde özgüvenlerini geliştirebilecekleri ve sosyal statülerini yükseltebilecekleri bir imkan sunar. Bireyleri yaşama bağlamak açısından etkinlikler, engellilere hayat boyu tavsiye edilmektedir (Aile and Müdürlüğü 2007) Engelli kişilerin bireysel yeteneklerinin anlaması, bireysel gereksinimlerini halledebilme Beceri kazanmanın sosyal bir sürecin tamamlanması ve sistematik bir eğitimle kazanılabilmektedir. Engelli bireylerin iyileştirilme süreci spor; inanç, istikrar, kas dengesi, hareket bağımsızlığı ve uyum sağlamak için yararlanılabilir. Sportif etkinlikler; engelli olsun olmasın bütün insanlığı toplumsallaştıran , pozitif ve negatif tüm hayat koşullarını tümüyle paylaşmayı anlatan, duygusal duruma sağladığı yardım bunun yansıra disiplin, yarışma ve dostluk duygularını canlandırarak kişinin özgürlüğünü kazanmasında ve itibarının meydana gelmesine önemli bir görev almaktadır (Ergun and Baltacı 2006).

Sportif ve rekreatif etkinlikler , engellilere etkinliklere katılabilme imkanı ile beraber davranış biçimindeki ilerlemeyi ve kendisine güvenme duygusunu edinerek sosyal çevreye ile ahenk içerisinde yaşaması bakımından önemli kolaylık sağlamaktadır. Spor ve rekreasyon etkinlikleri, iyileştirme ve terapi edici gücü kullanılarak engelli bireylerde fiziksel, bilişsel, psikolojik ve toplumsal gelişim vasıtası olarak yararlanılmaktadır (Kaplan and Sadock 2004).

2.1.9. Engelliler İçin Spor ve Faydaları

İnsanların hem fiziksel gelişimi ve hayata bağlanmalarına ek olarak manevi gelişimleri ve kendilerine güven duygusunu kazanmalarını temin etmektedir. Bu vaziyet bireyin insanlığa daha kolay ve sağlam uyum sağlamasını ve yaşam doyumunu sahip olmasını basitleştirmektedir. Buna ek olarak spor, engelli kişilerin iyileştirilmesinde ve

sosyalleştirilmesinde bir vasıta görevi görmektedir. Bu nedenle spor engelliler için daha da çok önem arz etmektedir (Nyland, Robinson et al. 1997).

Sağlıklı ve sıhhatli bir hayat yaşayabilmek için sportif etkinlikler tüm toplumlar için çok önemli bir olgudur. Fakat engelli bireyler için sportif faaliyetler çok daha farklı bir ehemmiyet e sahiptir. Spor engelli bireylerin hayatlarına pozitif katkıda bulunan farklı bir pencere açmaktadır (Şentürk 2017).

Sportif etkinlikler engelli bireylerin problemlerini halletmek ve kendilerini yalnız hissetme duygu durumlarını en aza indirerek hayatlarına pozitif bir katkı sağlar. Sportif etkinlikler engelliler için bir müsabakadan daha çok kendisini iyileştirme ve tedavi etme metottu olarak karşımıza çıkmaktadır. Engelli bireylerin hayata ve topluma bağlanmasında en etkin yöntemlerden birisidir (Şahin 2016) .

Spor ve rekreasyonel etkinlikler, engelli bir kişinin sportif etkinliklere katılmasına ek olarak kişilik özelliklerini gelişimi ve kendine güven duygusu kazanarak sosyal çevrenin yaşama uyum sağlaması İstikametinde önemli rahatlık temin etmektedir. Bu tür etkinliklerde de iyileştirici ve düzeltici gücü ile, engelli bireylerde, spor etkinlikleri fiziksel, bilişsel ve sosyal gelişimi desteklemek için bir araç olarak kullanılmaktadır (Rehberi 2007).

Engelli kişilerin spor etkinliklerine iştiraki, toplumun engelli bireylere yönelik ilgi ve alakasını artırarak olumsuz tavır ve tutumların olumlu yönde değişmesine yardımcı olur. Bu, önemli bir misyonu yerine getirerek engelli bireylere yönelik farkındalığı artırır ve toplumda olumlu bir dönüşüm sağlar. Sportif etkinlikler sebebiyle engelliler halk arasında çalışma ortaklığı, paylaşım ve Bireyler arasındaki toplumsal etkileşim veya karşılaşma ilkelerini öğrenirler (Rehberi 2007). Yapılmış olan aktiviteler engelli bireylerin hayat koşullarının niteliğini yükseltir ve sporcu özelliği ile tüm yeteneklerini gerçekleştirme isteği bir sosyal yaşam alanı var eder. Engellileri yaşama tutundurmak bakımından spor özürllülere hayatları boyunca tavsiye edilir (Rehberi 2007). Spor, engelli kişilerin fiziksel güçleri istikametinde; rekreatif gayesi ile, iyileşme ve rehabilite olma hedefiyle, toplumsal uyum ve profesyonel branşlarda yarış için tatbik edilmektedir. Bedensel engelli kişilerin toplumsal ve kültürel bünyeler bakımından zararlı olması nedeniyle, sınırlı alanlarda hayatlarını sürdürmekte ve toplumsal yapıya

entegresi pek olamamaktadır. bu da engellilerin hareketli olmayan düzenli bir fiziksel aktivitenin olmadığı bir hayat şekline sebep olmaktadır. Geçmiş yıllarda bu halde olan kişilerin sayısı çok fazla iken şimdilerde engelli bireylere yönelik sportif etkinlikler, spor kurum ve kuruluşlarının fazlalaşması ile bu sayılar azalmıştır. Bu kişilerin hareketli olmayan hayat tarzından , daha hareketli ve aktif hayat tarzına girmesi ve sosyalleşmesi ile toplumun engelli kişilere e doğru tavır ve davranışlarında pozitif değişimlere neden olmuştur . bunların tersine kişinin pasif bir hayat tarzı benimsemesi sağlam kişilerde kabul edilebilir düzeyde engelliler ve öteki engel sınıflarında da fiziksel ve sosyoekonomik bakımından negatif sonuçlara uygun ortam yaratmaktadır. Bu negatiflikler, pasif bir hayat tarzından referansla, aerobik solunum miktarındaki azalma, kalp problemleri, hızlı yorulma, yüksek tansiyon problemleri, obezite, şeker hastalığına benzer durumlardır. Bu negatiflikler de bedensel engeli olan bireylerin hayat kalitesinin niteliğini azaltmakta, bireyin zihinsel veya duygusal baskı seviyesini fazlalaştırmaktadır. Bu olumsuz koşulların en düşük seviyelere getirilmesinde ise sadece sağlıklı olan kişilerin değil, engelli kişiler içinde spor tavsiye edilmektedir. Yapılmış olan araştırmalarda ise sportif etkinliklerin kişilerin hayat tarzlarında pozitif etkilerinin olduğu gözlemlenmiştir. (Nyland, Robinson et al. 1997, Fullerton, Borckardt et al. 2003).

2.1.10. Sporun Engelliler İçin Önemi

- Engelli bireylerin kendi düşüncesini ortaya koyma ve uygulama yeteneğini olgunlaşmasını sağlayarak, hür düşünme iradesinin ilerlemesine yardım eder.
- Engelli bir bireyin bulunduğu toplumsal ortamı ve çevre ile olan iletişim becerilerini gelişmesini sağlar. Engelli bireylerin kendi kabiliyetlerine olan güven duygusunu çoğaltarak, kendisine güvenmesine yardım eder.
- Engelli bireyin yaşamış olduğu engel nedeni ile hissetmiş olduğu ruhsal huzursuzluk ve bunun neticesinde ortaya çıkan toplumsal problemleri yenmesinde önemli rol oynamaktadır.
- Engelli bireylerin yaşamış olduğu sosyal ortamdan uzaklaşmasını önler ve hayata sıkı bir biçimde bağlamasına yardım eder.
- Sportif faaliyetler ve rekreasyon engelli bireylere handikapları ile savaşmasını ve bu handikaplarını hafifletme becerisi kazandırır.
- Sportif faaliyetler ve rekreasyon ile birey kimsenin yardımı olmadan limitlerini zorlama potansiyeli olduğunu anlar.

- Birey yapabileceği tüm fiziksel etkinlikleri uygulayarak fiziksel noksanlıklarını büyük bir oranda azaltma imkanı vardır.
- Engelli bireyler sportif aktivite veya rekreasyonel etkinliklerden neticesinde da sıkıntıları azalır, kaliteli ve hoşça vakit geçirir .
- Engelli bireylerin aktivitelerde de gösterdikleri başarı kişisel gelişimlerine yardım eder .Sosyal çevre açısından da engelli bir birey olmanın yanı sıra sporcu kimliğinin de kabul edilmesini sağlar.
- Engelli bireylerin aydın fikirlilik niteliği ve pratik zeka becerisi artar.
- Sportif etkinlikler ve rekreasyon, engelli bireyin yakınları tarafından bilgi ve becerisindeki ilerleme fark edilerek onaylanma görmesini sağlar.
- Spor sayesinde kas gelişimi sağlanır ve kendi öz bakımlarını sağlama pozisyonunda da bağımsızlıklarını kazanırlar (Kalyon 1983)

2.1.11. Psikolojik ve sosyal faydaları

- Aşağıda, sporun zihinsel sağlık ve toplumla ilişkisiyle ilgili olarak ortaya konulan bazı faydaları listelemiş bulunmaktayız.
- Engelli bireylerde sportif ve rekreatif aktiviteler kişilik özelliklerinin gelişimini fazlalaştırır , toplumsal uyumunu geliştirir (Tasiemski, Kennedy et al. 2005)
- Depresyon dan çıkarır, toplumsal bağı arttırır, ideal yaşam kalitesini ve müddetini uzatır (Cooper and Quatrano 1999)
- Fiziksel etkinlik ile bireyin kapsama gücünü fazlalaştırır. Bu da dolaylı olarak bireyin duygu durumunu de artı istikamette tesir eder (Muraki, Tsunawake et al. 2000)
- Bireyin düzenli olarak fiziksel aktivitelere katılımı, özgürlük duygusunu ve çaba gösterme becerisini geliştirir. Yeni arkadaşlıklar kurma fırsatı sağlar, yaratıcılığı teşvik eder, kişisel gelişime katkıda bulunur ve anlamlı bir yaşam sürmesine yardımcı olur. (Murphy, Carbone et al. 2008)
- Groff ve meslektaşlarının (2009) ifadesine göre, amaç yaşam koşullarını iyileştirmek ve kalitesini artırmaktır. (Santiago and Coyle 2004, Tasiemski, Kennedy et al. 2005).
- Bedensel engelli bireyler yaşamdan daha çok mutluluk duyarlar, yaşamdan umutları fazlalaşır, sekunder fiziksel sorunları ile daha az yüz yüze gelirler (Rimmer, Riley et al. 2004).

- Engelli bireyler bireysel olarak kendilerini yeterli hissederler ve öz güvenleri artar. kişilik özellikleri gelişir. Duygu durumları daha stabil olur.
- Sportif ve rekreatif aktivitelere ayrılan zamanın çoğalması bireylerin kendilerinde fark ettikleri değişik kişilik özelliklerini keşfetmesine neden olur. Benlik algılayışını düzeltme ve geliştirme fırsatı sunar.
- Bu tür etkinlikler takım duygusunu iletir, engelinin farklı bir kimlik ile farkındalığını sağlar azaltır (Gonca).

2.1.12. Bedensel Engelli Spor Branşları

Gün geçtikçe engelli spor branşları ülkemizde gelişmektedir. Buna paralel olarak ülkemizde, tüm dünya da yapılan çoğu sportif branş yapılabilir. Çeşitliliğin çok olması engelli bireylere avantajlar sağlamaktadır. Bu avantajlar ; her engel seviyesine uygun bir sportif branşın seçilebilmesi, bedensel engelli bireylerin kendisine uygun sportif branşı seçebilme şansı, yapacağı branştan hem manevi ve maddi kazanımlar sağlayacak olabilmesi. Bedensel engellilerin yapabileceği sportif branşlardan tekerlek sandalye kullanarak veya kenedyen den yararlanarak o sportif branşlara özgü donanımlar ve hiçbir donanım dan yararlanmadan uygulanabilmektedir. Bunlara ek olarak aşağıda sıralanan spor branşlarının dışında da spor yapabilmektedirler. Aşağıda sıralanan spor branşları engelli bireylerin yarışma ortamında ve profesyonel de uygulayabilecek branşlardır.

Bedensel Engelli Bireylerin yapabileceği bazı spor branşları;

- Okçuluk • Atletizm
- Badminton • Bocce
- Kano • Bisiklet
- Binicilik • Halter
- Kürek • Para-Atıcılık
- Yüzme • Masa Tenisi
- Para-Taekwondo • TS. Basketbol
- TS. Ragbi • TS. Tenis
- Oturarak Voleybol • Alp Kayağı
- Triatlon • Para-Kuzey Kayak
- Para-Buz Hokeyi • Kar Kayağı

- TS. Körling• Ampute Futbol
- Bilek Güreşi• 7A Futbol
- Biatlon

Ülkemizde bedensel engelli bireylerin yapabileceği spor branşları (30-74);

- Ampute Futbol• TS.Basketbol
- Para – Atıcılık• Bilek güreşi
- Okçuluk• Yüzme
- Yelken• TS. Tenis
- Badminton• Atletizm
- Oturarak Voleybol• Masa Tenisi
- Halter• Bocce
- Kar Kayağı• TS. Dans
- TS. Körling• TS. Eskrim
- Para-Taekwondo

2.1.13. Tekerlekli Sandalye Basketbolu

Tekerlekli sandalye basketbolu (TSB) fiziksel engeli bulunan bireyler arasında çok bilinen bir paralimpik sportif branştır. Fizikse güç gerektiren ve mücadele seviyesi üst düzeydedir. (Kalyon 1997, Güzel and Kafa 2016).

Genellikle omurilik zedelenmesi, ampütasyonlar, polomiyelitsekeleri, serebral palsi gibi haller sebebiyle, farklı türdeki fiziksel engeli olan basketbolculardan oluşur. TSB dünyada ilk kez 1945 yılında Amerika Birleşik Devletlerinde İkinci Dünya Harbi sırasında yaralan ordu mensuplarını iyileştirme metottu olarak kullanmış ve iletmiştir. Goosey Ve Tolfrey Daha sonraki yıllarda geliştirilerek bir takım sporu hüviyetine getirilmiştir ve sürdürülmüştür. Resmi olarak 1949 senesinde Uluslar arası Tekerlekli Sandalye Basketbol Federasyonu (IWBF) oluşturularak TSB dünya genelinde oynanan ve izlenen bir spor branşı halini almıştır. (Güzel and Kafa 2016).

Milletler arası özel ilk yarışmalar İngiltere'nin başkenti Londra'da 1948 senesinde düzenlenmiştir. TSB formal olarak ilk karşılaşmalar 1960 senesinde yapılan Roma olimpiyatlarının hemen arkasından ilk Paralimpik Olimpiyat oyunlarında tekerlekli

sandalye karşılaşmaları yapılmıştır. Bu seneden sonra tüm 4 senede bir yapılan paralimpik oyunlarında TSB müsabakaları muntazam bir şekilde yer bulmuştur. İlk Dünya şampiyonası da 1973 yılında Belçika’da yapılmıştır. Tekerlekli sandalye basketbol Dünya turnuvaları, paralimpik oyunlar gibi her dört yılda bir gerçekleştirilmektedir. IWBf, dünya ve paralimpik oyunlarıyla birlikte Asya, Avrupa, Amerika ve Afrika gibi diğer kıtaların karşılaşmalarını organize etmektedir. (Kalyon 1997).

Türkiye’de ise Tekerlekli sandalye basketbolu ilk kez 1989 senesinde “Tekerlekli Sandalye Basketbol Eğitim Semineri” ismiyle yapılan seminer ile start almıştır. İleriki yıllarda branşın liginin inşası için girişimler yapılmaya başlanmıştır, nitekim çabalar neticesinde Tekerlekli Sandalye Basketbol Ligi ilk kez 1996-1997 yılında başlamıştır. Lig’in henüz yeni kurulması hem de yurttan daha yeni yeni tanınıyor olması nedeniyle lig, sadece tek bir lig ve bu ligde toplamda 10 takım ile müsabakalara başlanmıştır, daha sonraki yıllarda lige katılan takım sayılarının fazlalaşması nedeniyle lig sayısı da buna paralel artmıştır.

Tekerlekli sandalye basketbolu, engelli sporlarının öncü bir dalıdır. Türkiye Bedensel Engelliler Spor Federasyonu tarafından Süper Lig, 1. Lig ve 2. Lig olmak üzere üç ayrı lig düzenlenmektedir. Avrupa’nın en iyi sekiz takımı arasında yer alan Tekerlekli Sandalye Basketbol A Milli Takımı, prestijli Avrupa ligine sahiptir. 2022-23 sezonunda, 47 kulübün katıldığı Tekerlekli Sandalye Basketbol Ligleri, deprem felaketi ve ekonomik nedenlerle 7 kulübün çekilmesiyle etkilenmiştir. Sezon boyunca, toplamda 400’den fazla müsabaka oynanmaktadır ve 412 sporcu yer almaktadır. Tekerlekli Sandalye Basketbolu, standart basketbol kurallarının engellilere uyarlanmış şekli olup, sandalye kullanımından kaynaklanan mekanik kurallar içermektedir. Maçlar standart büyüklükteki sahalarda ve potalarda gerçekleşir. Tekerlekli Sandalye Basketbolu, Paralimpik bir spor dalıdır ve dünya çapında rekabetin yoğun olduğu ve geniş bir izleyici kitlesi bulunan bir spor olarak ön plana çıkar.

Basketbol branşı, bedensel engelli bireyler için uyarlanmış olan ana oyun kurallarıyla entegre edilmiştir. Tekerlekli Sandalye Basketbolu (TSB), çoğunlukla tekerlekleri döndürme, ribaunt alma, pas verme, orta veya üçlük şut atma, yönlendirme değiştirme ve yoğun fiziksel aktiviteler gibi özelliklerle tanımlanır (Curtis and Black 1999).

Tekerlekli sandalye basketbolu, engelli bireyler için modifiye edilmiş bir basketbol oyunu olan hareketli bir spor dalıdır.. Tek farkı, tekerlekli sandalyenin maç içinde nasıl kullanılması gerektiğine ilişkin bazı mekanik kuralların olmasıdır. müsabakalarda standart boyutlardaki bir basketbol alanı ve standart yükseklikte potalardan yararlanılmaktadır. Koşan basketbol branşı kuralları ile arasında bir kaç ufak tefek farklılık bulunmaktadır. Örneğin basketboldaki hatalı yürümenin yerine, tekerlekli sandalye basketbolunda herhangi bir basketbolcu topu yere vurmada yada elinden atmadan tekerlekli sandalyenin tekerleğini üst üste 3 defa itmesin ile hatalı sürüş ihlali yapmış olur (Kahvecioğlu 2019).

2.1.14. Sportif Müsabakalarda Bedensel Engellilerin Sınıflandırılması

Son yıllarda engelli kişilerin farklı spor branşlarında engellilik düzeylerine göre spor müsabakalarına katılma şansları bulunmaktadır. Bu şans ile bedensel engellilerin kas koordinasyon, hareket genişliliği , koordinatif , dengesel yeteneklerinin artmasına ve kendi özgüvenini kazanmasını sağlamıştır (Şahin 2016).

Sportif yarışmalarda engelli bireylerin engel düzey ve sınıflandırmasında tek bir sistem yoktur. Bu nedenle sportif yarışmalarda bedensel engelli bireylerin sınıflandırılması, spor branşının zaruri yetine bakılarak değişmektedir. Örneklendirecek olursak amputasyonu durumu var olan kişilerde atletizmde , tekerlekli sandalye kullanan atletlerin ve amputasyonu var olan atletler için sınıflandırmalar değişmektedir. Atletizm branşına göre sınıflara ayrılmış atletlerin diğer bir sportif branş da başka bir sınıflandırılmaya tabi olduğu görülmektedir. Bunlardan ayrı olarak atletin bedensel engeli yapılacak branşın yapılabilmesini engelleyebilmektedir. Örnek olarak ,tekerlekli sandalyeye yaşamı boyunca bağlı olan bir sporcu ampute futbol oynayamaz. Sebebi ise futbolda ayakta olmak zorunda olan sporcu kademyenler desteği ile oynamaktadır.

2.1.15. Tekerlekli Sandalye Basketbol Sınıflandırılması

Engelli bireylerin sportif anlamdaki sınıflandırması atletlerin belli başlı nitelikleri ve özellikleri engel sınıfları ve bu engel sınıfında kendisine verilen engel derecesi , işlevsel yeterliliğine benzer haller bakımından sınıflandırılmasıdır. Sportif branşına has olan sınıflandırma ile alakalı farklı bir tanım ve gaye ise sporcuların sahip olduğu işlevsel yeteneği ve yarışmalardaki rekabet edebilme yeteneği arasındaki olan durumu

açıklamaktır (Pinar 2019).Bu nedenler ışığında sınıflandırma engelli spor branşlarında daha adaletli ve eşit bir düzeyde yarılabilmesinde mühim bir rol oynamaktadır.

Engelli Sporcuların gruplandırılmasında fonksiyonel sınıflandırma yönteminden yararlanılmaktadır. Sporcuların sınıflandırmasını doktorlar ve fizyoterapistler den oluşan bilirkişiler tarafından yapmaktadır. Bu uzmanlar topluluğuna “sınıflandırmacı (classifier)” denilmektedir (Karakuş 2021).

Müsabaka ve antrenmanları izleyen sınıflandırmacılar, engelli basketbolcuların tekerlekli sandalyeyi çevirme ,itme, yön değiştirme gibi temel fundamental yetenekleri pas verme, dripling yapma, turnike atma, 2 veya 3 sayılık şutlar kullanma, ribaunt alma gibi top ile oyun oynama becerileri test edilmektedir. Engelli basketbolcular bu belirtilen temel yeteneklerden elde ettikleri başarı değeri puanları verilmektedir. Oluşan bu puanlar ve engelli pozisyonları ile beraber değerlendirme yapıldığında engelli basketbolcunun tekerlekli sandalye sınıflandırma puanları hesaplanmış olur (Karakuş 2021).

1984 senesinde Stoke Mandeville & New York kentinde düzenlenen 7. Paralimpik oyunlarında engelli basketbolcuların ilk sınıflandırılması olmuştur,. Bu müsabakalarda tekerlekli sandalye basketbolcuları için 4 değişik sınıflandırma yöntemi (1-2-3-4 puan) olarak onaylanmıştır. basketbolcuların gruplandırılmasında basketbolcuların nitelendirilmiş oldukları engelden dolayı fonksiyonel kapasiteleri hesaplanmıştır. Bu işlevsel hesaplamalar yapılırken nitelendirmeler basketbolcuların gövde işlevlerini, alt ekstremité işlevi, üst ekstremité işlevi, el-bilek işlevleri ve bunların vaziyetleri değerlendirilmiştir. Daha sonraki yıllarda bu 4 çeşit puan yönteminde iki puan yöntemine içine almayan basketbolcular meydana çıkmıştır. Bu sebepten sınıflandırma yönteminde 8 değişik sınıflandırmaya meydana gelmiştir. Bu yöntem de puanlar; 1 puan, 1.5 puan, 2 puan, 2.5 puan, 3 puan, 3.5 puan, 4 puan ve 4.5 puandır. İleriki zamanlarda bu açıklanan sınıflamalardan birine bile uymayan basketbolcular 0.5 puan olarak sınıflandırılmış ve bu sınıflandırma yönteminin yekun de 9 değişik sınıflandırma türemiştir ve Bugünlerde bu yöntem le sınıflandırmalar sürdürülmektedir. Sınıflandırmada engelli basketbolcuya verilmiş olan puanın yüksek derecede puan olması basketbolcunun engelinden kaynaklanan hareket işlevinin fazla olduğunu anlatmaktadır. Bunun tam tersine nitelendirilen puanın az olması, engelli

basketbolcunun hareket işlevlerinin daha az olduğunu bize anlatmaktadır (Federation 2014, Council 2016).

Basketbolcuların tekerlekli sandalye kullanma yetenekleri, top sürme yetenekleri ve oyunu doğru oynama yetenekleri Tekerlekli Sandalye Basketbolunda engel durumları ve hareketlilik işlevleri ışığı altında mühim rol oynamaktadır,. Bu nedenle tekerlekli sandalye basketbolunda sahaya çıkan bir takımın oyun alanındaki basketbolcularının sınıflandırma puanları en fazla 14 puanı olabilir. Bu kural, oyunun hem daha adil oynanmasına engel düzeyi yüksek olan düşük puanlı basketbolcuların oynamasına imkan vermektedir (Federation 2014, Council 2018).

Oyuncu özellikleri

Son yıllarda Türkiye Tekerlekli Sandalye Basketbolu Federasyonu, farklı fiziksel özelliklere sahip tüm basketbolcular arasında adil bir rekabet ortamı oluşturmak için kullanılan bir sınıflandırma sistemi geliştirmiştir. Basketbolcuların değişik adale yapı ve fonksiyonlarından dolayı pas verme , şut çekme , dripling yapma , seken topu alma, ve tekerlekli sandalyeyi itme gibi belli başlı hareketlerinde üst ekstremitelerde çeşitli devinimler görülmektedir. Temel Fundamental hareketleri uygulayabilme yeteneklerindeki sınırlılıktan doğan fonksiyonel ayrımı hakemler müsabaka esnasında değerlendirerek bu basketbolcuya uygun olan puanı verir. Basketbolcuları sınıflarken engelli bireyin deneyimi, eğitim seviyesi, becerilerine bakılmadan engelli bireyin temel hareket veya işlevlerin meydana konmasıdır (Council 2018).

Basketbolcu fonksiyonel sınıflandırma yöntemi IWBF tarafından ilk kez 1984 yılında tatbik edilmiştir. Başlangıçta sadece dört kategoriye dayanan puanlama sistemi, daha sonraki yıllarda geliştirilmiş ve net bir şekilde bir üst veya alt kategoriye uyum sağlamayan basketbolcular için yarım puan sistemi getirilmiştir. Bu sistemde 1.5, 2.5 ve 3.5 gibi ara değerler de eklenmiştir. Ayrıca, minimal düzeyde bir engeli olan basketbolcular için 4.5 puan da eklenmiştir. Sınıflandırma ölçütüne göre basketbolculara uygun puanlar verilmektedir. Müsabaka sırasında sahada bulunan beş basketbolcunun puan toplamı 14'ü geçmemelidir (Kahvecioğlu 2019).

Öncelikle tüm basketbolcular, geçerli olan IWBF uygunluk ölçütlerini karşılamalıdır. Yani bu basketbolcular alt ekstremitelerde engeline göre sınıflandırılmalıdır. Eğer bir

basketbolcunun üst ekstremitte engeli var ise IWBF talimatnamesine bakıldığında burada herhangi bir sınıflandırma söz konusu olmayacaktır. Üst ekstremitte engelli bir basketbolcuyu Üst ekstremitte engeli olan bir basketbolcu için sınıflandırma işlemi şu şekilde olmaktadır; hakeme öncelikle alt ekstremitte ve kol ve bacak dışında kalan bölümünün hareketliliğine veya hareketsizliğine bakarak sınıflandırma yapmak. Bundan sonra üst bedendeki ekstremitte deki engelliğin sebep olduğu sınıfta yerine koymaktır (Kahvecioğlu 2019)

Uluslararası tekerlekli sandalye basketbolu oyuncu sınıflandırma cetveli

1. Sınıf: Basketbolcunun basketbol topu ile şutu çekme anında beden dengesinde mühim miktarda kayıp söz mevzu bahistir. Şut attıktan sonra kafanın arkaya alınması amacıyla genellikle kol yardımı lazımdır. Seken topun alınması (ribaunt) sırasında, sürekli zıt el bedeni sabitlemek amacı ile tekerlekli sandalyeyi tutarken uzanır. Her iki el ile şut çekme sırasında beden sandalyenin arka tarafına değer. Beden sabitlenmesi en ufak seviyedeki bir temasta dağılmaktadır. Engelli Basketbolcu Tekerlekli sandalyeyi ileri doğru ittiği anda, dikey konumda her inme anında başın öne ve arkaya doğru olan aksiyonu ile birlikte basketbolcu geriye doğru yaslanır. Dribbling, genellikle tekerlekli sandalyenin yan tarafında ve bedenin istikrarsız olduğu ve hızlanmanın yavaş olduğu bir şekilde gerçekleştirilir. Bazı bedensel engelli basketbolcular, vücutlarını dizlerinin üzerinde tutarak ayaklarının önünde dribbling yapabilirler. "En ideal tekerlekli sandalye pozisyonunda, dizler kalçaların üstünde bulunmalıdır ve dizler birbirine yakın veya uyluklar ve bacaklar tekerlekli sandalyeye yakın olmalıdır." "Tekerlekli sandalyenin arka kısmı, orta torakal bölgede bir yükseklik sağlar. Üst vücut, tekerlekli sandalyenin arka kısmına bağlanarak önemli bir denge elde eder.". Karakteristik olarak, T1-T7 omurilik yaralanması olan bireylerde karın kası kontrolü olmayan ve post polio paralizi nedeniyle kol etkilenen basketbolcular bu gruba dahildir." (Kahvecioğlu 2019).

2. Sınıf: Basketbolcunun atış yaparken ve kol yükseltirken denge kaybının etkisi sınırlıdır ve orta düzeyde denge kaybı gözlenebilir. İki el ile atış yaparken vücutta bir hareketlenme gözlemlenebilir. "Tekerlekli sandalyede otururken, sandalyenin sırt dayanağı aktif pelvik stabilite eksikliğini gidermek için yukarı doğru kaldırılır, böylece pasif pelvik stabilite maksimum seviyeye çıkarılır." "Dizler, kalçaların üzerinde bulunur.", çoğunlukla birbirlerine ve sandalyeye tutturulur. Tek elle veya iki el ile pas

atmada az-orta düzeyde bedende denge kaybı olur. Bu sebepten dolayı tekerlekli sandalyeyi yada basketbolcu kendi bacağını ters eliyle destekleme gereksinimi duyar. Mini ve midi düzeyde denge yitimi ile çoğunlukla tek el ile ribaunda mücadelesine girer. Tekerlekli sandalyenin arkasının bütünsel dayanağı olmadan da tekerlekli sandalyeyi ittirebilir. az ölçüde denge yitimi bel hizasında seviyesinde algılanır. çoğunlukla driplingi ön tekerleklerin yan tarafında yapar. En orantılı tekerlekli sandalye konumu dizler kalçadan üst tarafta ve kendi kendine kenetlenmiş bir biçimdedir. Tekerlekli sandalye sırt dayanmalığı bel düzeyinde veya biraz üst tarafta olabilir. Bu gruba, alt ekstremitte kontrolünün olmadığı post-polio paralizi olan ve T8-L1 omurilik seviyesine sahip basketbolcular dahildir.” (Kahvecioğlu 2019).

3. Sınıf: "Şut atma anında, birey dik bir duruş sergiler ve mükemmel bir beden dengeye sahiptir. Şut atarken, beden stabilitesini koruyarak basketbol potasına doğru hareket eder. Stabilitesini sürdürebilmek maksadıyla kol ya da sırt dayanağı olmadan tek el ile ya da iki el ile pas verebilir. Tekerlekli sandalyesinin arka dayanağı olmadan baş üstü pasları tutmada ve atmada maksimale yakın beden rotasyonu gerçekleştirebilir. Basketbol topuna ellerini uzatırken vücudu ön tarafa doğru bir ivmelenme yaparak iki omzunun üzerinden iki el ile güçlü bir şekilde ribaunt alabilir. Potadan seken topu alabilmek için yana doğru uzanıldığında belirli bir denge mevcuttur ve bu genellikle ters elin tekerlekli sandalyenin kenarını kavrayarak yapılır. Driplingi tekerlekli sandalyenin ön tarafında tek el ile gerçekleştirebilirken aynı zamanda ters eliyle süratli ve güçlü bir biçimde hız kazanır. Dizlerin kalçalardan biraz yukarıda veya aynı seviyede olduğu pozisyon, tekerlekli sandalye için en uygun pozisyonudur. Sandalyenin arka kısmı belin alt kısmının altında ve vücut rotasyonuna uygun şekilde konumlanmalıdır. L2-L4 medulla spinalis rahatsızlığı olan, alt ekstremitenin hareket kontrolünde sınırlı hakimiyete sahip postpolio paraliziye sahip veya dizin üst kısmının büyük bir kısmını kaybetmiş ampute olan basketbolcular, bu gruba dahil edilir (Kahvecioğlu 2019).

4. Sınıf: "basketbolcunun Şut çekme hareketi ile beraber vücutta tam denge hakimiyeti ve aynı istikametli hareket oluşur. Hem sağ hem sol el ile baş üstünde top en fazla bir yöne yan uzanma yapılabilir. Hem tek el ile hem de iki el ile pas atarken vücudu maksimal ölçüde fleksiyon ve ekstansiyon, döngüsüne getirebilir. İki elle omuzlarının üstünden ribaundu alabilmek amacıyla ileriye ve en fazla bir yöne

eğilebilir. Tekerlekli sandalyeyi vücudun süratli akselerasyonu ve maksimal ileri hareketiyle ileriye doğru itebilir veya durması sağlanır. İtme aksiyonu çoğunlukla bacaklar açık durumdayken gerçekleşir. Tek el ile tekerlekli sandalyenin küçük ön tekerleğinin ön tarafında dripling yaparken aynı zamanda ters eliyle itme yapabilir. Dripling yapma anında yön ve hız değişikliği yaparken basketbolcunun dengesinde bir değişiklik olmaz. Tekerlekli sandalyenin hareketliliğini ve hızını en üst düzeye çıkarmak için dizlerin kalçalardan biraz yukarıda olması büyük bir fayda sağlayabilir. Bunun yanı sıra, maksimum yüksekliğe erişme avantajını elde etmek için dizlerin kalçalarla aynı seviyede olması da tercih edilen bir seçenektir.. Tekerlekli sandalyenin arka tarafı, beden hareketlerine daha fazla esneklik sağlamak amacıyla aşağı doğru konumlandırılır. Bacak atelleri veya protezlerin kullanılması ve tekerlekli sandalyenin oturma bölgesinin sabitlenmesi, dengeyi artırmaktadır. L5-S1 medulla spinalis hasarı olan, bir ekstremitede kısıtlılık yaşayan post-polio paralizili, hemipelvik tomili ampute olan, çok kısa bacaklı üst diz ampute olan ve diz altı ampute olan sporcular bu gruba dahildir (Kahvecioğlu 2019).

Minimal Özür (sınıf 4.5): “Bu kategoride yer alan basketbolcular, alt ekstremitte engelleri minimum düzeyde olan bireylerdir. Diğer basketbolcular gibi zıplama, hızlı koşma, ani dönüşler ve yön değiştirme gibi hareketleri gerçekleştiremezler. Şut sırasında hem sağ hem de sol elleriyle basketbol topunu tutabilirler ve vücudu her yönde güçlü bir şekilde hareket ettirebilirler. Ayrıca, eğilme ve dönme (rotasyon) hareketleriyle birlikte yana doğru eğilebilirler.

Pas atarken iyi bir denge ile vücudu tüm istikametlerde hareket ettirebilir. Aynı istikamette her iki elle verilecek pas da bedenin her iki tarafa da eğebilir. Basketbol topunu yakalamak için kollar baş üzerindeyken öne tarafa ve iki tarafada eğilebilir.

Bu grupta yer alan bireyler, genellikle tek taraflı diz altı amputasyonu olanlar, bazen ise her iki tarafı da etkileyen diz altı amputasyonu olanlar ve minimum düzeyde alt ekstremitte engeli bulunanlar şeklinde tanımlanır (Kahvecioğlu 2019).

1, 1.5, 2, 2.5 puanlı olan basketbolcular tekerlekli sandalyede vücut dengesini koruyamadıkları için bu puanlara sahip basketbolcular az vücut dengesine sahip olan sporcular; 3, 3.5, 4, 4.5 puanı olan oyuncular ise tekerlekli sandalyede vücut dengelerini çok daha yeterli bir şekilde koruya bildikleri için bu puanları sahip

basketbolcuları ise güçlü vücut dengesine sahip basketbolcular olarak kategorize edebiliriz” (Bezciler 2007) .

Sporcuların çoğunluğu normal kol ve el fonksiyonlarına sahip olmakla birlikte, sınıflar arasındaki temel fark, oyuncunun topu yakalamak ve pas atarken uzanma yeteneğini etkileyen gövde kontrolü ve oturma dengesidir. Sayıların azalması, daha fazla kısıtlamaya işaret etmektedir.

Tekerlekli Sandalye Basketbolu, hem erkekler hem de kadınlar tarafından oynanan ve 5'er oyunculu 2 takım arasında gerçekleşen bir spor dalıdır. Oyuncular, fonksiyonel becerilerine bağlı olarak 0.5'ten başlayan (ağır engelli) ve 4.5'e kadar çıkan puanlarla değerlendirilir. Her takımda 12 oyuncu bulunmasına rağmen, maç sırasında sadece 5 oyuncu sahada yer alır ve takımların toplam puanı 14 puanı aşmamalıdır.

2.2. Boş Zaman Ve Ciddi Boş Zaman Kavramı

2.2.1. Boş Zaman Kavramı

Kökeni Latince'den gelen Boş zaman kelimesi; İngilizce “leisure” kelimesi Latince'deki “licere” kelimesinden türetilmiştir. aynı kelime Türkçede ise, “ İzin verilmiş olmak” veya “müsaade etmek” manasına gelmektedir (Tezcan 2007). Bacak atelleri veya protezlerin kullanılması ve tekerlekli sandalyenin oturma bölgesinin sabitlenmesi, dengeyi artırmaktadır. L5-S1 medulla spinalis hasarı olan, bir ekstremitede kısıtlılık yaşayan post-polio paralizili, hemipelvik tomili ampute olan, çok kısa bacaklı üst diz ampute olan ve diz altı ampute olan sporcular bu gruba dahildir.. Bu kavramları ve sınırlılıkları benimseyerek anlayabilenler, daha avantajlı olmaya başlamışlardır.

Boş zamanla olgusu ile ilgili çok farklı yaklaşımlar vardır. Boş zaman, insanların zorunlu iş saatlerinin dışında olan ve aynı zamanda maddi kazanç amacı gütmeyen zamanı dilimini kapsar (Argan 2007). Başka bir tanımlamayla; boş zaman; insanoğlunun fizyolojik temel gereksinimlerini yerine getirdikten sonraki kalan zaman dilimidir (Torkildsen 2012). Günlük yaşamın temel gereksinimlerinden olan yemek, içmek, uyumak ve çalışmak gibi unsurların dışında kalan zaman, boş zaman olarak nitelendirilir. (Altuntaş 1990). Parker boş zamanı, bireylerin hem kendileri için hem de diğer bireyler için tüm zaruri işlerden uzaklaştığı ve iletişim içinde

bulunduğu zamanlardan ve alanlardan kurtulduğu , özgür iradesi ile seçeceği etkinliklerle uğraşabileceği vakit olarak ifade etmektedir. Bunlarla beraber boş zaman ifadesi için bireylerin kendi arzusu ve kişisel özgürlüğü vurgusunu yapmaktadır (Parker and Mathews 2001).

Bu ifade edilen çeşitli perspektifler, araştırmacıların kendi disiplinlerindeki teorik temellere dayandığından dolayı, boş zaman kavramının kesin sınırlarının açık bir şekilde belirlenmesi zor olmuştur (Godbey, Caldwell et al. 2005). Bu kavram hakkında geçmişten günümüze yapılan incelemeler ve araştırmalar ışığı altında sözcüğün “boş zaman” mı, “serbest zaman” mı olduğu münakaşaları hala sürmektedir. Zamanı asıl meydana getiren, iş ve iş dışı zamandır. Evrendeki endüstrileşme, zaman kavramına bambaşka yeni bakış açıları getirmiş ve “iş dışı zaman” anlayışı kazandırmıştır.

Klasik antik çağdan orta çağa kadar boş zaman aktivitelerinin gelişimi ve ilerlemesi konusunda, Sylvester tarafından ortaya atılan iki farklı görüş bulunmaktadır. Bu görüşlerden ilki, kökenini antik Yunanistan'dan, özellikle Atina şehir devletinden almaktadır. İkinci görüş ise erken dönem Hristiyanlığın ortaya çıkışına dayanmaktadır.

Bu çağda sıradan insanların içinde çalışma ve boş zamana ait reel motifler, ‘çağın felsefecileri’ -en bilindikleri Platon ve Aristo – anlattıklarında önemli derecede farklıydı (Nilsen and Sylvester 1999) Yunan halkında bu filozoflar önemli aykırı kişilerdi. Zira bu iki çalışma çevresinde görüş bildirmek ve aralarındaki bağ kurarak bir şeyler keşfetmek için ihtiyaçları karşılayabilecekleri zamanları vardı.

Plato tarafından insanoğlunun gönüllü olarak gerçeği bulmaya hedefleyen birisi için serbest zamanın olmazsa olmaz bir durum olduğunu savunulmuştur(kadınlar bu toplumun bir parçası olarak düşünülmediği için , burada bahsedilen erkeklerdir). Bir doğruyu veya gerçeği bulmayı hedefleyen filozofun kendisini geleceğini garanti altına ve maddi kazanç sağlama düşüncesinden arınması gerekir. Doğrunun ve gerçeğin keşfedilmesi ise eğitilmiş ve kültürlü bireylerin yetiştirilmesi ile sağlanabilir. Bu kişiler gerçekte topluma öncülük eden ve gerçeği bulmaya veya bilgiye ulaşmaya muktedir birer entelektüellerdi.

Bu dönemde, sıradan insanların dönem kendilerinin ve filozofi ile uğraşanların hayatlarını sürdürebilmeleri için iş verilmiş bir köleydi. Bu durum bireylerin yaşam

süresince ki talihleriydi. Bu düşünce ile çalışan birey burada desteklenmekte ve ön plana çıkarılmaktadır. Bu diğer bireylerin çalışma vasıtası ile kazandığı özgürlüğünün ve bilgeliğin oluşmasında en iyiyi yapma arzusunu tetikler. Bu arzu ve istek, sıradan bir çalışanın yaşamını sürdürmekten daha çoğuna sebep olur.

Aristo iş kavramını ‘iyi bir hayatta ciddi bir tecavüz! Olarak görmüştür. ‘bireyler yaşamlarını sürdürebilmek için iş yapmaktan zorunluluk olmadığı hale getirildiği zaman hayatları daha yaşanılabilir . Ek olarak ‘Antik Yunan da serbest zamanda çalışmamak bireylerin güzel bir hayat için bir zorunluluktur. Aristo’nun bu düşüncelerine baktığımızda mutlu olmanın boş zamana paralel olduğunu söyler.

Antik çağ yunan halkı da boş zamanlardan zevk alırdı. Fakat bu birey çalışan bir kişi değildir. Buna ek olarak, yurttaşlarından kendilerini yurttaş olmayanlardan sınıfsal ve sınıfsal olarak farklı olmaları beklenirdi. Yurttaşlık kriterleri olan bireylerin boş zamanlarında yapacak oldukları aktivitelerine bireysel özel etkinlik alanlarına ve bir araya gelebilecekleri özel yerlere sahiplerdiler.

Bunun yansıması, ticari pazarlar yurttaş olmayanlara ait olan ve çalışan kesimin ürettiği ürünlerin satılmasını veya değiştirilmesini kolaylaştıran yerlerdir. Plato ve Aristo ya göre Vatandaşın kimsenin yardım ve ortaklığı olmadan geliştirdiği hizmet biçimine rağmen bir iş de çalışmayı genellikle alçaltıcı bir durum olarak görmüşlerdir. Aslında bunun tam tersine alçaltıcı olan; hayatlarını idame ettirmek için çalışmaya zorunlu olan bu bireylerin çalışmaya olan ihtiyaçlarıdır. Kısacası normal ve sıradan bireyler çalışmazlar ise yaşamlarını sürdürebilecekleri gelir kaynağını bulamaz ve bu sebeple kısa sürede mevcudiyetlerini yitirirler.

Sylvester e göre günümüze kadar ulaşan bilgi ve kayıtlar, boş zamanın bir tek elit sınıfa ait bir olgu olduğu anlaşıldığını ifade etmiştir. Sylvester: ‘Aristokratlar sıradan halktan- özgür olmayan, ahlaksız ve değersiz üstünlüklerini özgürlük kavramına daha yüksek ve daha sıkı standartlar yükleyerek vurgulamıştır’. Bununda ötesinde elit sınıf ve aristokratlar özgürlük düşüncesini – boş zamanla aynı mana olarak- çalışma düşüncesinden farklı bir şekilde benimsemişlerdir. Aristokratların düşünce yapısına göre sanatla uğraşan bireylerin eksik ve zayıf eğitim görmeleri bu kişilerin boş zaman faaliyetleri için münasip olmayan bir durum oluşturmaktadır. Bunların aksine Aristokratların yetişme sürecinde eğitim ve öğretimlerini, müzik, şiir, tiyatro gibi

sanatlar, dünya görüşü, biçimlendirme sanatı, edebiyat vb. eğitim ve öğretimleri içermektedir. Bunun yanı sıra, aristokratlık mükemmeliyetin boş zamanı, günümüzde ciddi boş zaman olarak tanımlanacak savaş, spor, müzikal rekabet ve diğer alanlarla da ilişkilendirilirdi.

Boş zaman etkinliklerinin yenilikçiler tarafından çalışan bireylerin çalışma dışı zamanlarında yaptıklarından dolayı farklı özelliklerle kontrol edilmesi , tertiplenmesi ve zaman içinde ilerlemesi gerektiğine inandılar (Reid-Cunningham 2008). Daha spesifik anlatacak olursak rekreasyon realizasyon ve bireysel ilerleme gibi kişisel kazanımlar ile bunlara dayanarak ilerleyen kendini gerçekleştirme gibi bireysel kazanımlar ile kendisini anlamak, şahsi ve toplumsal kimliğin ilerlemesini sağladığı koşullarda akla uygun olarak idrak edildi. Amatör düzeyde Tenis hobi olarak pul koleksiyonculuğu veya gönüllü olarak yapılan çalışmalar bu çeşit rekreasyona örnek olarak gösterilebilir. Başka bir taraftan gerçekçi olmayan rekreasyon bu çeşit edinimlerin kazanılmasını gerçekleştirmeyen ancak onun yerine sadece kendini gerçekleştirmek amaçlı uygulanan boş zaman etkinliği, doğada gezinti ve televizyon seyretme (eğlenme amaçlı) alışılmış günlük etkinliklerdir.

19. yüzyılın büyük bir bölümünde iş veren ve iyi bir pozisyona gelmek için çalışanların ayaklılığı; sanayideki gelişim ve sosyal stabilizasyonu tehdit eden bir sebep olarak algıladıkları gözlemlenmiştir. Reformistlerin ayaklığın tehditkâr tesirlerini ortadan kaldırmak için başka bir bakış açısının yanı sıra kentlerdeki ‘ ayak sınıfları’ orta sınıfa dönüştürmeye tasarmışlar.

Bu konuda gösterilen çabalar orta sınıf değerlerinin bu ekibe dayatılmasına olanak sağladı ve gerçekçi rekreasyonla bugün ciddi boş zamanı alı koyma amaçlı bir çaba oluşturarak kayıtsız boş zamana iştiraki azalttı.

Antik Yunanda boş zaman olgusu esenlik, doğruluk , bilgi gibi evrenin yüksek niteliklerine alaka göstermek ve bu olgular hakkında planlar yaparak bu olguları kavramak olarak idrak edilmiştir. Bu perspektife göre, boş zaman sadece hiçbir şey yapılmayan bir zaman olarak değil, aynı zamanda kıymetli bir zaman olarak da algılanmalıdır. Boş zaman, kendini ifade etme, detayları fark etme, hayal kurma, estetik deneyimler yaşama, huzur bulma ve kabul etme gibi etkinliklere ayrılan bir zamandır. Çalışmak avam sınıfındaki insanlar için bir sahiplenmeyi çağırıştırırken, boş

zaman ise toplumun üst tabaka insanlarına, yönetim kısmına ait bir imtiyaz, avantaj olarak görülmekteydi. Roma imparatorluğu periyotunda ise Antik Yunan'ın tersine boş zaman toplumda sınıfsal bir ayrıcalığa gösterge değildi. Bu bakış açısıyla Roma İmparatorluğu süresince boş zaman sınıfsal bir hak değildir (Juniu 2000).

Boş zamanın önemini farkına varan ve bu kavramı faydalanan Antik Yunan'daki dünya tarihine önemli etkiler de bulunan, savaşlar çıkartan, bir çok ulusun tarihten silinmesine neden olan ve bunun yanı sıra yeni milletlerin , devletlerin oluşmasına ve yeni bir dünya düzeni meydana getirmişlerdir; Kölelik. Antik Yunandan başlayan boş zamanı verimli yararlanma etkinlikleri Orta Çağın bitimine kadar sadece soyluların için yapılan aktiviteler olmuştur. Antik olimpiyatlara bir tek sporcu olarak soylu sınıfına ait kişiler müsabakalara yer almışlardır. Olimpiyatlarda yarışabilmek için üst sınıf olma şartı aranmıştır. Sanayi devrimi döneminde bu anlayış süre gelmiştir; çalışan sınıfı, haftalık 72 saatlik iş saatlerinin gerekliliği görülerek motivasyonları sağlanmıştır. Sanayi devriminde bir tek soylu sınıfı ve aristokratlar boş zamanın elde ettiği faydalardan yararlanabilmişlerdir (Bammel and Burrus-Bammel 1996). İnsanlık ilerledikçe boş zaman görüşü ve mantalitesin de de önemli ve belirgin farklılıklar oluşmuştur. Köle olma durumu Antik Yunan'da o günlerde bütün ayrıntılarıyla göze çarpan bir şekilde etkisini göstermiş ve bunun sonucunda üst tabaka kişilerin kendisini geliştirmeleri, kültür sanat etkinlikleri ve bunlardan en mühimi olan sporla da önemli derecede uğraşmaya çalışmışlardır.

Antik Yunan'da kabiliyetlerini düğünler, dinsel ayin gibi kalabalık insan topluluklarının seyrettiği şöenlerde gösteriler yaparak sergileyen soylu sınıfı genellikle asker, sporcu, tacir, sanatkar ve filozoflardan oluşmaktaydı. Antik Yunan toplumlarında boş zamanın ortaya çıkmasıyla birlikte, hasat dönemlerinde ve avlanmayla ilgili törenlerde gerçekleştirilen etkinliklerin başarılı olabilmesi için özel zamanlarda yapılan ritüellerin bir parçası haline gelmiştir. Dualar, danslar, toplantılar ve ziyafetler gibi boş zaman etkinlikleri bu sınıfın temel unsurları olmuştur (Kraus 1998).

Toplum yaşayışında yerlerini alınması için okul sistemi bu meslek sınıflarının gösterdikleri yetenekler üzerine biçimlenmekteydi. Plato sporun çocukların eğitilmelerinin bir parçası olmasının onların fiziksel gelişimlerinde hem de sosyalleşmelerinde çok büyük rol oynadığını. Bu sebeplerden dolayı bu faktörlerin

eğitimin zorunlu bir parçası olması gerekliliğini belirtmiştir. Antik Yunan toplumlarında, boş zamanın ve boş zaman etkinliklerinin yaşamın önemli bir parçası olarak kabul edildiği ve entelektüel bir unsur olarak büyük etkisi olduğu söylenebilir.

Antik Roma'da da boş zaman bilinci Antik Yunan toplumlarındaki gibi hoşça vakit geçirmeye dayanmakta, spor ve sanatsal aktiviteler eğitim ve öğretimin temellerini meydana getirmekte idi. Ancak ziraat sahalarının verimliliği Antik Roma'da insanların arasındaki sınıf farkını belirgin bir biçimde ortaya koymuştur. Bu toplum, senato üyeleri, 25 bin metrekareden fazla tarlaya sahip idare heyeti ve ticaret adamları, sıradan ama özgür insanlar olarak tanımlanabilecek küçük zanaatkârlar ve en alt tabakadaki göçmen toplulukları olmak üzere dört farklı kategoriye ayrılmıştır.

Antik Roma'da toplum içerisinde Sınıfsal farklılığın net bir şekilde belirginleşmesi ile sportif ve sanatsal etkinliklerle boş zamanlarını değerlendiren üst sınıf; spor müsabakalarını ve sanatsal etkinlikleri kölelere yaptırmaya başlamış ve kendileri ise seyirci pozisyonunda olmuşlardı. Bundan sonra ise seyirci etkinlikleri ticari bir olguya dönüşmüştür. Bu sportif ve sanatsal etkinlikleri izlemek isteyen toplumun Orta sınıf insanlarından az miktarda ödeme isteğinde bulunmuşlardır. İnsanlar ve Hayvanların da yer aldığı, gladyatörlerin kavgalarında bazen ölümlerin olduğu gösterilere halkın büyük ilgisini Senatörler ve imparatorlar tarafından görülmüş ve bu gösterileri siyasal hedefler doğrultusunda kullanmaya çalışmışlardır (McLean and Hurd). Boş zaman aktiviteleri ilk önceleri asiller sınıfı tarafından kullanılırken bu aktiviteler gün geçtikçe senatörlerin, imparatorların geniş kitlelere hitap etmesini sağlayan, soylulara ise kazanç sağlayan, bir aktivite olmuştur.

Hristiyanlığın doğuşunda hemen sonra çok çabuk bir şekilde tüm evrene yayılmasıyla beraber, boş zaman kavramı bir kez daha başka bir biçim almıştır. Katolik kilisesi hayatın amacının diğer dünyadaki yaşama bu dünyada hazırlanarak gitmek olduğu anlayışını benimsemiş, bu düşünce tarzı da; toplumun monoton, can sıkıcı, dertli ve üzüntülü bir hayat sürmesine sebep olmuştur (Torkildsen 2012). Kültür sanat çalışmaları geri plana atılmış , eğitim unutulmuş; Yunan ve Roma mirası da bu döneme mağlup olmuştur (Shen and Yarnal 2010).

Ortaçağ Dünya'sı; Rönesans'a kadar olan dönemde boş zamanlarını genelde kentlerde kurulan panayırıları gezerek, geçiriyorlardı. Orta çağ dünyasında toplumlar genellikle

zamanlarını salgınlar ve savaşlarla geçirmişler, yaşayabilmek ve ayakta kalabilmek için zorlu süreçlerden geçmişlerdir. Bu sebepten dolayı Ortaçağ'da boş zaman aktiviteleri ilerleyememiş ve geri kalmıştır.

Rönesans dönemi ile beraber tüm Dünya'da ve özellikle Avrupa'da hızla genişleyen yaratıcılık, edebiyat, kültür sanat, spor, müzik, gösteri sanatları, opera akımları bütün insanlığı çok çabuk bir şekilde etkisi altına almıştır . Toplum artık Rönesans'ın etkilediği eserleri kullanabilmek için kendilerine zaman ayırmıştır, toplumun orta sınıfını oluşturan kişilerde bu hareketten önemli derecede etkilenmiştir vararak. Soylular ise bu aktiviteleri devamlı izleyen kişiler haline gelmişlerdir. Kültür sanat organizasyonları , gösteri sanatları, opera gibi aktivitelere sürekli bir şekilde iştirak etmişlerdir. Bununla beraber heykel, heykel taşlık ve ressamlık, gibi aktivitelerle kendileri ilgilenmişlerdir.

Boş zaman tanımı Endüstri Devriminden sonra bugünlere kadar gelen süreçte son hali yavaş yavaş biçimlenmiştir. I. Endüstri Devriminden sonra kentler gelişmiş ve nüfus artmış, köylerden kentlere göç başlamıştır. Bu göçler, şehir nüfuslarının kalabalıklaşmasına, fakirliğin artmasına ve iş saatlerinin artmasına sebep olmuştur. Suç oranları artmış ve çocuklar çalıştırılmaya başlamıştır. Bu olgular, tamimiyle boş zaman olgusuna aykırı bir yapı geliştirmiştir (Torkildsen 2012). II. endüstri devrimi ile birlikte bu durum değişmiş ve birinci endüstri devriminin aksine akıl ve mantığa uygun bir şekilde şekillenmeye başlamıştır. Bilimin ve endüstriyelleşmenin ilerlemesiyle birlikte, iş hayatının monoton bir şekilde şekillendiği 1930'lu yıllardan sonra toplumun iş ve yaşam koşulları iyileştirilmiş ve insanlara daha fazla serbest zaman sunulmuştur. Bunla beraber çalışanların iş saatleri devletler yönetimleri tarafından bir günde en çok 8 saat olarak tayin edilmiş ve saatler kanunlaştırılmıştır. Boş zaman kavramı bu son şekliyle modern endüstri çağının konstrüktif niteliğini meydana getirmektedir (İlban and Özcan 2003).

II. Dünya savaşından sonra özellikle 20. yüzyıl başlarında önce endüstrileşmiş ve gelişmiş toplumlarda olmak üzere yeni bir sosyal nitelik ve düşüncenin ilerlediği görülmüştür . Bu düşünceye göre; endüstrinin gelişmiş olduğu toplumlarda yalnız çok randımanlı , çok çalışan insan tamimiyle rahatlığa , özgürlüğe ve refaha kavuşamamaktadır. Disiplinli, sabitleşmiş ve tekdüze bir çalışma ve iş rutini , kendini ait hissetmemesi, çalışma hayatına uyumsuzluk, ruhani tatminsizlik gibi bireysel ve

sosyal bir çok problemin sebebini oluşturmıştır. Bu problemlerin sonuçlanmasını sağlayacak tepki bir tek dinlenme, rahatlama ve tekrar çalışma hayatına geri dönme anlayışından uzak, iyi vakit geçirme ve ruhun yenilenmesine faydalı olacak etkinlikleri de kapsayan , iş hayatından dışında yer alan boş zamanın artması ve bu zamanın faydalı bir şekilde kullanılması şekline bir düşüncenin oluşmasını sağlamıştır (Karaküçük 2005).

2.2.2. Boş Zaman Aktivitelerinin Sınıflandırılması

Boş zaman etkinlikleri; etkinliklerin fonksiyonlarına veya değişikliklerine tabi olarak gruplandırılabilir. kişiler aktivitenin hedefi ve gönüllü olma isteği istikametinde etkinliklere katılmaya karar vermişse buna uygun boş zaman türü meydana gelmektedir.

Aktivitelere katılan her birey için farklı amaçlar ve hedeflerin olabileceği, bununla beraber bir çok boş zaman aktivitesinin olduğu varsayıldığında kesinlikle bir sınıflama yapılmasının gerekliliği de ortaya çıkmıştır.

Boş zaman aktiviteleri değişik şekillerde ve formatlarda sınıflandırılabilirler. Yere göre, vakite göre, yapılacak olan aktivitenin çeşidine göre, niteliğine göre; kişisel mi yoksa grup ile yapılıp yapılmadığına, fiziksel veya ruhsal olup olmadığına, terapötük fayda sağlayıp sağlamadığına gibi çeşitli şekillerde çoğaltılabilir. Yapılacak olan bu boş zaman aktiviteleri de maksatlarına ve fonksiyonlarına göre de sınıflandırılırlar. İstirahat, Kültürel ve tarihsel, sosyalleşmek, sporsal, turizm bazlı yapılıyor olabilirler (Mull, Bayless et al. 2005).

Araştırmacılara göre boş zaman sınıflandırılmasında, mantık içerisinde temel alınan şey, bireylerin boş zaman faaliyetlerine iştirak eden olan gayeler, arzular ve hazlar olmalıdır (Karaküçük 2008). Aktiviteye katılan bireylerin özellikleri, hedefler, yer Boş zaman aktivitelerinin türlerinin sınıflandırılmasında gibi kıstaslar rol oynamaktadır. Bu sınıflama yapılırken gözden kaçırılmaması gereken birçok önemli nota vardır. Yapılacak olan boş zaman aktivesi yapılmış olan bu sınıflandırmaların aynı anda birkaç tanesin dede yer alabilir (Sevil, Şimşek et al. 2012). Örnek olarak kayak golf ve buna benzer sportif aktiviteler aynı zamanda açık hava aktivitesi olarak da adlandırılabilir (Yüncü, Coşkun et al. 2013). Boş zaman aktivitelerinin çok çeşitli

olması bu tür durumlara karşılaşılmamasına sebeptir. Bu durum aktiviteler için net bir ayırımın yapılmasını zorlaştırmaktadır (Hazar 2003).

Boş zamanla ilgili araştırmalar günümüze kadar birçok kez yapılmıştır ve bu çalışmalarda çeşitli boş zaman etkinlik türleri tanımlanmıştır. Bu tanımlamalar ve çeşitli sınıflandırmalar, boş zaman etkinlikleri türleri, boş zaman aktivite kategorileri, boş zaman etkinlik sınıfları, yetişkinler için boş zaman aktiviteleri, ciddi ve kayıtsız boş zaman türleri gibi birçok boş zaman kategorisi açıklanmış ve araştırılmıştır. (Gould 2005). Bu aktiviteler sınıflandırılırken ;kapalı veya açık hava alan – aktif olarak yapılan veya pasif olarak yapılan- aktiviteler olarak birbirlerinden ayrıldığı görülmüştür. Sosyal etkinlikler , kültürel aktiviteler, kapalı alan etkinlikleri açık alan aktiviteleri ,sportif etkinlikler (Obinna, Owei et al. 2009) gibi farklı özellikte olan boş zaman aktivitelerinin sınıflandırıldığı görülmüştür.

Araştırmacılara göre bireylerin aktivitelere katılma biçimi, yer, katılımcıların ulusları, demografik yapıları, nitelikleri ,sayıları her açıdan değerlendirilerek sınıflandırmaktadır (Hazar 2003). Boş zaman aktivitelerine ve bu tür aktivitelere iştirak eden kişilerin hedefleri, arzuları ve hoşnut oldukları veya mutlu oldukları şeylerin farklılaşması sebebiyle sınıflandırmanın da bu anlamda farklı biçimlerde oluşturulması icap ettiği belirtilmektedir (Karaküçük 2008).

Bu sebepler nedeniyle, boş zamana ile ilgili bilgiler çoğalıp çeşitlendikçe, karşımıza çıkan çalışmalarda boş zaman aktiviteleri çeşitlerine göre bir çok farklı kategorilerin oluştuğu ve kullanıldığı, boş zaman çeşitleri ve ilgi duydukları konularla ilgili çeşitli deneysel gerçeğin meydana çıkmıştır (Gould 2005). Örnek olarak, yapılmış olan bir araştırmada boş zaman aktivitelerine katılım ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelenmiş, katılımcıların kişilik özelliklerinin hangi boş zaman aktivitelerine göre inceleneceği konusunda değişik yollar kullanılmıştır.

Lu ve Hu (2005) tarafından yapılan bir araştırma, kişilik özelliklerinin boş zaman tercihlerini ne kadar ve nasıl etkilediğini incelemeyi amaçlamaktadır. Bu çalışma, 35 farklı boş zaman aktivitesini temel alan ve beş faktör modelini kullanarak yapılan bir nitel araştırmayı içermektedir.

Beş faktör modeli, kişilik özelliklerini genel olarak açıklamak için kullanılan bir psikolojik modeldir. Bu model, kişilik özelliklerini beş temel boyut üzerinden değerlendirir: dışadönüklük, uyumluluk, açıklık, duygu durumu denge ve sorumluluk. Lu ve Hu'nun araştırmasında, katılımcıların boş zaman tercihlerini belirlemek için 35 farklı boş zaman aktivitesi listesi kullanılmıştır. Bu aktivitelerin her biri, katılımcıların tercihlerini ve ilgi alanlarını temsil eden farklı alanları kapsamaktadır. Örneğin, spor aktiviteleri, sanatsal etkinlikler, sosyal etkinlikler gibi farklı kategoriler bulunabilir (Lu and Hu 2005).

Yapılmış olan nitel bir çalışmada da bireylerin özelliklerinin boş zaman tercihini ne kadar ve nasıl tesir ettiğini bulmak sebebi ile yapılmış olan , Bu araştırma, en fazla katılım gösterilen 35 boş zaman etkinliği ve 5 ana kategori (faktör) üzerine odaklanarak bir temel oluşturmuştur. Kapsamlı görüşmeler sonucunda belirlenen 35 farklı boş zaman etkinliği; hobiler (fotoğrafçılık, müzik enstrümanı çalma vb.), spor etkinlikleri (koşma, takım sporları vb.), sosyal etkinlikler (sosyalleşme, sohbet vb.), iç mekan etkinlikleri (TV izleme, internet kullanma vb.) ve açık hava etkinlikleri (yürüyüş, seyahat, kamp yapma vb.) gibi çeşitli aktiviteleri içermektedir. Bu etkinlikler sınıflandırılarak incelenmiştir.

Chen (2005) tarafından yürütülen doktora tez çalışması, beş faktör kişilik modeli, boş zaman tatmini ve boş zaman motivasyonu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmada, 600 yükseköğrenim öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen çalışmada, günlük televizyon izleme süresi ve boş zaman aktivitelerine ayrılan zamanın analizi yapılarak boş zaman kişiliği araştırılmıştır (Chen 2007).

Lu ve Hu'nun (2005) nitel araştırması, kişilik özelliklerinin boş zaman aktivitelerine yönelik tercihleri nasıl belirlediğini açığa çıkarmayı amaçlamaktadır. Bu çalışmada, 35 farklı boş zaman aktivitesi ve 5 faktör modeli kullanılarak elde edilen veriler detaylı bir şekilde analiz edilmiştir. Araştırma kapsamında, katılımcıların en çok tercih ettikleri 35 boş zaman aktivitesi ve kişilik özellikleri incelenmiştir. Araştırma, geniş kapsamlı mülakatlar yoluyla gerçekleştirilmiş ve hobiler (fotoğrafçılık, enstrüman çalma vb.), sportif etkinlikler (koşma, takım sporları vb.), sosyal etkinlikler (sosyalleşme, sohbet vb.), Çalışmada, kapalı alan etkinlikleri olarak TV izleme, internet kullanma gibi aktiviteler ile açık alan etkinlikleri olarak yürüyüş, seyahat,

kampçılık gibi farklı etkinlikler, ayrı ayrı sınıflandırılarak detaylı bir şekilde analiz edilmiştir. (Lu and Hu 2005).

Chen (2005) ise yüksek öğrenim öğrencileri üzerinde yaptığı doktora tez çalışmasında, beş faktör kişilik modeli, boş zaman tatmini ve boş zaman motivasyonu arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamıştır. Bu çalışmada, n=600 öğrenci üzerinde yapılan analizlerle, günlük televizyon izleme süresi ve boş zaman aktivitelerine ayrılan zamanın boş zaman kişiliği üzerindeki etkisi incelenmiştir (Chen 2007).

2.2.3. Ciddi Boş Zaman

Stebbins (1997) tarafından yapılan etnografik araştırmalar sonucunda, ciddi boş zaman (CZB) kavramı şu şekilde tanımlanmıştır: "CZB, özel bilgi, beceri ve deneyim gerektiren, önemli, ilgi çekici ve tatmin edici amatör, hobi veya gönüllü faaliyetlere odaklanarak, kariyer hedefleri doğrultusunda seçilen etkinliğe sistemli bir şekilde zaman ayırma sürecidir." (Gibson, Willming et al. 2002, Gould 2005, Stebbins 2007, Maloney 2008, Stebbins 2008, Shen and Yarnal 2010, Kim, Lee et al. 2017).

Stebbins'e göre, boş zaman etkinliklerinde daha fazla doyum ve haz yaşayan bireyler genellikle çeşitli ve içerik olarak zengin etkinliklere yönelen kişilerdir. Bu durum, ciddi boş zaman kavramının boş zamanın genel tanımının ötesine geçtiğini ve daha zengin deneyimler sunan etkinliklere odaklandığını göstermektedir. Başka bir yapılan tanımda; kariyerli bir birey olma düşüncesiyle oldukça haz verici olan, oldukça mühim, dikkat çekici ve kendine has bilgi, yetenek ve tecrübe gerektiren zevk için, hobi ya da gönüllü etkinliklerdir (Stebbins 1997).

Stebbins'e göre, ciddi boş zaman etkinlikleri, bireylerin kariyer hedeflerine yönelik olarak önemli, ilginç ve tatmin edici olan etkinliklerdir. Bu etkinlikler genellikle amatör, hobi veya gönüllü faaliyetler olarak nitelendirilir ve kendilerine özgü bilgi, beceri ve deneyim gerektirir. Bu tür etkinliklere katılan bireyler, hem kişisel tatmin sağlama amacı güderken hem de kariyerlerini ilerletmek için zaman ve çaba harcarlar (Akyıldız 2013).

Yapılmış olan tüm bu kavramın niteliklerini belirtildikten yola çıkılarak İngilizce serious leisure ifadesinin Türkçe çevirisi olarak ciddi boş zaman söyleyişinden yararlanmasının uygun olduğu değerlendirilmiştir. Tercüme problemleri bil hassa

teorik ve kurumsal amaçlı bilimsel araştırmalarda sözcüğün net olarak düşünceyi ifade edebiliyor olması veya ifadede farklı anlamların oluşması endişesini oluşturmaktadır. Yaratılmış olan bu kavramsal sınırlar İngilizce serious sözcüğünün “büyük ciddiyet, resmiyet, iç kapayıcı, neşesiz ve şaka olmayan” manalarından daha çok; “içtenlik, samimiyet, istek, önem, özen, itina” nitelendirmelerle bağı olduğunu ve bu sözcüklerle anlam elde ettiğini anlatmıştır. Bu açıdan lisanımızda ciddi tümcesinin “ağırbaşlı, tehlikeli, endişe veren, ağır, şaka olmayan” ifadelerinin yanında “titizlik göstermek, önem vermek, gerçek, önemli” (Türk Dil Kurumu Sözlüğü) ifadelerini de barındırdığı bilinmektedir. Bu sebepten, serious leisure’ın Türkçe anlamı olarak “ciddi boş zaman” dan yararlanılmış ve dikkat gösterilen, değer veren boş zaman biçimindeki ifadelerinde aynı anlamı bulduğu görülmüştür (Akyıldız 2013).

2.2.4. Ciddi Boş Zaman (Serious Leisure) Perspektifi

1982'den bu yana, boş zaman kavramı sosyal bilimler alanında kapsamlı bir şekilde araştırılmıştır. Bu süreçte, kavramın anlamıyla ilgili birçok çalışma gerçekleştirilmiştir.. Özetle ciddi boş zaman yaklaşımı, kendi isteğiyle seçilen etkinliklere aktif katılım gösteren ve bu faaliyetlerden aldığı keyif nedeniyle, profesyonel iş hayatının dışındaki zamanlarında bilgi ve yeteneklerini değerlendirerek aktivitelere devam eden bireyleri kapsar. (Üstün and Üstün 2020)

Boş zaman Ciddi boş zaman perspektif tarafından merkez bir etkinlik gibi algılar ve bu etkinliği kuramsal olarak üç ana başlıkta tetkik edilir a) ciddi boş zaman faaliyetleri, b) kayıtsız boş zaman faaliyetleri ve c) proje merkezle/tabanlı boş zaman faaliyetleri (Üstün and Üstün 2020). Ciddi boş zaman perspektifinde anılan ciddi niteliği ciddiyet, ağır, kederli olma, tekdüzelik ve bunalım dan daha ziyade titizlik, candan, samimi, gerçek, önemli ve güvenilir e benzer nitelik ve nicelikleri barındıran bir sıfattır (Stebbins 2016).

Ciddi boş zaman faaliyetleri Perspektife bakarak üç biçimde akış göstermektedir: **a)** amatör meşgaleler, **b)** hobi faaliyetleri ve **c)** gönüllü olma/kariyer gönüllülüğü. Amatör katılımcılar sanatsal, bilimsel ve sportif sahada olabilirler ve bir biçimde uzman ve profesyonel benzerleriyle karşılıklı olarak bir etkileşim halindedirler. Bu iki küme, konu olan faaliyetin uzmanlaşmış ve profesyonelleşmiş bireylerin gelir kaynağı olduğu için biri diğerinden ayrılır ve dolaylı olarak profesyonelleşmiş olanlar bu

konunun (Perspektifin) haricinde kalır. Diğer bir taraftan hobiciler de kendi arasında beş ayrı grup altında tetkik edilir: **a)** para, pul vb. gibi koleksiyoncular, **b)** amatör olarak tamir yapanlar, **c)** balıkçılık uçurtma vb. gibi yarışmacı olmayan faaliyet katılımcıları **d)** hobi amaçlı sportif faaliyetler **e)** temel bilim dalları ile ilgili hobiler (Stebbins 2017).

Alturizm ve bireysel yarara benzer iki karşıt güdülenme Perspektifte gönüllülük üstün konumlanmıştır. Bu vaziyeti bir modelleme ile anlatmak gerekirse; alturist (diğergam) dürtülerle diğer bireylere bir çeşit yarar sağlayan gönüllülerin bu süre zarfında tecrübe edindikleri 6 farklı yararlardan (toplumsal etkileşim, öz güven kazanma, bir grup ile hareket edebilme vb gibi) istifade etmektedirler (Stebbins 2016).

Amatör, hobici ve gönüllü olarak Ciddi boş zaman faaliyetlerinde yer alan iştirakçilerde aynı düzeyde olan fark ettirici nitelikte belirtilebilir. Bu nitelikler:

1. **Sebat edebilme:** faaliyetlerde benzer seviyede doyunluk hissetmek isteyen katılımcıların ara sıra yüz yüze karşılaştıkları güçlüklerle başa çıkabilme halini anlatır. Bir beyzbol oyuncusunun doğru hedefe isabetli atışlar yapmak için sürekli olarak atış çalışmaları yapması, bu kavrama bir misal olarak gösterilebilir.
2. **Kariyer elde edebilme:** ilgi duyulan faaliyetin iştirakçisine iş hayatında başarılı olma ve uzmanlaşma fırsatları verilmektedir. Ancak bazı sanatsal ve sportif branşlarda bu vaziyetin tam tersine iş hayatında ilerlemesine engel olabilir.
3. **Kişisel çaba:** Katılımcılar, aktivitelere bireysel bir çaba sarf ederek, özel bilgi, yetenek ve bilgilerini, eğitimlerini ve hatta bazı durumlarda tüm bu özelliklerin tamamını kullanırlar. Ciddi boş zaman etkinliklerine katılanlar, atletik yetenek, bilgi gibi bireysel çabalarla birlikte yüksek seviyede ilerleme gösterirler.
4. **Kalıcı faydalar:** ciddi boş zaman faaliyetleri bireyin kendi öz güvenini kazanması, kendisini geliştirmesini, anlatabilmesini, ilerlemesini veya modernleşmesini, yapabilme ve başarabilme hissini, gururunu, kendisine olan saygısını, toplumsal iletişim ve kendini ait olma hissi gibi duygusal ve faaliyetin sürekli fiziksel (somut) yararlar temin eder.
5. **Ahlaki değer:** Ciddi boş zaman etkinlikleri, sosyal ve kültürel değerlerle uyumlu niteliklere sahiptir.

6. **Özdeşleştirme eğilimi:** ciddi boş zaman faaliyeti iştirakçisi ile faaliyet içerisinde süreç içerisinde bir bağ oluşur (Stebbins 2016, Stebbins 2017). Detaylı olarak incelendiğinde, ciddi boş zaman etkinliklerinin kayıtsız veya ciddi olmayan boş zaman etkinliklerinin tam bir zıddı olduğu görülmektedir. Kayıtsız serbest zaman faaliyetleri, bireye manevi açıdan doyurucu bir tatmin sağlayan etkinlikler olarak değerlendirilebilir., sadece boş zamanı değerlendirmek için rastgele bir hususi gayret veya yetenek icap etmeyen faaliyetlerdir. Rastgele seçilmiş bir eğlenceli oyun ile az süren biçimde meşgul olma, oturma, uyuklamak ve gezi yapmak gibi huzur elde ettiren faaliyetler, televizyon seyretmek, dergilere göz gezdirmek veya müzik dinletisi dinlemeye benzer çok hareketli olmayan faaliyetler, talih oyunu oynamak, arkadaşlar arsında salon oyunları okey monopol e benzer hareketli aktiviteler toplumsal bütünleşme ve sosyalleşmeyi kapsayan faaliyetler, yeme-ime, gibi ruhsal ve hissi uyarım yapan faaliyetler ve düşük düzeyde uygulanan step- aerobik, yoga gibi faaliyetler kayıtsız serbest zaman faaliyetleridir (Stebbins 2006).

Kayıtsız boş zaman faaliyetleri, ciddi boş zaman faaliyetleri kadar sürekli olmasa da, katılımcıya birçok fayda sağlayabilir. Bu yararlar özetle, faaliyetlerin meydana çıkarttığı yaratıcı olama durumu ve bilinmeyen bir şeyi keşfedebilme , televizyon, dergi-kitap, vs., vasıtasıyla neşeli ve hoş eğitim, güçlü biçimde canlanma, bireyler arası bağların güçlenmesi ilerlemesi durumudur (Stebbins 2016). Ancak kayıtsız boş zaman faaliyetleri az önce bahsettiğimiz yararlarının yansira, tercih edilen faaliyetin türüne göre birtakım negatif hallere de sebep olabilmektedir. Örnek vermek gerekirse doğru seçilmeyen kayıtsız boş zaman faaliyetlerinde, problemlili kişiler sıra dışı faaliyetlere yönelebilirler (Arslan 2011).

Planlanmış ve tasarlanmış temeli olan boş zaman faaliyetleri ise az zamanda, mantıklı miktarda kompleks, bir kez yada zaman zaman uğraştıran, her şeye karşın bireyi ilerleten ve yaratıcılığını arttıran faaliyetlerdir (Stebbins 2007). Bir kez tasarlanmış olan aktiviteye bireyler hali hazırdaki düşünce ve yeteneklerini sergilerler. Buna ek olarak faaliyet başlamadan dergi, kitap a benzer literatür yada uzun sürmeyen bir eğitim aracılığıyla zaruri olan yönerge ve sorumluluklar hakkında bilgilenmeye çalışırlar. Zaman zaman meşguliyet gerektiren bir projelerde ise bir kez tasarlanmış projelerin tersine iştirakçi mantıklı güçlüklerle

mücadeleden motive olmaktadır. Mutfak etkinliği ve dekoratif etkinlikler e benzer kreatif etkinliklerle uğraşmak, yakın arkadaşın doğum günü -nişanını gibi kutlamalarını planlamak, toplumun faydası için tasarlanmış projelerde görev almak zaman zaman bu projelere model olarak gösterilebilir (Stebbins 2017).

Perspektif açısından ele alındığında, gönüllülük genellikle altruizm ve kişisel faydalar olmak üzere iki temel güdü üzerine odaklanır. Altruizm, başkalarına yardım etmek ve onların iyiliğini düşünmekle ilgili bir güdüyü ifade ederken, kişisel faydalar daha çok bireyin kendi çıkarlarına yönelik motivasyonları kapsar.

Gönüllülük, altruizm ve kişisel faydalar arasında zıt iki güdü üzerine odaklanır diyebiliriz, çünkü altruizm, başkalarının refahını düşünerek hareket etmeyi içerirken, kişisel faydalar daha çok bireyin kendi ihtiyaçlarını karşılamayı hedefler.

Ancak, gönüllülüğün net bir şekilde anlaşılabilmesi için öncelikle gönüllülük kavramının tanımının yapılması önemlidir. (Stebbins 2011)

Stebbins'in eserinde, gönüllülüğü tanımlarken Smith, Stebbins ve Dover'in tanımına atıfta bulunularak "iktisadi veya istemsel olmakla birlikte kısa süreliğine dahi olsa gönüllülük esasına dayanan bir işi resmi veya gayri resmi ortamlarda gerçekleştiren kişi" olarak tanımlanmaktadır. Bu tanım, gönüllülüğün içerisinde iktisadi veya istemsel motivasyonların yer alabileceğini vurgulamaktadır.

Gönüllülük, içerik olarak zıt görünen güdüler tarafından çerçeveselense de aslında bu güdüler birbirinden bağımsız değildir. Örneğin, başkalarına hizmet etme veya fayda sağlama amacıyla gönüllük yapan kişiler, bu süreçte sosyal etkileşimden, kendini gerçekleştirme deneyiminden ve grup başarısına katkıda bulunmaktan gibi çeşitli faydalar elde edebilirler.

Yani, gönüllülerin karşılıksız yardımlarıyla başkalarına hizmet etmeleri ve bir anlamda fayda sağlamalarıyla birlikte kendileri de bu süreçte çeşitli kazanımlar elde edebilirler. Gönüllülük, hem başkalarına yardım etme amacını taşıyan bir içeriğe sahip olabilir hem de gönüllülerin kendi kişisel gelişimlerine ve

tatminlerine katkıda bulunan bir deneyim olabilir (Stebbins 2011).

Ciddi boş zaman perspektifinin niteliğinden bahsedilirken perspektifin çok branşlı bir yapısının olması bütününü ayrıntılı araştırılmış ve bu yüzyıla nasıl entegre edilebileceği tartışmıştır. Stebbins' e göre boş zaman faaliyetlerinin son yıllarda süratli bir biçimde ilerlemesi ve türülük göstermesi perspektifin ne kadar önemli olduğunu belirtmektedir, bu faaliyetler ciddi boş zaman perspektifinde belirtilen ciddi, kayıtsız ,tasarım ve proje temelli boş zaman faaliyetleri içerisinde ortaya çıkmaktadır. Ayrıca, ciddi boş zaman yaklaşımının son zamanlarda uluslararası bir boyut kazanması (örneğin AB ülkeleri) perspektifi önemli hale getirmektedir. Şekil'de Ciddi Boş Zaman Perspektifi de bulunmaktadır (Cohen-Gewerc and Stebbins 2013).

2.2.5. Ciddi Boş Zamanın Ayırt Edici Özellikleri

Ciddi boş zaman ve kayıtsız boş zaman arasında altı farklı karakteristik özellik belirlenmiştir (Stebbins 1982). Boş zamanda gerçekleştirilen etkinlik konusunda pes etmeden sonuna kadar sürdürmek.

- Bireysel ve önemli bir gayret harcamak
- Boş zaman kariyerine sahip olmak
- Gerçekçi ve kesintisiz yararlar temin etmek
- Orijinal normlar, akideler ve kıymet düzeninden yaratılan toplumsal bir hayat yaratmaz ve bu toplumsal hayatın bir parçası haline gelmek,
- Belirlenen etkinlik ile katılımcı birey arasında kuvvetli bir ilişki oluşturmak olarak belirlenmiştir.

Boş zamanın özelliklerini incelediğimizde ilk fark ettiren özellik, boş zamanda yapılan etkinlik konusunda azim gösterilmesidir. Katılımcıların katılmış oldukları etkinliklerden büyük bir çoğunlukla hoş anılar deneyimleseler de, utanma, vahşi hava koşulları, anksiyete, aşırı yorgunluk, hafif yaralanmalar gibi birçok sıkıntılı durumlarla karşılaşa bilmektedirler. Bu sebeple bir etkinliğe bağlı kalmak, mutlu duygular deneyimlemekle birlikte yapılan o etkinliğin zorluklarını yenmek ve pes etmeden sonuna kadar devam etmek ile de ilgilidir. Zorluklara dayanmak, kaybetmiş bir kişiyi veya takımı desteklemeye devam etmek, yapılan etkinliklerin zorluklarda çıkan

sorunları çözebilmek ve oyunun içerisinde kalabilmek, ciddi boş zamanı kayıtsız boş zamandan ayıran esas özellik budur.

Başka bir ayırım ise, katılım yapılan etkinliğe gelişim kaydedilerek bu alanda başarılı olabilme; amaca ulaşma bilmek katılımcıların seçmiş oldukları faaliyetlerde gelişim ve başarı için sürekli girişimlerde bulunmak ve yapılan etkinliklerle alakalı bir kariyer kazanmaktır. Yapılan gayret ve efor sarf ettiren etkinliklerin doğasından nedeniyle zorluklarına dayanarak mühim yerlerine erişmek, adım adım ilerleyerek bir kariyer oluşturmakla ilgilidir. Bir örnek olarak, uzun yıllar boyunca haftanın birçok gününde suçlu veya borçlu kişilere yönlendirme yapabilen bir gönüllü, amatör bir ressam ise on yıl süresince birçok tuval boyayıp satarak faaliyet gösterebilir. Bir hobi koşucusu ise katıldığı yarışlar için kendi kondisyonundaki gelişimleri gözlemleyebilir. Bu nedenle, amatörler, gönüllüler ve hobici katılımcılar, katıldıkları aktivitelerde ilerlemeye ve kariyer yapmaya çalışan bireylerdir. (Akyıldız 2013). Bir başka özellik ise katılınan etkinlik ile alakalı malumat, antrenman seviyesi veya yeteneği iletirmek ve gelişimi sağlamak için önemli derecede bireysel gayret sarf etmektir. El yetenekleri, iletişim becerisi, entelektüel bilgi, deneyimler, sanatsal etkinlikler, performans veya buna benzer öğelerin kazanılmasında gösterilen sürekli bireysel gayretler, profesyonel olmayan ve hobicileri aktivitelere yeni başlayanlardan ve başka bireylerden farklı kılar; gönüllüleri de acemi katılımcılardan farklı kılan önemli farklar vardır.

Ciddi boş zaman etkinliklerine iştiraklerin bir diğer farklı kılan özelliği olarak sürekli kazanç sağlama gibi faydalar da dikkat çekmektedir. Bu faydalar;

Ciddi boş zaman etkinliklerine katılmanın bir diğer ayırt edici özelliği olarak sürekli kendini gerçekleştirme, fiziksel olarak güçlenme ve kendisini ifade etme gibi avantajlar da göze çarpmaktadır. Bu avantajlar; yenilenme/canlanma, başarabilme/yapabilme hissi, şahsiyet algısı, toplumsal etkileşim ve ait olma, yapılan etkinlik sonunda el ile tutulabilir bir mahsul ortaya çıkarma, hoş ve neşeli bulunmak üzere sekiz belli başlı yarar biçiminde meydana çıkabilmektedir (Akyıldız 2013).

Ciddi boş zaman etkinliklerine iştirak etmenin bir diğer ayırt edici özelliği ise, katılımcıların orijinal kalıplar, inançlar ve toplumsal değerlerden oluşan bir sosyal dünya yaratma çabası içinde olmalarıdır. Amatörler, hobici ve gönüllüler, kendi alt

kültürlerini oluşturmak için özel değerler, ahlaki normlar ve performans ölçütlerini içeren bir çaba gösterirler. Ciddi boş zaman etkinliklerine katılan kişiler, bu oluşturdukları sosyal çerçevede ilgilendikleri aktiviteyi sürdürebilirler. Diğer bir ifadeyle, benzer inançlara, ahlaki değerlere ve normlara sahip bir sosyal ortam olmadan ciddi boş zaman etkinliklerine dahil olanların, ilgili aktiviteyi devam ettirmeleri zorlaşır.

Ciddi boş zamanın diğer bir özelliği, etkinlikle katılımcılar arasında güçlü bir bağın oluşması ve katılımcının kendini ifade edebileceği bir platform haline gelmesidir. Bu şekilde, etkinlik katılımcılar arasında derin bir ilişki kurulmasını ve kişisel ifade imkanının sağlanmasını sağlar.. Katılımcılar, ciddi boş zaman etkinliklerine aktif bir şekilde dahil oldukça, etkinlik kendi özelliklerini yansıtan bir hale gelir. Etkinlik, katılımcının kişisel tercihlerini, yeteneklerini ve ilgi alanlarını yansıtır hale gelir. Bu durum, katılımcıların kendilerini keşfetmelerine, yeteneklerini geliştirmelerine ve kendilerini ifade etmelerine olanak tanır.. Ciddi boş zaman katılımcıları arkadaşlarına veya sosyal ortamlarda konuşmalarında sık sık büyük bir heyecan ve gururla tercih etmiş oldukları aktivitelerden söz ederler; yeni arkadaşlık kurdukları kişilere de kendilerini tanıtırken seçtikleri aktivitelerden bahsederek tanıtırılar.

Yapılmış olan bir araştırmalara göre amatör ciddi katılımcıların seçtikleri ciddi boş zaman aktivitelerden coşku ve bağlılıkla bahsettikleri görülmüştür. Ancak kayıtsız serbest zaman aktivitelerine katılan bireylere fark ettirici bir nitelik sağlamak için oldukça alışagelmış , sıradan uzun sürmeyen ve gelir geçer özelliğe sahiptir. Kaliteli olmak adına olağan, kısa süreli, bayağı ve süreli niteliği bulunmaktadır. (Stebbins 1982, Stebbins 2007)

Görüldüğü üzere ciddi boş zaman iştirakçilerinin farklı kılan özellikleri birbirine çok yakın ve benzer durumda olmalarıdır. Katılımcının tercih ettiği etkinliğe sürekli katılımını sosyal çevresi ve yakınları sağlar ve bu devamlılık kişiye toplumsal ve kişisel yarar olarak geri döner. Katılımcı bu yararı devam ettirmek veya fazlalaştırmak için ise; bireysel ve dikkati çeken bir gayret sarf ederek etkinlik Daha kapsamlı bir bilgiye sahip olma amacıyla çeşitli çabalara girer.

Katılımcını tercih ettiği etkinlik bundan sonra kişinin hayatının önemli bir bölümü olur, günlük planlarını ve hayatını bu etkinlik zamanının arta kalan kısmına göre ayarlama başlamıştır. Bu belirgin özellikler, ciddi boş zaman etkinliklerine katılan bireyleri kayıtsız boş zaman etkinliklerinden kesin bir şekilde ayırmak için en önemli göstergeler olarak kullanılır. (Stebbins 2007)

2.2.6. Ciddi Boş Zaman Teorisi

Stebbins araştırma ve incelemeleriyle ortaya çıkan ciddi boş zaman kuramının, amatör, hobici veya gönüllü aktivitelerle diğerk türden boş zaman etkinliklerinden ayrıldığı düşünülmektedir (Stebbins 1992). "Ciddi boş zaman" kavramı, katılımcının özel yetenek, bilgi ve deneyim elde etmek ve/veya ortaya çıkarmak amacıyla ilgi çekici ve tatmin edici bir şekilde düzenli olarak amatör, hobi veya gönüllü etkinlikleri takip etmesini ifade eder (Stebbins 1992). Alternatif bir ifadeyle, ciddi boş zaman etkinlikleri, katılımcıları zorlukları ve karmaşıklığıyla etkileyen amatör, hobi veya gönüllü faaliyetlerdir. Bu tür etkinlikler, kişileri kendilerini geliştirmeye teşvik eden ve derin bir ilgi duydukları alanda yeteneklerini keşfetmelerini sağlayan etkileyici deneyimler sunar (Stebbins 2001).

Gönüllülük odaklı gerçekleştirilen aktiviteler, ciddi boş zaman mantalitesinde önemli bir yer tutmaktadır. Gönüllülük, özveri ve kazanç olmak üzere iki farklı motivasyon yolunu içermektedir. Bu iki yöntemle, bireyler gönüllük sayesinde başkalarına yardım etmeyi ve özveride bulunmayı hedeflerken aynı zamanda gönüllü etkinliklerden fayda sağlamayı amaçlamaktadır (Stebbins 2009).

Stebbins ve Graham (2004), gönüllülüğün altı maksadını aşağıdaki maddelerle açıklamıştır;

- Katılım sonucunda elde edilen sürekli faydalar ,
- Tüm bireylerin sarf ettiği çaba ile etkinliklerde uzmanlık kazanma meyilli,
- Anlamlı kişisel çaba,
- Seçilen etkinliklere kuvvetli özdeşim sağlamak,
- Azim
- Boş vakit arayışında yer alan etik kavrayış

Bu açıklamalara göre, katılımıla elde edilen sürekli faydalar; kişinin kendi kendini geliştirmesi

Bu ifadelere göre, katılımıla elde edilen sürekli faydalar, bireyin kendini ifade etme, bireysel potansiyelini gerçekleştirme, glenme, yenilenme, başarı hissi, özgüvenin artması, sosyal ilişkiler kurma, aidiyet duygusu ve çeşitli fiziksel faydalar gibi çeşitli şekillerde ortaya çıkar (Stebbins and Graham 2004).

Stebbins (2001) tarafından yapılan araştırmalar, amatörlerin, hobicilerin ve gönüllülerin katıldıkları etkinliklerde keyif aldıklarını ve tatmin duyduklarını göstermektedir. Bu durum, toplumsal açıdan önemli bir kazanım olarak değerlendirilmektedir. Ciddi gönüllüler için bu etkinlikler, belirli bir zaman ve bölge içinde belirlenen görevleri yerine getirme zorunluluğunu ortaya çıkarır. Ancak bu zorunluluklar, ciddi boş zaman etkinliklerinden elde edilen faydalarla karşılaştırıldığında, gönüllüler için etkinliğin daha ağır bastığını göstermektedir (Stebbins 2001).

Sosyal yaşamın hemen hemen her yerinde beceriler, bilgi ve tecrübeler ile uzmanlık , gönüllü bireylerin ilerlemesinde önemli değer katar. Gönüllüler kişisel nedenleri ile özveri hissini bir karması neticesinde diğer bireylere yardım etmektir. Cuskelly in 202 yılında gerçekleştirdiği araştırmada kariyer gönüllüleri, bağlı bulundukları sportif teşkilatının iyi olabilmesi adına kendilerini ikinci plana atmaya istekli oldukları gözlemlenmiştir. Yine aynı araştırmada kısa süreli katılımcılar ile sürekli katılımcılar arasında yönetim tarafından düzenlenen etkinliklere, örneğin komite toplantılarına katılımda anlamlı farklılıklar olduğu gözlemlenmiştir. Özellikle "kariyer gönüllüleri" olarak adlandırılan sürekli katılımcılar, bu tür aktivitelere daha fazla ilgi göstermektedir. Gözlemler, kariyer gönüllülerinin bu tür aktivitelere daha fazla katıldığını ve aynı zamanda kuruluşa olan bağlılıklarının da daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Cuskelly, Harrington et al. 2002).

Kuşkusuz, bu bağlılık teşkilatın verimli çalışması açısından fayda elde etmektedir. Ciddi Boş Zaman teorisine göre, spor camialarında orta yaş üstü gönüllülerin deneyimlerinin arařtırıldığđ başka bir çalışmada, gönüllülerin katıldıkları etkinliklerden son derece olumlu deneyimler elde ettikleri saptanmıştır. Gönüllüler, bu

deneyimlerin yaşamlarında önemli etkiler yarattığını ve sosyal ilişkiler, arkadaşlık gibi birçok faktörde fayda sağladığını beyan etmişlerdir. Gönüllülük faaliyetleri sayesinde, bireyler sosyal ağlarını genişletebilir, sağlam ilişkiler kurabilir ve toplumla bağlarını güçlendirebilirler. Bu deneyimler, gönüllülerin kişisel gelişimine katkı sağlarken aynı zamanda topluma hizmet etme fırsatı sunar (Misener, Doherty et al. 2010).

Spor federasyonlarında faaliyet gösteren gönüllüler, etkinliklere büyük ölçüde zaman ve çaba harcarlar, bu yüzden kesinlikle ciddi boş zaman katılımcılarından biridirler. Gönüllüler federasyonların bir araya gelme süreçlerinde ve karar alma zamanlarında aktif olarak iştirak ederek Stebbins'in de tahmin ettiği gibi, bilgi ve deneyimleri gibi tüm becerilerini iletir ve daha yenilerini kazanma fırsatı yakalamakta, bu zaman zarfında gönüllü bireyler “kariyer gönüllüsü” olarak gözükmekte, kişisel ve toplumsal fayda sağlanmaktadır. Bu nedenle, spor federasyonlarındaki gönüllülerin teşkilata katılma motivasyonlarını anlamak için ciddi boş zaman perspektifinden yararlanmak mümkündür (Stebbins 2001).

2.2.7. Ciddi Boş Zamanın Nitelikleri

Ciddi Boş Zaman etkinliklerinin katılımcısı katılacağı aktivite için sistemli bir şekilde hazırlanmakta, bu aktivite için birey kendini gelişimini sağlamaktadır, bilgi ve yeteneklerini yapacak olduğu aktiviteye kendini uyarla maktadır. CBZ bakış açısı, katılımcılarının bu zaman zarfındaki niteliklerini oldukça açık bir şekilde belirlemiştir. 18 adet alt ölçek geliştirilmiş ve bu geliştirilen ölçeklerden aşağıda açıklanmış olan 6 nitelik belirtilmiştir:

- **Boş Zaman Kariyeri:**

Kişinin boş zaman aktivitesine katılım zamanı içerisinde karşı karşıya geldiği durumlar, dönüm noktaları ve etkinliğin aşamaları ile biçimlenen bireysel gidişat olarak tanımlanabilir (Stebbins 2001).

Belirtilen aşamalar; Koşulların getirisi, bireylerin yeteneklerine, bilgi ve becerilerine bağlıdır ve bu süreçte devamlılık gösterir.. Stebbins e göre, Kariyer sürecinde ilerleme veya vazgeçme sebebi olarak koşulların istem dışı veya değişim olaylarını göstermektedir. Kariyerlerin kırılma noktalarının ise gidişatın doğasını etkileyen an içerisindeki durumlar olduğu belirtilmektedir.

- **Azim:** Bireylerin ciddi bir çaba içerisinde oldukları sırada karşılaştıkları tüm zorluklara rağmen, azimle hareket etmeleri bu çabalarını günlük uğraşlardan ayıran bir faktördür. Katılımcılar, endişe, zorluklar, zarar görme, korku, utangaçlık gibi engellerle karşılaşır ve bu engellerle başa çıkmak için kararlılık gösterirler. (Stebbins 2001).
- **Anlamlı Çaba:** Özel malumat ve beceri edinebilmek ve ilerletebilmek için zaman harcanılan önemli bireysel gayret , üçüncü özelliği meydana getirir. Aktivite nin çeşitliliğine göre değişim göstermekle beraber, birey bütün bu üçünü de sahip olmak için gayret sarf edebilir. Özetle , bir boş zaman kariyeri, bu meşguliyetle ithaf edilen gayret ve güç ile şekillenir, kararlılık sergilemeye gereksinim duyar.
- **Kalıcı Kazanımlar:** Bu elde edilen başarılar, ciddi boş zaman etkinlikleriyle ilişkili olarak elde edilen kazanımların ve değerlerin ortaya çıkmasından kaynaklanmaktadır. Stebbins e göre niteliklerin kazanımlarının sınıflandırılmasına çok daha fazla odaklanmış ,değerleri ise hayal kırıklıkları, memnun olunmayan ve bireyler arası huzursuzluklar olarak açıklamıştır. Bu Kazanımlar yedi kişisel özellikten oluşmaktadır. Bu özellikler; bireyin kendin isini anlatabilme, gelişme gösteren öz-imaaj, bireysel gelişme, kendini realizasyon etme ,kişinin kendisinden memnun olma, rekreasyon ve çeşitli vaziyetlerde ekonomik geri dönüştür. Bu üç kazanım, toplumsal düzeyde elde edilen kazanımlardır ve bu kazanımlar, ekip yönetimi becerisi, ekip çalışmasının çekiciliği ve ekip başarısı şeklinde ortaya çıkar.

Sürekli kazanımlar, istenen veya hedeflenen bir kazanımın sürekli olarak elde edilmesini ifade eder. (Driver, Brown et al. 1991). Kişisel kazanım, genel olarak elde edilen kazanımların aksine, her bireyin bireysel çabalarıyla ilgilenmesi sonucunda ortaya çıkan özel bir kazanımdır. Bu, bireyin sahip olduğu kişisel niteliklerini geliştirmesi ve ciddi bir katılımın bir sonucu olarak artan ruhsal kaynaklarıyla ilişkilidir. Bu kazanım, sevgiyle deneyimlenen ve önemsenen tecrübelerin toplamını temsil eder. Bireyin kapasitesini, yeteneklerini ve kullanılmaya hazır olan gücünü bütünü ile değerlendirmesi ve kendisini realizasyon etmek olarak betimlenmektedir. Bu da bireyin kendine has bilgi ve becerilerinin, malumatını önemli işlerde geliştirip tatbik ettiği anlamına gelmektedir.

Katılımcı bireyler bilgi, beceri ve yeteneklerini yalnız sadece tatbik etmekle kalmaz, bununla beraber dışa vururlar. Bu bilgi be becerilerin ifadesi bireyin kendisini anlatabilme kazanımının bütünleyicisidir; Başka bir bütünleyici ise bireyin bireyselliğini bir diğer tamamlayıcısı ise bireyin bireyselliğini dışa vurumu ile alakalıdır.

Kişinin kendisini veya kendi görevini anlama biçimi Algılanan imaj olarak tarif edilir. Bu düşünce CBZ etkinliklerine katılımı düzelir. Stebbins'e göre Algılanan imaj kazancının kişinin kendisine has bilgi ve becerilerinin sergileyebilmesi ile kişinin düzeldiğini açıklamıştır. Shamir'in teorisine göre, bireyin sorumluluklarını uyumlu bir şekilde yerine getirmesi, kendini ifade etme algısında tatmin yaratır. Bu durum, bireyin değerli bir algılanan imajı sürdürdüğü ve kendini sunum yoluyla ifade ettiği anlamına gelir.. Bir CBZ etkinliği zaman zaman keyifli ve neşeli olabilir, ancak günlük boş zaman aktiviteleri benzer bir tatmini sağlayabilir. Tatmin veya mutluluk, ciddi boş zamanı diğer günlük boş zaman etkinliklerinden ayıran temel bir özelliktir; bu nedenle bu özellik, günlük boş zamanda genellikle bulunmamaktadır (Göklemen 2019).

Rekreasyon, bireyin kendisini tekrardan var etmek veya yeniden biçimlendirme prosesidir; bu tarife bakıldığında, CBZ katılımcıları etkinliklere yenilenme, tekrardan hayata gelme hisleri ile katılmaktadır.

Mali açıdan geri dönüş, en yalın şekli ile ciddi boş zaman aktivitelerine katılımın neticesinde meydana gelen ihtisasların veya mahsüllerin mukabelesidir. Stebbins'e göre, maddi getirinin sağlandığı kazanımlar, içlerinde en zayıf mutabakatı temsil eder.

Ekiplerin elde ettiği kazanımlar, ciddi boş zaman etkinliklerinin sosyal ortamına katılımı ve bu ortamda bütünlüğü sağlamayı içermektedir.. Stebbins (2001) , Uruk'un (1979) Ekibin çekicilik avantajlarını, toplumsal ilişkiler bağlamında diğer ciddi boş zaman katılımcılarıyla veya gönüllülük durumunda alıcılarla birlikte olmanın sağlayacağını ifade ederek toplumsal yaşam kavramını kullanmıştır..(Göklemen 2019)

Ekip başarıları için kazanımlar, projeyi tamamlamada katılımcılara yardım etme, ekip gayretleri, ihtiyaç duyulma ve fedakarlık duyguları gibi unsurların birleşimiyle

kazanılır. Bu ifadeler, ciddi boş zaman etkinliklerine katılan kişilerin çalıştığı ciddi boş zaman ekiplerinin birlikte hareket ettiğini ve birbirlerine bağlı olduklarını vurgular. Bu ekipler, katılımcıların çabalarına dayalı olarak ekip çalışmalarını sürdürmeye odaklanır. Buchanan'a göre, uyumluluk sınırları içinde verilen mükâfatlar ve yardımlaşma, ekip içindeki etkileşimleri ve bu etkileşim neticesinde oluşan bağlanma duygusuyla beraber ortaya çıkan doyumları mümkün kılar. Ciddi boş zamanın beşinci özelliği olarak belirtilen uğraşın güçlü özdeşimi ise katılımcının seçtiği uğraşın kendisiyle özdeşleşmesini ifade eder. Bu ifadeler, ekip içindeki uyumun ve işbirliğinin, mükâfatların ve yardımlaşmanın, katılımcıların tatmin düzeylerini artırdığını ve ait olma hissi yarattığını belirtir. Ayrıca, ciddi boş zamanın beşinci niteliği olan güçlü özdeşim, katılımcının seçtiği uğraşla kendini bütünleştirmesini ifade eder. Bu özdeşim, katılımcıya güçlü bir bağ ve tatmin sağlar. Bu kavramlar, ciddi boş zaman etkinliklerinin katılımcılar için anlamlı ve tatmin edici deneyimler oluşturmada önemli bir rol oynar (Buchanan 1998).

Stebbins'ın çalışmalarında belirlenen bulgulara göre, ciddi boş zaman katılımcıları, kendileri hakkında konuşma ve sunma isteğiyle diğer insanlara ve yeni başlayanlara gururla yaklaşma eğilimindedir. Bu sebeple, bir uğraşla özdeşleşme, bireyin kendisini bir uğraşla birleştirme niteliği veya durumu olarak öne çıkar ve bireyin kendi algısına göre tanınan boş zaman rolüne katılım ve kabulü içerir.

Bu ifadeler, ciddi boş zaman etkinliklerine katılan bireylerin, bu uğraşlarına olan bağlılıklarının ve kimliklerinin bir parçası olarak bu uğraş hakkında gururla konuşma ve kendilerini ifade etme eğilimlerini vurgular. Bireyler, sevdikleri ve ilgi duydukları uğraşlarla kendilerini özdeşleştirirken, bu özdeşlik duygusuyla birlikte, diğer insanlar tarafından tanınma ve kabul görme arzusu da ortaya çıkar.

Bu kavramlar, ciddi boş zaman etkinliklerinin katılımcılar için kişisel tatmin, kimlik oluşturma ve sosyal etkileşim açısından önemli olduğunu göstermektedir. (Stebbins 2001)

2.2.8. Ciddi Boş Zaman Katılımcılarının Sınıflandırılması

Katılımcılar boş zamanlarında etkinlik adı altında uğraşmış oldukları faaliyetler içerisinde sınıflandırılmaktadırlar. Bunlar ;Gönüllüler, Amatörler ve Hobi olarak 3 ana başlık altında toplanmıştır.

- **Amatörler:**

Modern amatörlüğün ilerlediği zaman diliminde katılımcıların kendileri için belirlemiş oldukları faaliyetler yaşamlarının çok önemli bir bölümü haline gelebiliyor, sonuç olarak; bireyler katılımcı oldukları etkinliklere basite indirgemektense faaliyetlere bir meslek gibi yaklaşıyorlar. Profesyonelleşme, her iş grubuna göre farklılık gösterirken, bazı iş grupları ağır bir şekilde , bireyin iradesi dışında fark edilemeyen bir değişim gösterebilmektedir. Tanım içerisinde , Modern amatörlük bu değişimi anlatabilen en iyi tarif tanımıdır. Sportif, kültürel ve bilimsel çalışma çevrelerde meslek içerisindeki çalışmaları ile modern amatörlük birbirlerine paralel özellikler gösteren bir ilerleyiş göstermektedir (Stebbins 1992).

Bilimsel, Sanatsal, sportif vb. aktivitelerle ilgilenen modern amatörler, güçlü ve gösterişli özelliğini taşıdığından dolayı bir faaliyete başlarlar; ve belirlenen bu faaliyet, kişinin faaliyete olan bağlılığı içerisinde ciddi bir şekilde olaylara yaklaşımı sonucunda, titiz ,düzenli ve sistematik bir çalışma düzeniyle (pratik ve provalar gibi) bir hobiye dönüşmektedir.

Ciddi boş zaman etkinliklerine katılanların diğer amatörlerden ayrılan belirgin bir özelliği, onların profesyonel-amatör-halk (P-A-P: Professional-Amateur-Public) düzeninin içinde yer almalarıdır. Halk, amatörler ve profesyoneller arasında gözlemlenemeyen bağımsız bir işlevsel ilişki bulunmaktadır. Etkinliğe dahil olan amatör katılımcılar, hem profesyonellerle hem de halkla çeşitli bağlantılar içerisinde. Amatör katılımcılar da, profesyonel katılımcılar gibi toplumda görev yaparak fayda sağlarlar. Amatörler, aynı zamanda profesyonellerin de sergileyebileceği en üstün performansı halka sunma konusunda cesaretlendirirler ve aşırı teknik ve kaynak kaybetme gibi durumlardan kaçınarak mükemmelliği korumak için direnç gösterirler. Amatörlük Profesyonelliğe giriş noktasıdır. Bu iki ana olgu içlerinde kaçınılmaz bir ilişki ve etkileşimdedirler. Amatörler ve profesyoneller, hem

maddi hem de organizasyonel açıdan birbirlerine sıkı sıkıya bağlıdır. Amatörler, profesyonellerle birlikte çalışarak ya da kendi yeteneklerini ilerleterek profesyonel seviyeye ulaşarak, amatörler ile profesyoneller arasındaki bağı açıkça ortaya koymaktadır. Bu ilişki, amatörleri ve gönüllüleri hobiden ayıran en belirgin ve önemli özelliktir (Stebbins 1982).

- **Gönüllüler:**

Gönüllülük kavramının ilk tanımı 1972'de ortaya çıkmıştır. Gönüllülük, "karşılık beklemeden yapılan çalışma" ve "heyecan verici bir boş zaman etkinliği" olarak ifade edilebilir. Gönüllülük, tercih edilen boş zaman aktivitesinin türüne bağlı olarak sosyokültürel açıdan farklılık gösterir. Örneğin, ciddi boş zaman gönüllülüğü, bir komitede veya kurulda görev almak, acil tıp hizmetlerini yönetmek veya hastanede gönüllü çalışmak gibi faaliyetleri içerir. Bazı insanlar ise düzenli olarak gönüllülük kavramını içeren etkinliklere katılarak gönüllü olmayı benimsemektedir.. Bu gayri-ciddi gönüllü aktiviteler insanlara yardım etme amaçlı ; mektupları sahiplerine ulaştırmak, yemek yapıp dağıtmak ve durumu olmayan bireylere kıyafet ya da ev eşyası bularak dağıtmak gibi etkinliklerdir (Stebbins 2013).

Gönüllülük, gönüllü katılımcıların sadece kendilerine değil aynı zamanda aile üyeleri dışında diğer bireylere maddi ve manevi kıymet ve nitelik yaratma temeline kurulmuş olmasıdır. Stebbins, iş ve boş zaman arasındaki gönüllülüğü sözlüksel olarak "mecbur olmadan veya zoraki olmaksızın, kendi istekleriyle ve üretkenlikle, altruist bir niyetle aktivitelere katılma" şeklinde tanımlamıştır. Başka bir deyişle, gönüllüler kendi beceri ve kaynaklarını kullanarak isteyerek katıldıkları ve tatmin sağlayan, başkalarına fayda sağlayan etkinliklere odaklanırlar (Üstün 2016).

Gönüllü hareket, özgür bir iradeyle ve tamamen zorlama, bireysel ya da farklı farklı gruplarla maddi bir kazanç beklentisi olmadan yapılan eylemdir. Gönüllülük ise yararlı olarak farz edilen katkı ve destek faaliyetlerini içeren gönüllü eylemin bir parçasıdır. Gönüllü hareket yani gönüllülük, maddi faydadan daha çok, tehlikeli ve zararlı durumları önlemek, kaba güç, fizyolojik gereksinim ya da ruhsal ve toplumsal baskılar gibi hallerde yarar sağlamayı hedeflenmektedir. Gönüllülük, amatörler ve hobiler arasında belirgin bir farklılık olarak ortaya çıkar, çünkü sosyal fedakarlık ve

başkalarını düşünme unsurlarını içerir. Gönüllülerin, örgütlenme içinde yer aldıkları görevler, diğer insanlara destek ve yardım etme gibi faktörler, gönüllüleri toplumda faydalı bireyler olarak diğerlerinden ayıran bir ayırım olarak ortaya çıkar. Gönüllülerden ayrı bir şekilde, amatörler ve hobicilerin ticari, akademik, sporla alakalı, artistik ve eğlence etkinlikleri sanatsal ve kültürel olarak katkı verebilme hedeflidir. Amatörler ve hobiciler için, diğer insanlara katkıda bulunma veya fedakarlık yapma gibi çabalar ikincil bir amaç taşır. Bu durum, esas olarak bireysel çıkarları hedefleyen bir yaklaşıma sahip olmalarından kaynaklanır (Stebbins 1982).

Ciddi boş zaman teorisinde, gönüllü uğraşların önemli bir yeri vardır. İki ayrı tutum gönüllülüğün güdülenmesinde önemlidir: “Fedakarlık ve menfaatçilik” (Stebbins 2009). Katılımcıların gönüllülük aracılığıyla diğer bireylere destek olmaları, fedakarlık göstermeleri ve farklı sebeplerle gönüllü katılımdan faydalanmaları, bu tutumları ifade etmektedir. Ciddi boş zaman gönüllüleri için bu aktiviteler, belirli bir bölge ve belirli bir zaman dilimi içinde yapılan zorunlu işleri gerektirebilir. Ancak, bu zorunluluklar, ciddi boş zamanın sağladığı kazanımlarla karşılaştırıldığında, gönüllülük duygusunun daha baskın olduğunu göstermektedir (Erturan-Öğüt, Yenel et al. 2013).

- **Hobiciler:**

Hobiciler tercih ettikleri etkinlik için hiçbir bir mecburiyetleri olmamasına rağmen, etkinlik için ciddi ve tüm özlüklerini kendilerini adayarak yoğun çaba sarf etmektedirler. Hobiciler bir hevesle vakit harcama arzusuyla ve Hedefsiz aktivitelere katılanlar genellikle yeni başlayanlar değildir. Hobi, bireyin tatmin edici, keyifli ve ilgi çekici bulduğu bir ilgi alanıdır ve sağladığı faydalarıyla öne çıkar. Hobi, sıradan bir meşguliyet veya mesleki bir uğraşın ötesinde, kişinin uzmanlık seviyesine ulaştığı bir alandır (Akyıldız 2013).

Hobiciler ile amatörler arasındaki en mühim ayırım, hobicilikle uğraşan bireylerin P-A-P modelinin dışında olmasıdır. Hobiciler etkinlikle ilgili maddi kazançlar, etkinliğin sağladığı diğer kazanımlarla karşılaştırıldığında ikinci plandadır yani profesyonel değildirler. Başka bir anlatımla, hobiye başlamanın sebebi için hiçbir zaman kazanç, ödül ya da parasal bir beklenti içinde olma değildir. Bu bakış açısıyla değerlendirildiğinde, hobiciler amatör etkinliklere benzerlik gösterir; her ikisinde de

maddi bir karşılık beklentisi düşük önceliklidir. Bu nedenle, amatör ve hobi etkinlikleri maddi kazanç elde etme veya başka bir iş alanı olarak görülmemelidir.

Hobiciler toplamda 4 ayrı kategori altında bölümlere ayrılmıştır;

Birinci olarak koleksiyonculardır. Pul, nadir kitaplar ve eserler, kelebekler, kemancılar, mineraller veya resim malzemeleri gibi nesneleri biriktiren koleksiyoncular, bu nesnelere yönelik ticareti, toplumsal yararını veya doğasını veya nesnenin fiziksel koşullarını oluşturan teknik bilgiye sahiptirler. Koleksiyonculuğunu yapmış oldukları eserlere, tarihsel açıdan, modern üretimi ile alakalı genel ve detaylı bilgilere değer göstermektedirler. koleksiyonculuğunu yaptıkları eserlerin satışından bir kazanç sağlamayı değil, bireysel ya da toplum önünde Amacı, prestij kazanmaktır.

Kayıtsız koleksiyoncular ise kibrit kutuları, bira şişeleri, rozetler veya flamalar gibi çeşitli ürünleri toplama eğilimindedirler. Bu çeşit koleksiyoncuların topladıkları ürünler ticarete ilişkin, toplumsal veya modern üretimi ve birikimi bakımından bilgi icap etmeyen, teknik ve estetik açıdan herhangi bir değeri olmayan özelliklere sahiptir. Bu nedenle, bu tür koleksiyonculuk "hobi" olarak tanımlanır ve kayıtsız boş zamanın bir unsuru olarak kabul edilir.

Hobicilerin ikinci bir sınıfını oluşturanlar, üretim ve tamir alanında faaliyet gösteren kişilerdir. Yeni bir buluş ortaya koyanlar , oyuncak ve mobilya üreticileri, otomobil tamircileri, tekne yapımında çalışanlar, terziler, dokumacılar , oyma sanatı ile ilgilenenler ev yenileyen dekorasyoncular (Sürekli tekrarlanan bir etkinlik olarak) el sanatları ile ilgilenenler (belirli bir alanda uzmanlaşmayı gerektirmeyen) gibi hobiciler bu sınıflandırmanın içinde yer almaktadır. Ticari bir otomobil tamircisi, kıyafet üreticisi, çömlekçilik yapan kişi veya kendi evini yenilemek için harcama yapan kişiler bu sınıflandırmanın içine girmemektedir.

Hobicilerin üçüncü sınıfı ise etkinliğin katılımcılarıdır. Etkinlik katılımcıları kendi kişisel ve beceri gelişimleri için etkinliklere kararlı bir şekilde katılmaktadırlar. Bu etkinliklere katılan kişilerin, çaba gerektirmeyen ve rekabet içermeyen aktivitelere yönelmeleri, genellikle bedensel, zihinsel veya ruhsal bir rahatlama veya zevk amacı taşımaktadır. Bu tür etkinlikler arasında vücut geliştirme, yelkencilik, kayak, kuş

gözlemi, balıkçılık, bilimsel ve tarihi eserlerin okunması gibi faaliyetler bulunmaktadır.

Hobilerini yarışma ve rekabete dayalı etkinliklerle pekiştiren katılımcılar, spor ve oyun severler olarak tanımlanmakta ve ayrı bir kategori oluşturmaktadırlar. Bu katılımcılar diğer hobicilerden farklı olarak belirli bir disiplin ve kurallar içerisinde hareket etmektedir. Bu etkinlikler profesyonel olmayan kros, bisiklet, dart, okçuluk ve benzeri gibi etkinlikleri içermektedir. Bu katılımcılar sürekli, sistematik ve kurallara uyumlu katılımcılardır. Katılımcıların ana hedefleri bilgi ve beceri kazanımına ek olarak benzersiz deneyim elde etmektir. Beysbol, hokey, briç ve tenis benzeri sporlar P-A-P sisteminde oldukları için. Amatör sınıflandırmasının içinde yer almaktadır. Etkinlik katılımcılarından daha çok spor ve oyun aktivite katılımcıları rekabet odaklıdır; etkinlik katılımcılar yaptıkları etkinlikten zevk alma, bireysel gelişim sağlama , düşünce ve yetenek gelişimi amaçlamaktadır.

Tarihsel sürece bakıldığında, sanat, spor, bilim ve eğlence sektörlerindeki hobi etkinlikleri ilerleme kayıtları ederek bu tür etkinliklere katılan bireyler için bir kazanç kapısı olmuş ve hemen hemen profesyonelleşmiştir. Bu dönemde ilerleme kaydeden hobi etkinlikleri ise katılımcıların gösterdikleri sadakat çoğaldıkça amatör aktiviteler olarak değişmektedir (Stebbins 1982).

Amatörler, hobiciler ve gönüllüler arasındaki ciddi boş zaman katılımcılarının özelliklerini içeren aşağıdaki tablo, farklı motivasyon ve değerlerin göstergesidir. Amatörler ve hobiciler için kendi çıkarları birinci derecede önemlidir, ancak gönüllüler için altruizm önceliklidir. Öte yandan, bireysel çıkarlar ikinci derecede önem taşır. Bu bağlamda, gönüllü katılımcıların büyük bir kısmı için altruizm önde gelen bir motivasyonken, kendi çıkarlarını gözetmeyi tercih eden gönüllüler çok az bir oranda bulunmaktadır (Akyıldız 2015).

2.2.9. Ciddi Boş Zaman Aktivitelerinin Yararları

Boş zaman faaliyetleri kişileri mesuliyetlerden uzaklaştıran, gösterişsiz, oyalayıcı ve bireye haz veren aktiviteler içerdiği için yaşam kalitesine önemli derecede katkı sağladığı düşünülmektedir (Mannell 1993).

Ciddi boş zaman etkinliklerinin önemli özelliklerinden biri, somut ve sürekli faydaların veya ilerleme kaydeden sonuçların farkına varabilme olasılığıdır. Ciddi boş zamanın önemli ve kuvvetli bir amacıdır. Devamlı ve somut yararlar genellikle gerçekleştirme, kuvvetlenme , bireyin kendini anlatabilmesi, yenilenme, muvaffak olma duygusu, benlik algısı, toplumsal etkileşim ve kendini ait hissetme , etkinlik sonucunda somut bir şeyler elde etme, haz ve eğlence biçiminde ortaya çıkmaktadır. Son yarar olan haz ve hoş vakit geçirme ile birlikte kayıtsız boş zaman da kazandırdığı yararlardır (Stebbins 1982, Stebbins 2007, Stebbins 2009)

Stebbins (2000) engelli kişilerin ciddi boş zaman etkinliği seçme konusunda engelli olmayan kişilere nazaran daha fazla yardıma ve tavsiyeye gereksinim duymakta olduklarına dikkati çekmiştir. Bu aktivitelere katılmalarının ve aktivitelerinin bir parçası olmaları bireylerin kendilerine olan güvenlerinin ve hayata bağlarının daha da artacağını ifade etmiştir. Son yıllarda yapılan ciddi boş zaman araştırmaları, engelliler, sporcular, emekli golfçüler, futbol tutkunları, etkinlik katılımcıları, dansçılar, gönüllüler ve doğa sporuyla ilgilenen maceraperestler gibi farklı gruplar ve alanlar üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu gruplardan çıkan ortak sonuç boş zaman katılımının bireysel (duygusal) ve toplumsal gelişme yarar sağladığı olmuştur (Kim and Heo 2009)

Engelli bireylerin aileleri, çocuklarını spor yapmaya teşvik ederek ve motive ederek onların spora ilgi duymasını sağlayabilirler.; bireylerin öz güvenlerinin çoğalması ve kişiler arası duygu ve düşüncelerini birbirlerine aktarmalarını sağlamak ve bu aktarımların gelişmesi için çalışmaları bilinmektedir.(Acet, Tazegül et al. 2012).

Ciddi boş zaman etkinliklerinde amatör, hobi veya gönüllü bir etkinliğe iştirak neticesinde yarar ve ödül kazanılmaktadır. Ciddi boş zaman etkinliklerine katılılan bireylerin tercih ettikleri amatör, hobi veya gönüllü etkinliklerden fayda arama çabaları Stebbins'in farklı araştırmaları sonucunda, amatörler, hobici ve gönüllülerin on farklı yarar elde ettiği belirlenmiştir. Bu yararlar uzun aylar hatta yıllar süren sürekli ve tekrarlayan çabaların sonucunda elde edilmektedir. Bu fayda ve yararlar bireysel ve toplumsal yarar olarak aşağıda görülmektedir (Stebbins 2009).

Kişisel faydalar;

- Kişisel güçlenme (sıkı sıkıya bağlanılan tecrübeler)
- Kendini gerçekleştirme (bilgi, beceri ve yeteneklerin ilerlemesi)
- Kendini ifade etme (gelişen bilgi, beceri ve yetenekler ile açıklamak)
- Benlik algısı (başkaları tarafından ciddi boş zaman etkinliklerine katılımcı olarak bilinme)
- Memnuniyet, haz, zevk (sıradan eğlence ve yoğun memnuniyetin birleştirmesi)
- Yenilenme / Canlanma
- Finansal getiri (ciddi bir boş zaman etkinliğine iştirak sonucunda)

Toplumsal ve sosyal faydalar;

- Sosyal etkileşim (diğer ciddi boş zaman etkinliklerinin katılımcıları ile etkinliğin getirdiği sosyal dünyanın içerisinde yer alma)
- Grup başarısı (ciddi boş zaman tasarısına yönelik başarının sağlanması için gurubun çabası; yardım eden, ihtiyaç duyulan, alturistik olma duygusu)
- Grubun ilerlemesine devam ettire bilirliliğine katkıda bulunmak (yardım eden, ihtiyaç duyulan, ve alturistik kişi olma grubuna katkı sağlamaktadır) (Stebbins 2009).

2.3. Rekreatasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları

Bu yüzyılda globalleşen yer yüzümüzde insanoğlu ile ilgili en mühim olumsuz ruh halini etkileyen şeylerden birisi strestir. Stres kişilere bunalım, çöküntü, anksiyete, astım, diyabet, kan ve kalp hastalıklarına benzer oldukça çok rahatsızlığın temelini meydana gelmesini saplamakta ve bilhassa zihinsel sorunlar her gün artmaktadır. Stresin kişiler ile ilgili bu negatif faktörler neticesinde de halk sağlığı giderleri fazlalaşmaktadır. Fiziki olarak sağlıklı olabilmenin ilk koşulu ruhsal bakımdan iyi durumda olmanın olduğu herkes tarafından bilinmektedir (Pretty, Peacock et al. 2005). Pretty ve diğerlerinin (2005) araştırmalarında, park ve bahçelerde fiziksel etkinliklere katılım yapan kişilerin hem ruhsal hem de bedensel anlamda sağlık durumlarında iyileşme olduğu bununla beraber kendine güvenlerinde de yükselme görüldüğü belirtilmektedir. Coleman ve Iso-Ahola (1993) serbest zaman etkinliklerine

katılımın bireyler üzerinde iki mühim fayda sağladığı, bunların ilkinin, aktivitelerde gerçekleşen arkadaşlığın gündelik hayat yaşantısında karşılaşılan ruhsal gerilim ile savaşırken bireyler için çok tesirli bir sakinleşme sağladığı, ikincisinin de birden fazla serbest zaman tecrübesinin tabanını meydana getiren. Hür, denetleme, ehliyetlilik ve içsel güdülenme idrak etmenin bireysel yazgılarını belirlemeye teşvik ettiğidir (YURCU 2017).

Rekreasyon etkinliklerinden sonra insanların sağlık ile alakalı idrakleri değişiklik görülmektedir. kişilerin o zamanki rekreasyonel etkinliklere iştirak arzuları, etkinliğin ne olduğu, kişinin ruh hali ve yapısı, toplumsal etkiler, iktisadi durumlar ve bunun gibi birçok etkinlikten istenen yarar algısına tesir etmektedir.

İnsanlar beden ve ruhsal sağlıklarını muhafaza etmek ve rahatsızlıklardan sakınmak için etkinliklere katılmaktadır. Rekresyonel etkinlikler kişilerin başlangıçtaki şartlarına göre koşulların düzeltilmesine kılavuzluk yapmaktadır (Gómez and Hill 2016). Iwasaki, Coyle ve Shank (2010) kritik akıl sağlığı yerinde olmayan kişilerde tamamen düzelmenin kolaylaştırıcısı olarak, bedensel ve ruhsal, kişilik oluşumu, gücü yetebilme, toplumsal sadakat, bireysel gelişim ve pozitif hisler, yararları sebebiyle serbest zaman etkinliklerine katılımı tavsiye etmişlerdir.

Werner ve diğerlerinin (2017) yaşlı bireyler ile ilgili yapmış olduğu çalışmalarda, musiki ile tedavi tatbikinin pozitif hisleri isteklendirme , genel etkileşimi zenginleştirme ve en aza indirgeme gibi yararlarının olması sebebiyle geliş güzel şarkı okumaktan daha fazla etkili olduğunu, Wang ve diğerleri (2004) Tai Chi'nin bedensel ve ruhsal faydalar kazandırdığını ve bununla beraber kronikleşmiş rahatsızlığı olan yaşlı ilerlemiş hastalarda vücut dengesi, esneklik ve kalp sağlığın tedavisinde tesrinin çok olduğunu söylemektedirler. Sonuçta , rekreasyonel etkinlikler kişilerin stres, anksiyete ve ruh bunalımlarına destek olmakta ve tüm hayat kalitelerinin yükselmesinde önemli yardımı olmaktadır (Nies and Kershaw 2002, Kerr, Dattilo et al. 2012)

Gomez ve ark., (2016) yılında yapmış oldukları araştırmada rekreasyonun yararlarının değerlendirilmesine ile ilgili kuramların var olmasına rağmen, fiziksel aktivite azlığından doğan kişilerin sıhhatleri ve yaşam kaliteleri ile alakalı hissettikleri

kaygının katılımcıların kendi perspektiflerinden değerlendirilmesi gerektiğini anlatmışlardır.

Driver ve Brown, rekreasyonun yararlarına odaklanarak bireylerin rekreasyonel etkinliklere yönelik dürtülerini, beklentilerini ve geçmiş deneyimlerini araştıran bir model geliştirmişlerdir. Bu model, etkinlik katılımı sonucunda ortaya çıkan sonuçları da içermektedir. (Brown 2016). Bu elde edilen sonuçlar ise sırasıyla (1) daha kötü bir şartın engellenmesi ve arzulanan bir vaziyet de olma haline sebep olan iyileştirilmiş durum, (2) arzu edilen bir vaziyetin devam ettirilmesi ve buna tutundurularak arzulanan bir şartın önlenmesi, (3) doygunluk verici bir psikolojik tecrübenin gerçekleşmesi biçiminde açıklanmıştır (Gómez and Hill 2016). Kil ve ark., (2012) iyileştirilmiş koşullar ile istenmeyen bir koşulun engellenmesini hedefleyen yararların kısa süreli olmayan sonuçları içinde bulunduran ve bu sonuçlarla beraber rekreatif etkinliklere katılımdan dolayı psikolojik tecrübelerin gerçekleştiğini açıklamışlardır (Gómez and Hill 2016).

Hill ve ark., (2014) iyileştirilmiş koşulların insan, çevre veya iktisadi faktörlerdeki düzeltmeleri de içerdiğini açıklamışlardır. Gelişmiş kas kuvveti, esnekliğin artması ve sorunları çözme yetisi bu hallere örnek gösterilmektedir. Daha kötü hallerin engellenmesine misal olarak; depresyonun ve anksiyetinin engellenmesi, kardiyovasküler sistemin sağlamlığı ve korunması ve kilo denetimi verilmektedir. Psikolojik Tecrübenin gerçekleşmesi halinde ise, manevi gücü olan ve hür hareket etme hissi vardır. Kişilerin rekreasyonel etkinliklerine tecrübelerinden elde ettikleri yararların farkında olması bireylerin daha sonraki etkinlikleri daha iyi bir biçimde İdare edebilmelerine veya programlayabilmelerine durum sağlamaktadır. (Hill, Gómez et al. 2014)

Driver ve Tocher tarafından geliştirilen "Rekreasyon Deneyim Teorisi", kişilerin rekreatif etkinliklere katılma nedenlerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu teori, bireylerin rekreasyonel tutumlarının, belirlenmiş fiziksel ve psikolojik hedeflere ulaşmak için sergilenen tutumun temelinde olduğunu öne sürmektedir (ERYILMAZ and AKGÜNDÜZ 2017).

Doğru, rekreasyon tecrübesi kavramı, bireylerin rekreatif etkinliklere katıldıklarında elde etmek istedikleri psikolojik kazanımları ifade etmektedir. Bu kazanımlar, keyif,

rahatlama, stres azaltma, kişisel tatmin, özgüven artışı, sosyal bağların güçlenmesi gibi unsurları içerebilir. Rekreasyon tecrübesi, kişilerin kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlayan ve yaşam kalitelerini artıran bir deneyim olarak değerlendirilmektedir (Driver 1990, Atsız, Akova et al. 2017). Bu pozisyondan aksiyonla, rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları kavramının kurumsal alt yapısını rekreasyonun yararları ile rekreasyon deneyim teorisi oluşturmaktadır (Gómez and Hill 2016) . Rekreasyonel etkinliklere katılan bireylerin sağlık algılamaları kişiden kişiye değişmektedir. Yurcu ya göre kişilerin katıldıkları rekreatif etkinliklere yönelik katılım arzuları, etkinliklerin kendisi, birey yapıları, toplumsal ve kültürel faktörler ve ekonomik koşullar gibi bir çok sebebin etkinlikten arzulanan yarar idrakine tesir ettiği belirtmiştir.

2.3.1. Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktılarının Alt Boyutları

Serbest zaman etkinliklerine iştirak eden bireyler, katılım sürecinde veya sonrasında kazandıkları olumlu sonuçları serbest zaman faydası olarak adlandırırlar (Driver 1990). Driver'in "Serbest Zaman Faydaları Tipolojileri" olarak adlandırdığı, rekreasyonun üç alt boyutu olan iyileştirilmiş durum, daha kötü durumun önlenmesi ve psikolojik bir deneyimin gerçekleştirilmesi, Gomez ve arkadaşları tarafından 2016 yılında yapılan geçerlilik ve güvenirlik çalışmasıyla ortaya konmuş olan "Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları" ölçeğinin temelini oluşturmak amacıyla kullanılmıştır. Sonuç olarak, Driver'in motivasyon teorilerine dayanarak geliştirilen "Rekreasyon Deneyim Tercihi" ölçeği, rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları ölçeğinin bir kılavuzu olarak kabul edilmektedir. Bu ölçek, rekreasyon deneyimlerini anlamak ve değerlendirmek için kullanılan bir araçtır (Gómez and Hill 2016).

- **İyileştirilmiş Durum Alt Boyutu:** Bireyler, fiziksel ve psikolojik sağlıklarını korumak ve hastalıklardan korunmak amacıyla etkinliklere katılmaktadırlar. Bu şekilde, iyilik durumlarını sürdürebilme ve sağlıklarını koruma amaçlarına hizmet etmektedirler. Serbest zaman etkinlikleri kişilerin daha önceki hallerine göre şartların düzeltilmesi bakımından yol göstericidir. (Gómez, Hill et al. 2016, YURCU 2017).
- **Daha Kötü Bir Durumun Önlenmesi Alt Boyutu:** Literatürde yapılan araştırmalar, kişilerin günlük hayatlarıyla ilgili ihtiyaçlarını karşılamak, sağlıklı bir şekilde yaşamlarını sürdürmek ve hatta başarılı bir şekilde yaşlanmak için düzenli olarak serbest zaman etkinliklerine ve fiziksel

etkinliklere katılmalarının önemini vurgulamaktadır. (Gürbüz 2017, Elçi, Doğan et al. 2019). Araştırmalar, sağlık açısından kendilerini sorunlu hisseden bireylerin mevcut sağlık durumlarını korumak ve daha kötüye gitmesini önlemek amacıyla rekreasyonel etkinliklere yönelmelerini göstermektedir (Bekar 2019).

- **Psikolojik Deneyimin Gerçekleştirilmesi Alt Boyutu:** Araştırmalar, bireylerin rekreatif etkinliklere katılım sebeplerini anlamaya ve bireylerin serbest zaman tutumlarını sadece bir etkinlikten ziyade belirli bir platformdaki psikolojik, toplumsal ve fizyolojik sonuçlarla ilişkilendirilen bir deneyim olarak algılamalarını sağlamaya yöneliktir (Budruk and Stanis 2013).

2.3.2. Sağlık Tutumu

Dünya Sağlık Örgütü, sağlık kavramını "sadece hastalık veya sakatlık olmaması değil, bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal yönden tam bir iyilik halinde olmaları" şeklinde tanımlamaktadır. Başka bir ifadeyle, sağlık sadece hastalık yokluğundan daha fazlasını ifade etmektedir ve aynı zamanda psikolojik ve fiziksel sağlık durumunu içermektedir (Jablonowski 2017).

Kişilerin sağlıkla ilgili tutumlarını olumlu veya olumsuz olarak değerlendirdikleri aşama, sağlığa yönelik davranışların bir parçasıdır. (Ashrafioun, Bonar et al. 2016). Davranış ile ilgili araştırmalar son zamanlarda önemini arttırmış haline gelmiştir. Bunun sebebi davranışların kişilerin hayatı yaşama şekillerini veya sağlık ile alakalı başka tutumlarını tespitinde çok mühim etkisi olduğu kabul edilmiştir. (Torabi, Seo et al. 2004) Diğer bir deyişle, sağlık davranışı sağlık tutumuna tesir etmekte çok mühim bir etkidir (Glanz, Rimer et al. 2008). Sağlığa karşı davranış oluşması, iç ve dış etkenlerin tesirine bağlı olarak komplike bir sosyo-psikolojik bir prosesi anlatmaktadır. Kişilerin sağlığa yönelik davranışlarının kişilerin aile ve yetiştirilme tarzlarından, toplumsal ölçütlerden ve kültürel etmenlerden etkiye uğrayabileceklerini belirtmiştir (Lucas, Murray et al. 2013, Kamakina 2018).

2.3.3. Algılanan Sağlık

Algılama algısı, kişilerin duygusal tepkileri manalı bir biçimde olguya devşirdiği bir proses olarak tarif edilmektedir (Hamlyn 2017). Algılanan sağlık konsepti ise, kişilerin sağlık hallerine ilgili algılarını söylemektedir (Zhang, Chen et al. 2021). Diğer bir

söyleyişle, kişilerin kendi sağlıklarını değerlendirmesi biçiminde Tarif edilmektedir (Serdar 2020). Crown'un ifadesine göre, sağlık algısı, bireylerin bedensel ve zihinsel özgürlükleriyle birlikte ruhsal deneyimlerini içermektedir (Crown, Loue et al. 2012).

Sağlık algısı; kişilerin sağlık durumlarına yönelik bireysel duygu durumlarını, fikirlerini, peşin hükümlerinin ve öngörülerinin bir toplamı olarak betimlenmektedir (Çapık 2006).

Bireylerin kendi sağlıklarını algılamaları, belirli bir toplumsal ve organizasyonel yapı içinde işlevselliğini yansıtmaktadır. (Bademli and Lok 2018). Bu nedenle, bireylerin kendi sağlık durumlarıyla ilgili olumlu görüşleri "iyi sağlık" kavramı aracılığıyla iletilirken, olumsuz sağlık görüşleri "kötü sağlık algısı" olarak açıklanır. Bireyin kendi sağlık algısı, sağlık tutumlarını ve sağlıkla ilgili sorumluluklarını etkilemektedir (Klein Velderman, Crone et al. 2010).

Algılanan sağlık, sağlığın geniş kapsamlılığını göstermekte ve kişilerin biyolojik, bilinçsel ve toplumsal durumlarını analiz etmelerini sağlamaktadır. (Tuğut and Bekar 2008). Farklı bilinçsel ve fiziksel durumların kişilerin sağlık algılarına tesir edebileceğini belirtmiştir (Lee and McCleary 2013). Diğer bir söyleyişle, kişilerin pozitif bir sağlık algısı geliştirmelerine fiziksel aktivitenin önemli rol aldığı (Karademas, Tsalikou et al. 2011) ve onların pozitif bir sağlık algıları düşüncelerinin üzerinde etken rol oynadığı açıklanmıştır (Honkinen, Suominen et al. 2005).

2.3.4. Sağlık İnancı

2.3.5. Sağlık İnanç Modeli

1950'li yıllardan itibaren sosyal psikologlar tarafından geliştirilen Sağlık İnanç Modeli, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki Halk Sağlığı Hizmetleri programlarının hastalık önleme ve tespitindeki etkisizlik durumunu açıklamak amacıyla ortaya çıkmıştır (Glanz, Rimer et al. 2008). Sağlık inanç modeli temel olarak, bireylerin bir sağlık tutumunu kabullenme veya önleme eğilimlerinin, yalnızca hastalığın neden olduğu tehdit ve algılanan sonuçlar üzerinden belirlendiği bir konsepttir (Beaton and Funk 2008). Sağlık İnanç Modeli, ilk olarak Rosenstock tarafından 1966 yılında ortaya konulmuş ve daha sonra Becker ve arkadaşları tarafından daha da geliştirilmiştir (Gözüm and ÇAPIK 2014). Son zamanlarda, bu model sağlıkla ilgili çalışmalarda ve

sağlığı geliştirici tutumların öngörülmesinde yaygın olarak kullanılmaktadır. (Sari 2018). Sağlık inanç modeli, kişilerin rahatsızlıklarını engelleyebileceklerine olan itikatları ile beraber, rahatsızlıklardan kaçınma yada rahatsızlıklarının düzelmesi isteklerine verdikleri kıymeti tetkik eden bir beklenti teorisidir (Lee, Ting et al. 2018). Diğer bir söyleyişle, kişilerin rahatsızlıklardan kaçınmak gayesi ile sergilemiş oldukları tutumların nasıl tesir ettiğini ve biçimlendiğini açıklamaktadır (Kılınç, Çakır et al. 2018).

Sağlık inanç modeli dört temel bileşenden oluşur: algılanan duyarlılık, algılanan ciddiyet, algılanan yararlar ve algılanan engeller. (Orji, Vassileva et al. 2012).

- **Algılanan Duyarlılık:** bireylerin rahatsızlığa tutulma ihtimalleri hakkındaki düşüncelerini içerir (Champion and Skinner 2008). Bu vaziyete ek olarak Ulusal kanser Enstitüsü (2003), belirli bir rahatsızlığa tutulmak veya rahatsızlığa yatkın olma durumu algısı bireyden bireye farklılık gösterdiğini anlatmışlardır (Health and Services 2018).
- **Algılanan Ciddiyet:** herhangi bir rahatsızlıktan yada sağlıklı bir koşuldan kaynaklanan; negatifliğe karşın kişilerin sübjektif inançlarını ifade etmektedir (Orji, Vassileva et al. 2012).Başka bir deyişle, rahatsızlık halinin yada tesirinin kişilerin sağlıkları veya yaşantılarında çok kritik olduğuna dair inançlarıdır (Glanz, Rimer et al. 2008).
- **Algılanan Yarar:** rahatsızlanma ihtimalinin en aza idi indirgenebilmesi için tavsiyeler fiile ilişkin kişisel algı yada kaygı olarak anlatılmaktadır (Lee, Tan et al. 2017). Diğer bir söyleyişle, rahatsızlık tehlikesini en az miktara indirmek için önerilen eyleme olan inançtır (Glanz, Rimer et al. 2008).
- **Algılanan Engeller:** sağlıkla alakalı en son edinilen bir tutumun gösterilmesini ve bu edinilen vaziyete ayak uydurmakta kişiler tarafından idrak edinilen engelleri açıklamaktadır (Hayden 2022). Başka bir deyişle , sağlık problemlerini engellemek için gösterilen yolun somut ve psikolojik maliyetlerine bağlı görüşleridir (Glanz, Rimer et al. 2008)

1988 yılında Rosenstock ve ekibi tarafından sağlık inanç modeline sağlık motivasyonu ve algılanan öz-etkililik kavramları modelin bir parçası olarak eklenmiştir.. Algılanan

öz-etkililik nosyonu, istenilen neticelere erişebilmek için kişilerin gösterdikleri tutumların oluşması ile alakalı kendilerine olan itikatlarını, kararlarını ve isteklerini kapsayan, sağlık motivasyonu ise aksiyonların tutuma dönüşmesi yada tutumun gösterilmesinde arzulu olma vaziyeti olarak anlatılmaktadır (TUZCU and BAHAR).

2.3.6. Rekreatif Faaliyetler ve Sağlık İlişkisi

Serbest zaman etkinliklerinin kişilerin zihinsel ve fiziksel sağlığı üzerinde olumlu etkilerinin zamanla serbest zaman ve rekreasyon araştırmalarında incelendiği görülmüştür. Serbest zaman, günlük yaşamın önemli bir bileşenidir ve serbest zaman etkinliklerine katılımın bireylerin refah seviyelerini artırmada önemli bir rol oynadığı ifade edilmektedir (Heo and Lee 2010). Tokarski (2003) ise son zamanlarda serbest zaman sağlık ile alakalı güdüleme, tutum ve tecrübelerini içeren ve kişisel refahı sağlayan hayat biçiminin Meydana getirilmesine önemli katkı temin ettiğini açıklamıştır.

Bu düşüncelere ilave olarak, rekreatif etkinliklere katılan kişilerin fiziksel ve zihinsel sağlık açısından olumlu sonuçlara yol açtığına dair örnekler literatürde bulunmaktadır. Özellikle, rekreasyonel aktivitelerin bireylerin sağlığını desteklediği ve fiziksel ile psikolojik durumlarına koruyucu etkiler sağladığı ifade edilmektedir. (Gerber and Pühse 2009). Serbest zaman etkinlikleri kişilerin sıhhatli bir biçimde kilo kontrolü gerçekleştirmelerine destek olduğunu ve süregelen rahatsızlıkların risklerini en aza indirdiğini anlatmışlardır (Thompson, Rehman et al. 2005) . Başka bir söyleyişle, serbest zaman etkinlikleri kişilerin sıhhatlerinin ve bilişsel refahlarını ilerlemesine sebep olan bir tutum olup, kişilerin psikolojik iyi oluş tecrübelerinin fazlalaşmasına liderlik eder (Li, Hsu et al. 2019).

Kişiler serbest zaman etkinliklerine etkin olarak ya da olmayarak katılım sağlayabilirler (Murphy 2003). Fakat, etkin bir biçimde serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin hem ruhsal dayanıklılıkları hem de özgürlük seviyeleri açısından pasif katılıma nispeten daha yararlı olduğunu anlatılmıştır. Fiziksel ve toplumsal bakımdan kişilerin etkinliklere etkin katılımları, pasif katılım yapanlara nispeten sağlık bakımından olumlu bir tesirinin olduğu ve diğer kişilere nazaran daha çok toplumun içerisine entegre oldukları, pasif katılım halinde olanların da, farklı türden sağlık problemleri ile yüz yüze kalabileceklerini anlatmıştır. Torkildsen, Serbest

zaman etkinliklerine etkin olarak katılım fiziksel bakımdan kişilerin kardiyovasküler ve başka rahatsızlıkların engellemesinde mühim bir rolünün olduğu anlatılmıştır (Pagano, Barkhoff et al. 2006). Diğer bir söyleyişle, serbest zaman etkinlikleri kardiyovasküler rahatsızlığın, koroner kalp rahatsızlığı ve yaşlanma durumu ile ilişkili olarak ilerleyen kemik kırığı insidansını engellemesine ek olarak kardiyο-solunum düzeyinin fazlalaşmasına olumlu anlamda etkisi olur (Caldwell 2005). Bilhassa fiziksel bakımdan etkin olarak nitelendirilen serbest zamanların kişilerin psikolojilerine faydalı gelen fizyolojik tesirlere ek olarak toplumsallaşmaya olan etkileri noktasında yeni fırsatlar açmaktadır (Uysal, Sirgy et al. 2016) . Rekreatif etkinliklere iştirak eden kişilerin depresyon ve anksiyeteye benzer negatif psikolojik belirtilerin hafiflettiğini, kişilerin psikolojik refahlarını ve yaşam doyumlarını fazlalaştığını anlatmıştır (Hamer, Molloy et al. 2009). Başka bir ifadeyle, rekreatif etkinliklere katılmanın, kişilerin iyimserlik, mutluluk, olumlu ruh hali ve artan özsaygı gibi pozitif psikolojik faydalar elde etmelerine destek olduğu; ayrıca depresyon ve anksiyete gibi negatif psikolojik semptomların tedavisinde yardımcı olduğu belirtilmektedir (Kim, Lee et al. 2017).

3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Hedef Kitlesi ve Örneklem Yöntemi

Türkiye Tekerlekli Sandalye Basketbol liglerinde oynayan bireylerin serbest zaman algılarını ve algılanan sağlık çıktılarını anlamak amacıyla bir anket çalışması gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma, engelli bireylerin serbest zamanlarını nasıl değerlendirdiklerini, serbest zaman aktivitelerine nasıl katıldıklarını ve bu aktivitelerin kendileri üzerindeki etkilerini belirlemeyi hedeflemiştir. Ayrıca, bu anket çalışması, engelli bireylerin serbest zaman aktivitelerinin sağlık açısından faydalarını değerlendirmeyi amaçlamıştır. Araştırma, engelli bireylerin serbest zaman algılarının ve algılanan sağlık çıktılarının önemini vurgulamakta ve bu alanda yapılan çalışmalara katkı sağlamaktadır.

Bu amaçla araştırmanın evreni Türkiye tekerlekli Sandalye Basketbol Süper Liginde, 1. Liginde ve 2. Liginde lisanslı olarak oynayan; 71 i kadın 248 erkek toplamda 320 sporcudan oluşmaktadır.

3.2. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları

Yapılan çalışmaya dahil olan kişiler Türkiye Tekerlekli Sandalye Basketbol Liglerinde mücadele eden lisanslı sporculardır. Bu çalışmada, çalışmaya dahil olan kişiler tarafından "Ciddi Boş Zaman Ölçeği" ve "Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği" kullanılarak, ayrıca kişisel bilgi formuna verdikleri cevaplar ile sınırlandırılmıştır.

3.3. Araştırmanın Veri Toplama Araçları

Yapılan çalışma çatısı altında verilerin toplanması 3 yöntemle gerçekleştirilmiştir.

3.4. Katılımcı Bilgi Formu

Araştırmanın ilk aşamasında, katılımcıların profil bilgilerini anlamak için bir katılımcı bilgi formu kullanılmıştır. Bu form, katılımcıların yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, yerleşim yeri, maddi durum, engel düzeyi, spor yaşları, oynadıkları lig ve antrenman sıklığı gibi bilgileri içermektedir. Araştırmacı tarafından hazırlanan 10 sorudan oluşan bu form, katılımcıların demografik özelliklerini ve sporla ilgili detayları elde etmek amacıyla kullanılmıştır.

3.5. Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği (CKBZ)

Araştırma kapsamında, katılımcıların ciddi veya kayıtsız boş zaman katılımcısı olma durumlarını belirlemek için 2013 yılında Akyıldız tarafından geliştirilen "Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği" kullanılmıştır. Bu ölçek, katılımcıların boş zaman aktivitelerine verdikleri önem ve katılımlarının ciddiyetini değerlendirmek amacıyla 42 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. Ölçek, boş zaman kariyeri, yeterlilik hissi, psiko-sosyal fayda, terapatik fayda, sosyal fayda, bağlılık, kişilik, azim ve kişisel çaba olmak üzere 9 farklı alt boyuttan oluşmaktadır. Akyıldız'ın çalışmaları sonucunda ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış ve ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .95 olarak belirlenmiştir (Akyıldız 2013).

Bu çalışmada, katılımcıların ciddi veya kayıtsız boş zaman katılımcısı olup olmadığını belirlemek amacıyla kullanılan "Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği", toplamda 42 maddeden oluşan ve 9 farklı alt boyuta sahip bir veri toplama aracıdır. Bu alt boyutlar, boş zaman kariyeri, yeterlilik hissi, psiko-sosyal fayda, terapatik fayda, sosyal fayda, bağlılık, kişilik, azim ve kişisel çaba şeklinde belirlenmiştir. Bu ölçek, katılımcıların boş zamanlarında ne ölçüde ciddiyet ve katılım gösterdiklerini değerlendirmek için tasarlanmıştır.

Ölçeğe verilen cevaplar, katılımcıların maddelere "Kesinlikle Katılmıyorum" ile "Kesinlikle Katılıyorum" arasında bir ölçekte değerlendirdiği ve 5'li Likert tipi ölçek üzerinden hesaplandığı şeklindedir. Cevaplar, 1 ile "Kesinlikle Katılmıyorum" arasındaki en düşük değerden 5 ile "Kesinlikle Katılıyorum" arasındaki en yüksek değere kadar çeşitli derecelerde hesaplanmaktadır.

Ölçeğin toplam iç tutarlılık kat sayısının .95 olduğunu, alt boyutlara yönelik iç tutarlılık kat sayıları ise şu şekildedir; Boş Zaman Kariyeri alt boyutu için .84, Yeterlilik hissi alt boyutu için .88, Psiko-sosyal fayda alt boyutu için .86, Terapatik fayda alt boyutu için .79, Sosyal fayda alt boyutu için .85, Bağlılık alt boyutu için .86, Kişilik alt boyutu için .83, Azim alt boyutu için .82, Kişisel çaba alt boyutu için ise .80, tutarlılık kat sayıları bulunmuştur. Yapmış olduğumuz çalışmada ise ; Boş Zaman Kariyeri alt boyutu için .88, Yeterlilik hissi alt boyutu için .89, Psiko-sosyal fayda alt boyutu için .87, Terapatik fayda alt boyutu için .91, Sosyal fayda alt boyutu için .91,

Bağılılık alt boyutu için .89, Kişilik alt boyutu için .91, Azim alt boyutu için .73, Kişisel çaba alt boyutu için ise .89, tutarlılık kat sayıları bulunmuştur

3.6. Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği (RASÇÖ)

Bu çalışmanın son bölümünde, katılımcıların serbest zaman etkinlikleriyle ilişkili olarak sağlıkla ilgili algıladıkları sonuçları ölçmek amacıyla "Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği" kullanılmıştır. Bu ölçek, Gomez ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe 'ye Yerlisu Lapa ve arkadaşları (2017) tarafından uyarlanmıştır. Bu araç, katılımcıların serbest zaman aktivitelerinden kaynaklanan sağlık faydalarını değerlendirmek ve algılamalarını ölçmek için kullanılan bir araştırma aracıdır. Bu çalışmada kullanılan ölçeğin alt boyutları, toplamda 16 madde ve 3 farklı alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlar sırasıyla şunlardır: (1) Psikolojik deneyimin gerçekleşmesi, (2) Daha kötü bir durumun önlenmesi ve (3) İyileştirilmiş durum. Bu ölçek, katılımcıların serbest zaman etkinlikleriyle ilişkili olarak algıladıkları sağlık çıktılarını bu üç alt boyut çerçevesinde değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Yerlisu Lapa ve diğer araştırmacıların (2017) çalışması, ölçeğin toplam iç tutarlılık kat sayısının .91 olduğunu göstermektedir. Alt boyutlara yönelik iç tutarlılık kat sayıları ise şu şekildedir: Psikolojik Deneyimin Gerçekleşmesi alt boyutunda .89, Daha Kötü Bir Durumun Önlenmesi alt boyutunda .81 ve İyileştirilmiş Durum alt boyutunda .91. Bizim çalışmamızda ise elde ettiğimiz sonuçlara göre, Psikolojik Deneyimin Gerçekleşmesi alt boyutunda .95, Daha Kötü Bir Durumun Önlenmesi alt boyutunda .93 ve İyileştirilmiş Durum alt boyutunda .95 iç tutarlılık kat sayıları bulunmuştur. Ölçekteki maddeler, 7'li Likert tipi ölçeğin kullanıldığı ve katılımcıların maddelere verdikleri cevapları "Kesinlikle Beni İfade Etmiyor" ile "Tamamen Beni İfade Ediyor" arasında işaretledikleri şeklinde tasarlanmıştır (LAPA, SERDAR et al. 2020). Ölçeğin alt boyutlarına ait maddeler şu şekildedir: Psikolojik Deneyimin Gerçekleşmesi alt boyutu için 1-7 arası maddeler, Daha Kötü Bir Durumun Önlenmesi alt boyutu için 8-12 arası maddeler ve İyileştirilmiş Durum alt boyutu için ise 13-16 arası maddeler kullanılmıştır.

3.7. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi

Bu tez çalışmasında, verilerin analizi için SPSS 20.0 istatistiksel programı kullanılmıştır. Verilerin genel eğilimlerini, değişkenliğini ve dağılımının değerlendirilmesinde ortalama, standart sapma, yüzdelik sayılar ve frekans analizi gibi istatistiksel yöntemlerde kullanılmıştır. "Bu çalışmada, ölçeklerin iç tutarlılığını

değerlendirmek amacıyla Cronbach Alpha hesaplamaları gerçekleştirilmiştir. Bu istatistiksel yöntemler, ölçeklerin güvenilirliğini değerlendirmede yaygın olarak kullanılmaktadır ve ölçeklerin iç tutarlılığını belirlemede önemli bir rol oynamaktadır. Bu analiz, ölçeklerin yapıları ve ölçülen kavramları temsil etme yeteneklerini değerlendirmede önemli bir araçtır.

Veri setinin tanımlayıcı analizi için SPSS yazılımında "Explore" fonksiyonu kullanılmıştır. Bu analizde, çalışmanın bağımlı ve bağımsız değişkenlerinin merkezi eğilim, dağılım ve diğer istatistiksel özellikleri hesaplanmıştır. Değişkenlerin ortalama, standart sapma, medyan, çeyrekler, minimum ve maksimum değerleri incelenerek verilerin genel yapıları hakkında kapsamlı bir bilgi elde edilmiştir.

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov testleri kullanılmıştır. Bu testler, verilerin normal dağılım varsayımını kontrol etmede yaygın olarak kullanılmaktadır. Elde edilen test sonuçlarına göre, verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Bu nedenle, parametrik testler yerine non-parametrik testlerden biri olan Kruskal-Wallis testi ile üç veya daha fazla bağımsız grup arasında sırasal olmayan ölçek türü verilerin karşılaştırması gerçekleştirilmiştir. İki grup arasındaki farkları belirlemek için ise Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Bu non-parametrik testler, normal dağılım varsayımını sağlamayan verilerin analizinde güvenilir sonuçlar elde etmek için uygundur.

Ayrıca, CKBZ ile RASÇÖ ölçekleri arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için Spearman Korelasyon Analizi yapılmıştır. Bu analiz, değişkenler arasındaki sırasal ilişkiyi değerlendirmede etkili bir non-parametrik korelasyon yöntemidir. Spearman rho Korelasyon Analizi, verilerin normal dağılım varsayımını gerektirmediğinden ve sırasal ilişkileri değerlendirmede güçlü bir araç olduğundan verilerin istatistiksel olarak uygun şekilde değerlendirilmesine yardımcı olmuştur.

4. BULGULAR

Tekerlekli sandalye basketbolu oynayan sporcuların, Cinsiyet, yaş, spor yaşı, eğitim düzeyi, yaşanılan yer ve gelir düzeyi gibi demografik özellikleri hakkında elde edilen veriler; çeşitliliğini ve bazı kategorilerdeki yoğunluğunu yansıtmaktadır. Çalışmaya katılanların; cinsiyet dağılımında %22,1'i kadın ve %73,6'sı erkek olarak belirlenmiştir. Yaş dağılımında en büyük grup %21,5 ile 25-29 yaş aralığıdır.

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları

Değişken	Grup	n	%
Cinsiyet	Kadın	71	22,1
	Erkek	249	73,6
Yaş	15-19	15	4,6
	20-24	35	10,9
	25-29	69	21,5
	30-34	50	15,6
	35-39	49	15,3
	40-44	77	24,0
	45-49	17	5,3
	50-54	5	1,6
	54-64	5	0,12
Spor yaşı	1-4	59	18,4
	5-8	61	19,0
	9-12	79	24,6
	13-16	45	14
	17-20	42	13,1
	21-24	19	5,9
	25-35	16	5,0
Eğitim	İlköğretim	14	4,4
	Orta öğretim	30	9,3
	Lise	137	42,7
	Üniversite	123	38,3
	Lisans üstü	17	5,3
Yaşanılan yer	Kasaba	2	0,6
	Köy	9	2,8
	Şehir	65	20,2
	Büyükşehir	245	76,3
Gelir düzeyi	Çok iyi	14	4,4
	İyi	76	23,7
	Orta	170	53,0
	Kötü	55	17,1
	Çok kötü	6	1,9
Engel düzeyi gurup	1 - 1,5	99	30,8
	2 - 2,5	96	29,9
	3 - 3,5	56	17,4
	4 - 4,5	70	21,8
Oynanılan Lig	Süper lig	147	45,8
	1.lig	71	22,1
	2.lig	103	32,1

Tablo 1'de sunulan verilere göre, katılımcıların demografik özellikleri detaylı bir şekilde incelenmiştir. Spor yaşına göre dağılıma bakıldığında, katılımcıların spor yaşlarının farklılık gösterdiği görülmektedir.

Tablo 4.2. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) ve Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (Rasçö) nün Demografik Faktörler İle Standart Sapma Ve Ortalaması

	n	Ort-ss
BSK Boş zaman kariyeri	305	23,85±4,21
YH Yeterlilik Hissi	307	16,30±3,24
PSF Psikolojik Fayda	309	15,87±3,32
TFT Terapatik Fayda	308	16,28±3,43
SF Sosyal Fayda	309	16,39±3,47
BAG Bağlılık	312	19,58±4,27
KIS Kişilik	307	23,78±4,67
AZIM	313	20,27±4,79
KÇ Kişisel Çaba	312	16,08±3,55
PSG Psikolojik Deneyimin Gerçekleşmesi	310	39,90±7,48
DKDÖ Daha Kötü Bir Durumun Engellenmesi	315	27,09±7,03
İD İyileştirilmiş Durum	314	23,57±4,91

Tablo 2’de Tekerlekli sandalye basketbol liginde oynayan bireylerin Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) ve Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (Rasçö) analizleri sonucu standart Sapma ve Ortalama puanları verilmiştir.

Tablo 4.3. Katılımcılarda Yaş Göre Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

	Yaş grubu	Ort.-Ss	Sıra Ortalaması	χ^2	df	p
PDG PİSİKOLOJİK DENEYİM	15-19 (n: 13)	43,25 ± 5,03	192,88	12,401	6	,054
	20-24 (n: 29)	40,32± 8,23	166,01			
	25-29 (n: 67)	39,48± 7,62	150,19			
	30-34 (n: 49)	37,25± 8,03	124,36			
	35-39 (n:47)	40,84± 7,08	165,93			
	40-44 (n: 76)	41,07± 7,04	169,25			
	45-63 (n: 24)	38,58± 7,00	135,40			
DKD DAHA KÖTÜ BİR DURUM ÖNLENMESİ	15-19 (n: 13)	39,90± 7,48	147,83	6,007	6	,422
	20-24 (n: 29)	26,67± 6,44	147,79			
	25-29 (n: 67)	25,97± 7,96	147,30			
	30-34 (n: 49)	26,12± 7,73	155,44			
	35-39 (n:47)	27,15± 6,72	165,50			
	40-44 (n: 76)	27,82± 6,26	176,34			
	45-63 (n: 24)	28,45± 6,52	140,73			
İYİ İYİLEŞTİRİLMİŞ DURUM	15-19 (n: 13)	25,85± 7,31	177,29	6,541	6	,365
	20-24 (n: 29)	27,09± 7,03	147,48			
	25-29 (n: 67)	24,50± 4,36	147,20			
	30-34 (n: 49)	23,27± 4,69	149,97			
	35-39 (n:47)	22,97± 5,04	182,95			
	40-44 (n: 76)	23,02± 5,59	159,25			
	45-63 (n: 24)	24,88± 4,28	148,89			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Tablodaki verilere göre, rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları alt boyutları yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Bu sonuçlara göre, PDG, DKD ve İYİ alt boyutlarına ait yaş gruplarının sıralamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır (p > 0.05).

Tablo 4.4. Katılımcılarda Yaşa Göre Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

	Yaş grubu	Ort.-Ss	Sıra ortalaması	χ^2	df	p
BZK Boş zaman kariyeri	15-19 (n: 13)	25,54± 2,79	185,46	11,738	6	0,68
	20-24 (n: 29)	22,69± 3,72	125,43			
	25-29 (n: 67)	23,36± 4,64	146,72			
	30-34 (n: 49)	23,02± 4,48	138,97			
	35-39 (n:47)	23,79± 3,59	144,24			
	40-44 (n: 76)	24,66± 3,86	169,18			
	45-63 (n: 24)	24,92± 5,10	180,81			
YH Yeterlilik hissi	15-19 (n: 13)	17,54± 2,07	193,77	9,897	6	,129
	20-24 (n: 29)	15,19± 4,04	126,61			
	25-29 (n: 67)	15,92± 3,44	144,90			
	30-34 (n: 49)	15,86± 3,76	141,77			
	35-39 (n:47)	16,63± 2,47	157,51			
	40-44 (n: 76)	16,92± 2,22	166,52			
	45-63 (n: 24)	16,35± 4,35	169,98			
PSF Psikojik sosyal fayda	15-19 (n: 13)	16,46± 3,18	175,12	10,375	6	,110
	20-24 (n: 29)	14,84± 4,03	131,66			
	25-29 (n: 67)	15,35± 3,51	140,68			
	30-34 (n: 49)	15,42± 3,23	139,28			
	35-39 (n:47)	16,44± 2,64	166,17			
	40-44 (n: 76)	16,59± 2,70	171,93			
	45-63 (n: 24)	15,85± 4,39	168,92			
TFT Terapötik fayda	15-19 (n: 13)	16,85± 2,54	162,31	7,600	6	,269
	20-24 (n: 29)	15,77± 4,19	150,53			
	25-29 (n: 67)	15,62± 3,70	136,86			
	30-34 (n: 49)	15,76± 3,70	139,58			
	35-39 (n:47)	16,92± 2,88	170,06			
	40-44 (n: 76)	16,89± 2,75	167,52			
	45-63 (n: 24)	16,32± 4,06	162,14			
SF Sosyal fayda	15-19 (n: 13)	17,00± 2,58	167,46	10,511	6	,105
	20-24 (n: 29)	16,14± 3,30	144,60			
	25-29 (n: 67)	15,56± 4,07	136,59			
	30-34 (n: 49)	15,80± 3,61	136,52			
	35-39 (n:47)	16,96± 2,95	167,57			
	40-44 (n: 76)	17,07± 3,10	173,28			
	45-63 (n: 24)	16,69± 3,71	166,71			
BAĞ Bağıllık	15-19 (n: 13)	20,92± 3,38	182,00	14,629	6	,023*
	20-24 (n: 29)	18,28± 4,86	131,05			
	25-29 (n: 67)	19,14± 4,31	145,88			
	30-34 (n: 49)	18,32± 4,61	129,55			
	35-39 (n:47)	20,12± 4,29	169,87			
	40-44 (n: 76)	20,58 ± 3,63	177,43			
	45-63 (n: 24)	20,08± 4,09	166,27			
KİŞ Kişilik	15-19 (n: 13)	24,92± 4,17	179,31	12,858	6	,045*
	20-24 (n: 29)	22,83± 4,63	132,38			
	25-29 (n: 67)	23,38± 4,81	147,20			
	30-34 (n: 49)	22,39± 5,24	126,07			
	35-39 (n:47)	24,29± 4,89	167,58			
	40-44 (n: 76)	24,95± 3,50	173,20			
	45-63 (n: 24)	23,62± 5,35	154,94			
AZİM	15-19 (n: 13)	21,08± 3,01	170,50	12,298	6	,056
	20-24 (n: 29)	19,65± 5,08	150,37			
	25-29 (n: 67)	19,79± 6,73	139,75			
	30-34 (n: 49)	19,42± 4,11	134,00			
	35-39 (n:47)	20,82± 3,56	166,71			
	40-44 (n: 76)	21,17± 3,61	181,21			
	45-63 (n: 24)	19,81± 5,14	159,28			
KC Kişisel çaba	15-19 (n: 13)	17,38± 2,26	190,19	12,818	6	,046*
	20-24 (n: 29)	15,50± 4,13	146,58			
	25-29 (n: 67)	15,14± 4,37	134,78			
	30-34 (n: 49)	15,48± 3,60	137,99			
	35-39 (n:47)	16,83± 2,53	172,03			
	40-44 (n: 76)	16,71± 2,80	171,81			
	45-63 (n: 24)	16,44± 3,93	170,88			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Tablo 4 e göre; CBZÖ alt boyutları yaşa göre karşılaştırıldığında, BAĞ: ($\chi^2 = 14,629$, $df = 6$, $p = 0,023$); KİŞ: ($\chi^2 = 12,298$, $df = 6$, $p = 0,045$); KC : ($\chi^2 = 12,818$, $df = 6$, $p = 0,046$) ($p > 0.05$) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Diğer alt boyutlar arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Anlamlı çıkan alt boyutlar yaşa göre ikili gruplar halinde karşılaştırılarak buradaki anlamlı farklılar Tablolar 4.5.-4.10. arasında açıklanmıştır.

Tablo 4.5. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının 15-19 ile 30-34 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırması

	Yaş	Sıra ortalaması	z	U	p
KİS Kişilik	15-19 (n=13)	179,30	-1,996	204,500	*0,046
	30-34 (n=49)	126,07			
KC Kişisel çaba	15-19 (n=13)	190,19	-2,022	207,500	*0,043
	30-34 (n=50)	137,99			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Tablo 5 de yapılan analiz sonuçlarına göre KİS değişkeninde 15-19 yaş grubu ile 30-34 yaş grubu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. ($p = 0.046$; $p > 0.05$) (U = 204.500, Z = -1.996). KC değişkeni için yapılan istatistiksel sonuçlara göre, 15-19 yaş grubu ile 30-34 yaş grubu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. ($p = 0.043$; $p > 0.05$) (U = 207.500, Z = -2.022,).

Tablo 4.6. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) ve Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutlarının 20-24 İle 40-44 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

	Yaş	Sıra ortalaması	z	U	p
Bağ Bağlılık	20-24 (n=32)	131,04	-2,498	858,500	*0,012
	40-44 (=77)	177,42			
KC Kişisel çaba	20-24 (=30)	131,04	-2,213	814,500	*0,027
	40-44 (=77)	177,42			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Tablo 6 deki sonuçlara göre göre, Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) ve Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (Resçö) alt boyutlarında 20-24 yaş ile 40-44 yaş grupları arasında yapılan karşılaştırmalarda (BAĞ) Bağlılık alt boyutunda ($p=0.012$; $p > 0.05$), (n=313, z=-2.498, U=858.500) ve (KÇ) Kişisel çaba alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmiştir ($p=0.027$; $p > 0.05$), (n=313, z=-2.213, U=814.500).

Tablo 4.7. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının 25-29 İle 35-39 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

	Yaş	Sıra Ortalaması	z	U	p
KÇ Kişisel Çaba	25-29 (n=69)	134,78	-2,228	1257,500	*0,026
	35-39 (n=48)	172,03			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder

Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) alt boyutlarının Kişisel çaba alt boyutu 25-29 yaş ile 35-39 yaş grupları arasında karşılaştırıldığında, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmiştir (**p=0.026; p>0.05**), (n=313, z=-2.228, U=1257.500).

Tablo 4.8. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının 25-29 İle 40-44 Yaş değişkene göre karşılaştırılması

	Yaş	Sıra ortalaması	z	U	p
Bağ Bağlılık	25-29 (n=65)	145,88	-2,041	2007,500	*0,041
	40-44 (n=77)	177,42			
KÇ Kişisel çaba	25-29 (n=65)	134,78	-2,481	2029,500	*0,013
	40-44 (n=77)	171,80			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) alt boyutlarından BAĞ (**p=0.042; p>0.05**), (n=313, z=-2.041, U=2007.500) ve KÇ (**p=0.013; p>0.05**), (n=313, z=-2.481, U=2029.500) alt boyutlarında 25-29 yaş ile 40-44 yaş grupları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir.

Tablo 4.9. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının 30-34 İle 35-39 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

	Yaş	Sıra ortalaması	z	U	p
Bağ Bağlılık	30-34 (n=50)	129,55	-2,219	910,000	*0,026
	35-39 (n=49)	169,86			
KİS Kişilik	30-34 (n=49)	126,07	-2,208	891,500	*0,027
	35-39 (n=49)	167,58			
KÇ Kişisel çaba	30-34 (n=50)	137,99	-1,966	926,500	*0,049
	35-39 (n=48)	172,03			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) alt boyutları 30-34 yaş ile 35-39 yaş grupları arasındaki karşılaştırılmış ve Bağlılık alt boyutunda istatistiksel olarak

anlamli bir farklılık tespit edilmiştir ($p=0.026$; $p>0.05$), ($n=313$, $z=-2.219$, $U=910.000$). Kişilik alt boyutu üzerinde de istatistiksel olarak anlamli bir farklılık belirlenmiştir ($p=0.027$; $p>0.05$), ($n=313$, $z=-2.208$, $U=891.500$). Bir başka anlamli farklılık da Kişisel çaba alt boyutunda elde edilmiştir ($p=0.049$; $p>0.05$), ($n=313$, $z=-1.966$, $U=926.500$). Bu yaş gruplarına yönelik karşılaştırmalarda RASÇÖ ölçeği alt boyutlarında anlamli bir farklılığa rastlanamamıştır.

Tablo 4.10. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının 30-34 İle 40-44 Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

	Yaş	Sıra ortalaması	z	U	p
Bağ Bağlılık	30-34 (n=50)	129,55	-2,964	1327,500	*0,003
	40-44 (n=77)	177,42			
KİS Kişilik	30-34 (n=50)	126,07	-2,930	1267,500	*0,003
	40-44 (n=77)	173,2			
KC Kişisel çaba	30-34 (n=50)	137,99	-2,190	1486,000	*0,028
	40-44 (n=77)	171,80			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Tablo 10 a göre, Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) alt boyutlarının 30-34 yaş ile 40-44 yaş gruplarına göre karşılaştırılmış ve bağlilık alt boyutunda ($p=0.003$; $p>0.05$), ($n=313$, $z=-2.964$, $U=1327.500$); kişilik alt boyutunda ($p=0.003$; $p>0.05$), ($n=313$, $z=-2.930$, $U=1267.500$) ve kişisel çaba alt boyutunda istatistiksel analiz sonucunda anlamli bir farklılık tespit edilmiştir ($p=0.028$; $p>0.05$), ($n=313$, $z=-2.190$, $U=1486.000$).

Tablo 4.11. Katılımcıların Spor Yaşına Göre Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutları'nın Karşılaştırılması

	Spor Yaş grubu	Ort.-Ss	Sıra ortalaması	x ²	df	p
BZK Boş zaman kariyeri	1-4 (n=56)	24,3 ± 4,06	166,21	3,347	6	,764
	5-8 (n=56)	23,95±3,99	154,98			
	9-12(n=78)	23,44±4,40	143,63			
	13-16(n=43)	23,05±4,88	140,84			
	17-20(n=40)	24,35±3,14	157,30			
	21-24(n=18)	24,33±3,96	158,86			
	25-35(n=14)	23,95±5,36	161,96			
YH Yeterlilik hissi	1-4 (n=56)	16,98±2,20	169,69	10,512	6	,105
	5-8 (n=56)	15,54±3,72	133,10			
	9-12(n=78)	15,85±3,48	140,46			
	13-16(n=43)	16,67±3,26	168,35			
	17-20(n=40)	16,55±2,91	159,36			
	21-24(n=18)	17,39±2,43	184,56			
	25-35(n=14)	16,13±4,17	159,37			
PSF Psikojik sosyal Fayda	1-4 (n=56)	16,28±3,26	166,03	4,272	6	,640
	5-8 (n=56)	15,58±3,40	146,19			
	9-12(n=78)	15,53±3,55	147,07			
	13-16(n=43)	15,50±3,61	146,53			
	17-20(n=40)	16,29±2,69	161,25			
	21-24(n=18)	16,53±3,04	178,00			
	25-35(n=14)	16,43±3,13	170,21			
TFT Terapötik fayda	1-4 (n=56)	16,67±3,54	168,09	6,079	6	,414
	5-8 (n=56)	15,71±3,54	137,31			
	9-12(n=78)	16,19±3,56	152,83			
	13-16(n=43)	16,07±3,40	148,72			
	17-20(n=40)	16,40±3,17	153,65			
	21-24(n=18)	17,22±3,26	185,42			
	25-35(n=14)	16,71±2,89	162,46			
SF Sosyal fayda	1-4 (n=56)	16,26±3,37	149,28	2,473	6	,871
	5-8 (n=56)	16,16±3,40	146,87			
	9-12(n=78)	16,28±3,94	156,26			
	13-16(n=43)	16,77±2,73	158,60			
	17-20(n=40)	16,51±3,74	161,82			
	21-24(n=18)	16,11±3,70	148,63			
	25-35(n=14)	17,43±2,65	181,96			
BAĞ Bağlılık	1-4 (n=56)	19,61±4,31	157,48	1,904	6	,928
	5-8 (n=56)	19,34±4,03	148,96			
	9-12(n=78)	19,74±4,53	160,98			
	13-16(n=43)	19,20±4,43	149,20			
	17-20(n=40)	19,55±4,80	160,71			
	21-24(n=18)	19,58±3,39	150,42			
	25-35(n=14)	20,93±2,62	178,18			
KİS Kişilik	1-4 (n=56)	23,91±4,87	160,71	,820	6	,992
	5-8 (n=56)	23,53±4,39	148,87			
	9-12(n=78)	24,05±4,71	157,03			
	13-16(n=43)	23,59±4,74	148,63			
	17-20(n=40)	23,52±5,50	153,17			
	21-24(n=18)	23,89±3,43	150,14			
	25-35(n=14)	24,08±3,77	156,46			
AZİM	1-4 (n=56)	19,21±4,89	140,08	6,135	6	,408
	5-8 (n=56)	20,31±3,82	155,92			
	9-12(n=78)	20,61±6,38	158,87			
	13-16(n=43)	19,93±3,86	146,89			
	17-20(n=40)	21,14±3,24	176,13			
	21-24(n=18)	21,06±4,21	182,86			
	25-35(n=14)	20,00±5,10	162,73			
KC Kişisel çaba	1-4 (n=56)	16,20±3,38	159,70	3,060	6	,801
	5-8 (n=56)	15,90±3,85	148,41			
	9-12(n=78)	16,00±3,67	155,53			
	13-16(n=43)	15,49±3,88	144,94			
	17-20(n=40)	16,48±3,29	168,58			
	21-24(n=18)	16,39±3,03	159,36			
	25-35(n=14)	17,07±2,79	179,89			

Katılımcıların Spor yaşına göre (**CBZÖ**) alt boyutları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$)

Tablo 4.12. Katılımcıların Spor Yaşı İle Rekreasyon Da Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutları Kruskal Wallis Test Sonuçları.

	Yaş Grubu	Ort-ss	Sıra ortalaması	χ^2	df	p
PDG Psikolojik Deneyim	1-4 (n: 55)	39,42±8,40	159,70	4,823	6	,567
	5-8 (n:61)	40,03±7,23	148,41			
	9-12 (n:76)	39,39±7,27	155,53			
	13-16 (n:43)	39,37±7,55	144,94			
	17-20 (n:42)	41,81±7,58	168,58			
	21-24 (n:19)	40,53±6,58	159,36			
	25-35 (n:14)	39,00±6,97	179,89			
DKD Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi	1-4 (n: 55)	26,42±7,68	159,70	1,586	6	,954
	5-8 (n:61)	27,25±6,71	148,41			
	9-12 (n:76)	26,84±7,42	155,53			
	13-16 (n:43)	28,30±6,15	144,94			
	17-20 (n:42)	26,55±7,19	168,58			
	21-24 (n:19)	28,21±4,44	159,36			
	25-35 (n:14)	26,87±8,76	179,89			
İYİ İyileştirilmiş Durum	1-4 (n: 55)	23,20±5,40	159,70	3,424	6	,754
	5-8 (n:61)	23,67±4,20	148,41			
	9-12 (n:76)	22,96±5,26	155,53			
	13-16 (n:43)	23,91±5,17	144,94			
	17-20 (n:42)	24,26±4,48	168,58			
	21-24 (n:19)	25,11±3,21	159,36			
	25-35 (n:14)	22,80±6,09	179,89			

* $p < 0.05$ istatistiksel anlamlılığı ifade eder

Katılımcıların Spor yaşlarına göre RASÇÖ ölçeği alt boyutları olan Psikolojik Deneyim (PDG), Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi (DKD) ve İyileştirilmiş Durum (İYİ) boyutlarında spor yaş gruplarına göre belirgin fark bulunmamıştır.

Tablo 4.13. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre ile CBZ Ölçeği Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet	Ort.-Ss	Sıra ortalaması	U	z	p
BZK Boş zaman kariyeri	Kadın: (n=67)	25,18±3,21	178,43	6202,000	-2,753	,006*
	Erkek: (n=237)	23,48±4,37	145,17			
YH Yeterlilik hissi	Kadın: (n=68)	17,18±2,85	180,90	6229,000	-2,943	,003*
	Erkek: (n=238)	16,04±3,31	145,67			
PSF Psikojik sosyal fayda	Kadın: (n=68)	16,16-3,31	164,06	7510,000	-1,015	,310
	Erkek: (n=240)	15,79±3,33	151,79			
TFT Terapatik fayda	Kadın: (n=67)	17,24-2,28	172,76	6783,000	-1,980	,048*
	Erkek: (n=240)	16,03±3,65	148,76			
SF Sosyal fayda	Kadın: (n=68)	17,18±2,64	171,08	7032,500	-1,765	,078
	Erkek: (n=240)	16,18±3,64	149,80			
BAĞ Bağlılık	Kadın: (n=69)	20,13±3,87	166,84	7601,000	-1,141	,254
	Erkek: (n=242)	19,44±4,38	152,91			
KİS Kişilik	Kadın: (n=68)	24,97±3,20	171,91	6840,000	-1,956	,050
	Erkek: (n=43)	23,47±4,95	148,24			
AZİM	Kadın: (n=68)	20,91±3,90	171,14	7373,000	-1,540	,123
	Erkek : (n=238)	20,09±5,01	152,34			
KC Kişisel ÇABA	Kadın: (n=69)	16,49±3,08	167,04	7587,000	-1,169	,243
	Erkek: (n=242)	15,98±3,67	152,85			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder

Katılımcıların ciddi boş zaman ölçeği alt boyutlarından aldığı puanlar cinsiyete göre karşılaştırılmıştır. Buna göre Boş Zaman Kariyeri (BZK) alt boyutunda, kadınların ve erkeklerin puanları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir (U= 34405.000, z = -2.753, p = 0.006*), p > 0.05. Yeterlilik Hissi (YH) alt boyutunda da cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmuştur (U= 34670.000, z = -2.943, p = 0.003*), p > 0.05. Terapötik Fayda (TFT) alt boyutunda da cinsiyete göre anlamlı bir fark saptanmıştır (U= 35703.000, z = -1.980, p = 0.048*). p > 0.05. Bütün bu alt boyutlarda kadınların puanları daha yüksek elde edilmiştir. Diğer alt boyutlarda ise cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır

Tablo 4.14. Katılımcıların Cinsiyetine Göre Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

RESÇÖ ALT BOYUTU	Cinsiyet	Ort.-Ss	Sıra ortalaması	U	z	p
PDG Psikolojik Deneyim	Kadın:66	40,16±7,66	160,48	7657,000	-,564	,573
	Erkek:243	39,79±7,43	153,51			
DKD Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi	Kadın:68	27,39-7,37	164,76	7870,500	-,748	,455
	Erkek:246	26,97±6,93	155,49			
İYİ İyileştirilmiş Durum	Kadın:68	23,51±5,39	159,57	8155,000	-,270	,787
	Erkek:245	23,58±4,79	156,29			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre RASÇÖ ölçeği alt boyutları olan Psikolojik Deneyim (PDG), Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi (DKD) ve İyileştirilmiş Durum (İYİ) alt boyutları arasındaki anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 4.15. Katılımcıların Oynadıkları Lig Düzeyine Göre Ciddi Boş Zaman Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

BOYUTLAR	OYNANAN LİG	Ort.-Ss	Sıra Ortalaması	x ²	df	p
BZK Boş zaman kariyeri	Süper lig (n=143)	22,32±4,185	119,85	39,766	2	,000*
	1.lig (n=64)	24,86±3,664	172,80			
	2.lig (n=98)	25,41±3,809	188,43			
YH Yeterlilik hissi	Süper lig (n=143)	15,78±3,226	134,57	15,006	2	,001*
	1.lig (n=64)	16,00±4,180	158,14			
	2.lig (n=98)	17,24±2,149	178,84			
PSF Psikojik sosyal fayda	Süper lig (n=143)	15,30±3,260	136,64	11,217	2	,004*
	1.lig (n=64)	16,21±3,598	169,88			
	2.lig (n=98)	16,44±3,109	170,78			
TFT Terapötik fayda	Süper lig (n=143)	15,47±3,725	134,13	18,075	2	,000*
	1.lig (n=64)	16,45±3,211	156,32			
	2.lig (n=98)	17,36±2,757	182,94			
SF Sosyal fayda	Süper lig (n=143)	15,67±3,821	136,84	16,139	2	,000*
	1.lig (n=64)	16,33±3,417	152,43			
	2.lig (n=98)	17,48±2,632	182,97			
BAĞ Bağlılık	Süper lig (n=143)	19,01±4,195	140,94	14,118	2	,001*
	1.lig (n=64)	19,19±4,339	148,87			
	2.lig (n=98)	20,66±4,167	183,74			
KİS Kişilik	Süper lig (n=143)	19,58±4,271	138,98	10,762	2	,005*
	1.lig (n=64)	22,90±5,035	152,50			
	2.lig (n=98)	23,73±4,672	176,93			
AZİM	Süper lig (n=143)	19,78±5,518	143,73	6,039	2	,049*
	1.lig (n=64)	20,39±4,596	166,57			
	2.lig (n=98)	20,89±3,593	169,97			
KC Kişisel çaba	Süper lig (n=143)	15,58±3,695	144,03	7,143	2	,028*
	1.lig (n=64)	15,94±4,078	156,21			
	2.lig (n=98)	16,91±2,756	175,09			

Katılımcıların oynadıkları lig düzeyine göre Ciddi boş zaman ölçeği alt boyutlarının tümünde anlamlı farklılıklar elde edilmiştir ($p < 0.05$). Bu nedenle ligler arasında ikili olarak karşılaştırmalar yapılmıştır.

Tablo 4.16. Oynanan Lig İle Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği (RESÇÖ) Alt Boyutları Kruskla Wallis Sonuçları

	OYNANAN LİG	Ort.-Ss	Sıra Ortalaması	X ²	Df	p
PDG Psikolojik Deneyim	Süper lig (n: 143)	39,60±4,185	152,38	1,817	2	,403
	1.lig(n: 69)	41,19±3,664	168,25			
	2.lig (n: 97)	39,43±3,809	151,06			
DKD Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi	Süper lig (n: 143)	27,06±3,226	157,03	,155	2	,925
	1.lig(n: 69)	26,85±4,180	155,94			
	2.lig (n: 97)	27,32±2,149	160,93			
İyi İyileştirilmiş Durum	Süper lig (n: 143)	23,63±3,260	158,38	,509	2	,775
	1.lig (n: 69)	23,37±3,598	151,15			
	2.lig (n: 97)	23,64±3,109	160,78			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Tekerlekli sandalye basketbol liginde oynayan sporcuların oynamış oldukları lige göre (RESÇÖ) alt boyutları arasında yapılmış karşılaştırmalı analizler sonucunda anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p > 0.05$).

Tablo 4.17. Süper Lig İle 1. Ligde Oynayan Sporcular arasında Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

	Lig	Ort. Ss	Sıra Ortalaması	z	U	p
BZK Boş zaman kariyeri	Süper lig (n=143)	22,32-4,18	119,85	-4,088	2959,000	*0,000
	1.lig (n=64)	24,85-3,66	172,80			
PSF Psikolojik Fayda	Süper lig (n=141)	15,30-3,26	136,63	-2,500	3780,500	*0,012
	1.lig (n=68)	16,20-3,59	169,87			

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Süper Lig ve 1. Ligde oynayan sporcuların Ciddi Boş Zaman Algısı (CBZ) alt boyutlarına göre, Boş Zaman Kariyeri (BZK) alt boyutunda, Süper Lig ve 1. Lig arasında önemli bir farklılık tespit edilmiştir ($U = 2959.000$, $z = -4.088$, $p < 0.05$ *) **p < 0.05**. Bu sonuç, Süper Ligde oynayan sporcuların boş zaman kariyerini daha düşük puan göstermektedir. Psikolojik Fayda (PSF) alt boyutunda da Süper Lig ve 1. Lig arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($U = 3780.500$, $z = -2.500$, $p = 0.012$ *) **p <**

0.05. Bu bulgu, Süper Ligde oynayan sporcuların psikolojik fayda açısından biraz daha düşük düzeyde olduklarını göstermektedir.

Tablo 4.18. Süper Lig İle 2. Ligde Oynayanlar Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

	<i>Lig</i>	<i>z</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
BZK Boş zaman kariyeri	Süper lig (n=143)			
	2.lig (n=64)	-5,914	3884,000	*0,000
YHT Yeterlilik Hissi	Süper lig (n=143)			
	2.lig (n=64)	-3,857	4872,000	*0,000
PSF Psikolojik Fayda	Süper lig (n=143)			
	2.lig (n=64)	-2,985	5474,000	*0,003
TFT Terapatik Fayda	Süper lig (n=143)			
	2.lig (n=64)	-4,189	4896,500	*0,000
SF Sosyal Fayda	Süper lig (n=143)			
	2.lig (n=64)	-3,898	5021,500	*0,000
BAĞ Bağlılık	Süper lig (n=143)			
	2.lig (n=64)	-3,639	5295,000	*0,000
KIS Kişilik	Süper lig (n=143)			
	2.lig (n=64)	-3,253	5286,000	*0,001
AZİM	Süper lig (n=143)			
	2.lig (n=64)	-2,277	6061,500	*0,023
KÇ Kişisel Çaba	Süper lig (n=143)			
	2.lig (n=64)	-2,701	5772,000	*0,007

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Süper Lig ve 2. Ligde oynayan katılımcıların CBZÖ alt boyutlarından aldıkları puanlar karşılaştırıldığında bütün alt boyutlarda anlamlı bir farklılık elde edilmiştir (p<0,05). Tüm alt boyutlarda Süper Ligde oynayan sporcuların 2. Ligde oynayan sporcuların puanlarında göre daha düşük düzeyde puanlarının olduğu görülmektedir (p<0,05).

Tablo 4.19. 1. Lig ve 2. Ligde Oynayan Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

	Lig	Ort. Std. Sapma	z	U	p
TFT Terapatik Fayda	1. lig (n=65)		-2,007	2633,500	*0,045
	2. Lig (n=99)				
SF Sosyal Fayda	1. lig (n=67)		-2,394	2604,500	*0,017
	2. Lig (n=99)				
BAĞ Bağlılık	1. lig (n=67)		-2,525	2707,500	*0,012
	2. Lig 1(n=101)				

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Süper Lig ve 2. Ligde oynayan katılımcıların CBZÖ alt boyutlarından aldıkları puanlar karşılaştırıldığında Terapatik Fayda (TFT) alt boyutunda arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tablo 4.19’da 1.Ligde oynayan sporcuların bu boyutlarda 2.lig oyuncularından daha düşük puan aldıkları görülmektedir ($p<0,05$). Aynı şekilde Sosyal Fayda ve Bağlılık alt boyutlarında da bu iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Bütün bu alt boyutlarda 2. Lig sporcularının ciddi boş zaman algıları daha yüksek olarak elde edilmiştir.

Tablo 4.20. Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZ) Ve Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (Resçö) Arasındaki İlişki

		BZK	YHT	PSF	TFT	SF	BAĞ	KİŞ	AZ	KÇ	PGD	DKD	İYİ
BZK Boş zaman kariyeri	rho		,621	,605	,586	,551	,485	,527	,481	,408	,229	,167	,214
	p		*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,04	*0,00
YHT Yeterlilik Hissi	rho			,698	,683	,686	,494	,556	,602	,564	,238	,255	,281
	p			*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00
PSF Psikolojik Fayda	rho				,675	,602	,595	,648	,595	,544	,230	,262	,233
	p				*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00
TFT Terapatik Fayda	rho					,778	,700	,652	,639	,589	,297	,337	,305
	p					*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00
SF Sosyal Fayda	rho						,706	,644	,664	,636	,278	,323	,283
	p						*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00
BAĞ Bağlılık	rho							,715	,626	,606	,304	,315	,211
	p							*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00
KİŞ Kişilik	rho								,626	,648	,274	,237	,181
	p								*0,00	*0,00	*0,00	*0,00	*0,00
AZİM	rho									,741	,307	,322	,295
	p									*0,00	*0,00	*0,00	*0,00
KÇ Kişisel Çaba	rho										,319	,263	,256
	p										*0,00	*0,00	*0,00
PGD PSİKOLOJİK DENEYİM	rho											,595	,605
	p											*0,00	*0,00
DKD Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi	rho												,648
	p												*0,00
İYİ İYİLEŞTİRİLMİŞ DURUM	rho												
	p												

*p < 0.05 istatistiksel anlamlılığı ifade eder.

Katılımcıların Ciddi boş zaman algıları ve bu algılardan alınan puanlarla algıladıkları sağlık çıktılarına ilişkin puanlamaları arasındaki ilişki korelasyon analiziyle incelenmiş ve bütün alt boyutlarda anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Her iki ölçeğin alt boyutları arasındaki en yüksek korelasyon katsayısının Terapötik Fayda ve Daha kötü bir durumun engellenmesi arasında olduğu görülmüştür ($r=.337$, $p<0,05$). Bunu yine Sosyal fayda ve Daha kötü bir durumun engellenmesi arasındaki korelasyon katsayısı izlemektedir ($r=.323$, $p<0,05$). Yine Azim alt boyutu ile Daha kötü bir durumun engellenmesi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0.322$, $p<0.05$).

Bunun dışında ciddi boş zaman algılarının alt boyutlarının kendi içinde de yüksek korelasyonlara sahip olduğu görülmektedir. Buna göre (BSK) ve (YHT) arasında orta güçlü bir pozitif ilişki olduğu görülmektedir ($r = 0,621$, $p < 0,001$). Aynı şekilde, Sosyal Fayda (SF) ve Terapatik Fayda (TFT) arasında güçlü pozitif ilişki bulunmaktadır ($\rho = 0,778$, $p < 0,001$). BSK ile Diğer Kişisel Gelişim Boyutları

(YHT, PSF, TFT, SF, BAĞ) arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler gözlenmiştir ($p < 0,05$).



5. TARTIŞMA

Engelli Bireyle İlişkin Bulguların Analizi

Bu çalışmada, tekerlekli sandalye basketbol liginde mücadele eden bireylerin demografik özellikleri ve sporla ilişkili değişkenleri detaylı bir şekilde incelenmiştir. Cinsiyet dağılımına göre, katılımcıların %73,6'sı erkek, %22,1'i ise kadındır (Tablo 1). Yalınç (2011) oturarak voleybol oynayan engelli sporculara, Sarıgöz (2019) ampute futbol takımlarına ve Gordon-Larsen ve ark (2004) Özel Gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere katılımı konusunda yapılmış olan çalışma da çalışmalarımıza paralel olarak kadın sporcuların katılım oranları erkeklere nazaran daha düşük olduğu görülmüştür.

Çalışmamızda Tekerlekli sandalye basketbolcuları arasında en yüksek oranda temsil edilen yaş grubu %21,5 ile 25-29 yaş aralığıdır. Yalçının (2011) Oturarak Voleybol Oynayan Engelli Sporcularda Benlik Saygısı, Söğüt (2006) Sporun Bedensel Engellilerin Sosyalleşmeleri ve Akdura (2007) de Tekerlekli Sandalye Basketbolcuların Toplumsal Yaşama Uyum üzerine yapmış olduğu çalışmalarla paralellik göstermektedir. Spor yaşına göre yapılan analizde, tekerlekli sandalye basketbol liginde oynayan bireyler arasında en yüksek oran (%24,6) 9-12 yıl süresince spor yapmış olan bireylerde gözlemlenmiştir. Sarıgöz (2019) ampute futbol takımlarına yapmış olduğu çalışmada da katılımcıların yaşları %38 ile 7-10 yıldır. Hem yaştan hem de spor yaşından elde edilen verilere baktığımızda; Bu durumun sebebi, Tekerlekli sandalye basketbolu, yüksek bir fizik kondisyon ve teknik beceri gerektiren, süratli ve yoğun bir spordur bu sebeple, genç ve dinamik ve orta yaştan altı sporcuların bu spora daha fazla ilgi duyması ve başarılı olması daha mümkündür. Bir başka bakış açısıyla da Tekerlekli sandalye basketbolu, bedensel engelli bireylerin esenlik algısı ve yaşam doyum düzeyini arttıran bir aktivitedir. Bu nedenle, yaşamın orta yaş döneminde olan ve kendilerini geliştirmek isteyen engelli bireylerin bu spora yönelmesi olasıdır.

Eğitim düzeyine bakıldığında, çalışmamızın katılımcılarının çoğunluğu lise (%42,7) ve üniversite (%38,3) mezunu olduğu belirlenmiştir. Söğüt (2006) ve Sporun Bedensel Engellilerin Sosyalleşmeleri adlı çalışması ile benzerlik göstermemektedir. Akdura (2007) de Tekerlekli Sandalye Basketbolcuların Toplumsal Yaşama Uyum

üzerine yapmış olduğu çalışma ve Çil (2021) de Tekerlekli Sandalye Basketbol Branşı Oyuncularının Sporda İmgeleme Düzeylerinin İncelenmesi çalışmaları ile de paralel sonuçlar elde edilmiştir. Tekerlekli sandalye basketbolu engelli sporları içinde lokomotif branştır. Bu nedenle, bu spora ilgi duyan ve katılmak isteyen bireylerin sayısı da fazladır. Bu da eğitim düzeyi farklı olan bireylerin bu spora dahil olmasını sağlar. Bu spora yönelen bireylerin kendilerine güvenleri ve motivasyonları da yüksektir. Bu da eğitim hayatlarında başarılı olmalarına ve yüksek eğitim seviyelerine ulaşmalarına katkı sağlayabilir. Türkiye'de 1996-1997 yılından beri düzenlenen tekerlekli sandalye basketbolu ligi, bu sporun Türkiye'de uzun süredir aktif olarak yapılan bir faaliyet olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, bu spora ilk başlayan kuşağın temsilcileri hala aktif oyuncular olarak yer alabilir. Bu kuşak, Türkiye'de eğitim olanaklarının geliştiği ve yaygınlaştığı bir dönemde büyümüş olabilir. Bu durum, eğitim düzeylerinin yüksek olmasının bir sebebi olabilir. Türkiye'de son yıllarda eğitim sisteminin geliştirilmesi, erişim imkanlarının artması ve fırsat eşitliği sağlanması gibi etkenler bu durumu destekleyebilir. Başbakanlık özürölüler idaresinin yaptığı Türkiye araştırması sonuçlarıyla Bedensel engelli olup da Okuryazar olmayanların oranı %10.9 dur. Günümüz koşullarında bu çok ciddi bir oran olarak değerlendirilebilir. Bu veri tekerlekli sandalye basketbolu oynayan bireylerin eğitim verileriyle örtüşmemektedir.

Yaşadıkları yer dağılımında, büyükşehirde yaşayan katılımcılar büyük bir çoğunluğu (%76,3) temsil etmektedir. Büyükşehirlerde spor salonları, spor alanları, parklar ve rekreasyon tesisleri daha yaygın ve erişilebilir olması bunun yanı sıra Büyükşehirlerde, engelli sporcular için topluluklar ve sosyal destek ağları daha güçlü olması oranın ortaya çıkmasında önemli bir rol oynamıştır.

Yapmış olduğumuz çalışmada gelir düzeyine göre, katılımcıların çoğunluğu orta gelir düzeyine sahiptir (%53). Konuya ilişkin literatüre baktığımızda , çalışmamızın aksine Söğüt (2006) ve Sporun Bedensel Engellilerin Sosyalleşmeleri adlı çalışması ile paralellik göstermemekte Söğütün (2006) yaptığı çalışmada çalışmaya katılan Ampute futbolcuların gelir seviyesinin çok düşük olduğu bulunmuştur ; Akdura (2007) de Tekerlekli Sandalye Basketbolcuların Toplumsal Yaşama Uyum üzerine yapmış olduğu çalışma ile de paralellik göstermektedir. Klinne (1999), da yapmış olduğu çalışmada ortopedik özel gereksinim li bireylerin fiziksel aktiviteye yönelik rekreatif etkinliklere katılamamalarının ve kısıtlayıcı hissetmelerinin nedenleri

arasında gelir düzeyi olabileceğini de işaret etmektedir. Düşük gelir düzeyi, spor etkinliklerine katılım için gereken maliyetleri karşılamada bir engel olabilir. Spor salonu üyelikleri, özel ekipmanlar, ulaşım maliyetleri gibi faktörler düşük gelir düzeyine sahip bireylerin spor yapma motivasyonunu etkileyebilir. Bu durum, gelir düzeyinin fiziksel aktiviteye katılımı etkileyen bir sosyal determinant olduğunu göstermektedir. Bulgulara dayanarak, ortopedik özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktiviteye yapmamalarının nedenleri arasında gelir düzeyi de önemli bir faktör olabilir. Veriler, tekerlekli sandalye basketbol liginde oynayan bireyler arasında çoğunluğun orta gelir düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Bu durum, düşük gelir düzeyine sahip bireylerin spor faaliyetlerine katılmada veya uygun kaynaklara erişmede daha fazla zorluk yaşayabileceğini göstermektedir. Ancak, bu durum her zaman geçerli olmayabilir. Ülkemizde, düşük gelir düzeyine sahip engelli bireylere yönelik spor faaliyetlerine ve destek programlarına odaklanan çeşitli kuruluşlar, dernekler ve hükümet politikaları bulunmaktadır. Bu kuruluşlar ve programlar, gelir düzeyi düşük engelli bireylerin spor yapma fırsatlarını artırmak, erişilebilirliklerini sağlamak ve mali zorlukları azaltmak amacıyla çeşitli kaynaklar ve destekler sunmaktadır. Yılmaz (2019) Bedensel Engellilerin Sosyo-Ekonomik Durumlarının Spor Yapma Tercihlerine Etkisi adlı çalışmada ;Gelir durumuna göre engelli sporcuların spora katılım güdülerini incelendiğinde gelir durumunun spora katılım etkilemediği tespit edilmiştir .

Engellilik düzeyine göre gruplandırılan katılımcıların en yüksek oranı %30,8 ile 1-1,5 engel düzeyine sahip olanlardır. 1-1,5 puan engel düzeyi en fazla olan sporcu gurubudur. Bu oyuncular genellikle omurilik yaralanması olan ve alt ekstremitelerinde tam felç bulunan bireylerdir. Gövde kontrolü ve oturma dengesi çok zayıftır. Topu yakalayıp pas atarken uzanmaları çok sınırlıdır. 1-1.5 puan engel düzeyine sahip sporcuların genellikle omurilik yaralanması geçirenler olduğu belirtilmektedir. İstatistik olarak ülkemizde ve dünyada çok fazla görünen ortopedik engel omurilik yaralanmalarıdır. Mert (2020) Bu nedenle, bu tip yaralanmaları geçiren bireyler tekerlekli sandalye basketbolu için uygun adaylardır ve bu düzeyde oyuncuların sayısının fazla olmasına yol açmış olabilir. (Tablo 1) KAHVECİOĞLU (2019) tarafından yapılan "Tekerlekli Sandalye Basketbolu Oynayan Bedensel Engellilerin Sosyalleşmesinde Sporun Rolü ve Önemi" adlı çalışmada, engel düzeyine göre gruplandırılan katılımcılar incelenmiştir. Çalışmada, en yüksek oranı %30,8 ile 1-1,5

engel düzeyine sahip olan katılımcıların oluşturduğu görülmüştür. Bu durum, tekerlekli sandalye basketbolunda en yüksek engellilik derecesine sahip olan bireylerin bu sporu tercih ettiğini göstermektedir. Kahvecioğlu'nun çalışması ile bizim çalışmamız benzer grupların analiz edildiği bir çalışmadır . Sonuçlar, engel düzeyi yüksek olan vücut fonksiyonlarının, hareket kabiliyetinin diğer sporculara kıyasla daha sınırlı olan sporcu grubun önemli bir bölümünü oluşturduğu göstermektedir.

Çalışmada gözlemlenen yüksek derecede ortopedik engeli olan sporcuların sayısının fazla çıkmasının birkaç nedene bağlanabilir. Bu nedenler arasında, tekerlekli sandalye basketbolunun rehabilitasyon ve terapi amacıyla kullanılması, basketbol takımlarının çeşitlilik sağlama arzusu ve farklı engel derecelerine sahip oyuncuları kadrolarında görmek istemeleri gibi bu sosyolojik nedenlerin dışında yüksek derecede ortopedik basketbolcuları kadrolarında tutarak takımlarının başarıları için oyun stratejilerini buna göre oluşturmakta ve sahada bulunan beş oyuncunun toplam puanının 14 puanı geçmemesine dikkat etmektedir. Bu nedenle, takımlar farklı engellilik düzeylerine sahip oyuncuları dengeli bir şekilde kadrolarında bulundurarak oyun stratejilerini uygulamaktadır.

Bulgular sonucunda Tekerlekli sandalye basketbolunda engel düzeyi yüksek olan sporcuların sosyalleşmesinde sporun önemi büyük bir rol oynamaktadır. Bu spor, engellilik düzeyine bakılmaksızın bireylerin sosyal etkileşimlerini artırmakta ve rekabetçi bir ortam sunmaktadır. Engel düzeyi yüksek olan sporcuların bu sporu tercih etmeleri ve takımlar tarafından kadrolarda yer almaları, engellilik algısını değiştiren ve farkındalığı artıran bir etkiye sahiptir. Tekerlekli sandalye basketbolu, engellilikle ilgili sınırları aşan bir aktivite olarak öne çıkmaktadır. Bu spor, bireylerin potansiyellerini keşfetmelerine olanak sağlamaktadır. Spor Engellilik engelini aşmak için güçlü bir araç olarak, bireylerin kendi yeteneklerini fark etmelerine ve kendilerini ifade etmelerine yardımcı olmaktadır. Bu bağlamda, tekerlekli sandalye basketbolu, engellilikle ilgili algıyı dönüştürme konusunda önemli bir rol oynamaktadır. ?

Tekerlekli sandalye basketbolu oynayan sporcuların boş zaman kariyeri yeterlilik hissi, psikolojik fayda, terapatik fayda, sosyal fayda, bağlılık, kişilik, azim, kişisel çaba, psikolojik deneyimin gerçekleşmesi, daha kötü bir durumun engellenmesi ve

iyileştirilmiş durum gibi alt boyut puanları ile lig düzeyine göre farklılık gösterdiği görülmektedir.

Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) ve Rekreasyonda Sağlık Algılanan Sağlık Çıktılarına İlişkin Bulguların Analizi

Çalışmamızda, 15-19 yaş grubu ile 30-34 yaş grubu arasında Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) alt boyutları olan Kişisel Çaba (KÇ) ve Kişilik (KİS) arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu gösterilmektedir. Kişisel Çaba (KÇ) alt boyutu; bireylerin boş zaman faaliyetlerinde kendilerini ne kadar geliştirmeye çalıştıklarını, bu faaliyetlerde ne kadar başarılı olmak istediklerini ve bu faaliyetleri yaparken ne kadar zorlandıklarını değerlendirir. Kişisel çaba Alt Boyutu; bireylerin motivasyonunu, faaliyetlere katılım düzeyini ve başarı hedeflerini yansıtır. Kişilik Alt Boyutu; bireylerin boş zaman faaliyetlerine olan ilgi ve tutumlarını ölçen ve bireylerin ilgi alanlarına ve kişisel özelliklerine dayalı olarak boş zaman faaliyetlerine olan yaklaşımlarını yansıtan bir alt boyuttur.

Elde edilen veriler neticesinde, 15-19 yaş grubundaki katılımcıların Kişisel Çaba ve Kişilik alt boyutlarında puanlarının 30-34 yaş grubundakilerden daha yüksek olduğunu göstermektedir. Elde edilen bulgular neticesinde bu farklılığın nedenleri şunlar olabilir: 15-19 yaş grubundaki katılımcılar, tekerlekli sandalye basketbolunu daha yeni başlamış veya daha az deneyimli olabilirler. Bu nedenle, bu sporu yapmaya daha hevesli, tutkulu ve istekli olabilirler. Bu da onların kişilik ve kişisel çaba puanlarını artırabilir. 15-19 yaş grubundaki Genç oyuncular genellikle daha fazla motivasyon ve enerjiye sahip olabilirler. Yeni başlamış olmaları, heyecanları ve gelecekteki hedeflerine ulaşma istekleri, daha fazla çaba göstermelerine neden oluyor olabilir. 30-34 yaş grubundaki katılımcılar, tekerlekli sandalye basketbolunu daha uzun süredir oynamış veya daha çok deneyim kazanmış olabilirler. Bu nedenle, bu sporu yapmaya alışmış, rutinleşmiş veya doymuş olabilirler. Bu da onların kişilik ve kişisel çaba puanlarını azaltabilir. Diğer yandan, 30-34 yaş grubundaki bireylerin kişisel çaba puanlarının düşük olmasının nedeni, iş hayatında ve aile yaşamında daha fazla sorumluluk ve stresle başa çıkmaları olabilir. Bu nedenle, boş zaman faaliyetlerine katılım düzeyleri ve motivasyonları, yaşamın diğer alanlarındaki yoğunluklar ve

yüklerden dolayı etkilenebilir. Bayturan (2005) yapmış olduğu çalışmada, serbest zaman etkinliğinin katılan gençlerin kendilerini ifade etme ve kişisel çaba gösterme becerilerini artırdığı görülmüştür.

Çalışmada, 20-24 yaş grubunun hem Bağlılık (BAĞ) hem de Kişisel Çaba (KÇ) alt boyutlarında 40-44 yaş grubundan daha yüksek puanlar aldığı gözlenmiştir. Bağlılık (BAĞ) alt boyutu, bireylerin boş zaman faaliyetlerine ne kadar önem verdiklerini, bu faaliyetleri ne kadar sürdürdüklerini ve bu faaliyetleri yapmaktan vazgeçip vazgeçemediklerini gösteren bir alt boyuttur.

AKYILDIZ (2013) de yapmış olduğu çalışmada Yaş gruplarına bağlı olarak; bağlılık ve kişisel çaba arasındaki ilişkinin değişebileceği sonucunu bulmuştur. Genel olarak, yaş ilerledikçe ciddi boş zaman algısı düzeyi de azalabilir. Bu da bağlılık ve kişisel çaba düzeylerinin de azalmasına neden olabilir. Buna paralel olarak ;çalışmamızda da benzer sonuçlar elde edilmiştir. 20-24 yaş grubunun 40-44 yaş gurubuna nazaran boş zaman faaliyetlerine daha fazla önem verdiğini görmekteyiz. Bunun nedenleri arasında yaşam koşulları, sorumluluklar, ilgi alanları, beklentiler, deneyimler gibi faktörler sayılabilir. Ecer (2019) da yapmış olduğu bir çalışmada Genç yetişkinlik dönemi, kişisel gelişim, hedef belirleme ve tutku arayışı için önemli bir dönem olduğunu vurgulamıştır. Bu yaş grubundaki bireyler, tekerlekli sandalye basketboluna olan tutkularını ve kişisel hedeflerini bu alanda daha yoğun bir şekilde gerçekleştirmek isteyebilirler. Tekerlekli sandalye basketbolu gibi rekabetçi bir spor dalında, genç yetişkinler daha yüksek bir motivasyonla faaliyetlere katılabilirler. Rekabetçi ortam, 20-24 yaş grubundaki sporcuların bağlılık düzeyindeki ve kişisel çaba göstermelerindeki puanları arttırmış olabilir . Yine bu dönemde, bireyler kendi başarılarını ve yeteneklerini keşfetme eğilimindedirler. Tekerlekli sandalye basketbolu gibi sporlar, bireylere kendilerini ifade etme ve bir topluluk içinde olma fırsatı sunar. Genç yetişkinlerin bu sporu kendilerini ifade etme ve topluluk bağları açısından önemsemesi, daha yüksek bağlılık ve çaba göstermelerine neden olmuş olabilir.

Çalışmamızın sonuçları Kişisel Çaba (KÇ) alt boyutunda 25-29 yaş grubu ile 35-39 yaş grubu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiştir. 25-29 yaş grubunun 35-39 yaş grubuna nazaran daha yüksek puan almasının ve arlarındaki bu farkın nedenleri; 25-29 yaş grubu genellikle hayata yeni atılmış veya

kariyer yapmaya çalışan ve oraya odaklanmış bir gruptur. Bu sebeple Kişisel Çaba puanları yüksek çıkmıştır diyebiliriz. Bu gruptaki bireyler boş zaman aktivitelerine daha fazla önem verebilir, bu aktiviteleri kendilerini geliştirmek, yeni beceriler kazanmak veya rekabet etmek için kullanabilirler. 35-39 yaş grubu ise genellikle hayata atılım evresini geçmiş tam aksine artık yerleşik bir hayat ve ailevi sorumluluklarla karşı karşıya olan bir gruptur. Evli olma, iş hayatı ve çocuk sahibi olma gibi faktörler kişisel çaba alt boyutlarındaki çıkan sonucu etkilemiş olabilir. Bunun yanı sıra fiziksel dayanıklılık da 35-39 yaş grubundaki sporcuların katılım ve çaba gösterme düzeyini etkileyebilir. Bu gruptaki bireyler, bu aktiviteleri daha çok dinlenmek, eğlenmek veya için kullanıyor olabilirler. Bu sebeptir ki, 35-39 yaş gruptaki bireyler boş zaman faaliyetlerinde daha az kişisel çaba gösterebilir.

Tablo 8’de verilen sonuçlara göre, Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeğinin Bağlılık ve Kişisel Çaba alt boyutlarında 25-29 yaş grubu ile 40-44 yaş grubu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu farklılıkların yönüne bakıldığında, Bağlılık alt boyutunda 25-29 yaş grubunun daha yüksek puan aldığı ve grubunun boş zaman aktivitelerine daha fazla bağlı olduğunu göstermektedir. Kişisel Çaba alt boyutunda ise 40-44 yaş grubunun daha yüksek puan aldığı görülmektedir. Bu sonuç da, bu yaş grubunun boş zaman aktivitelerine daha fazla çaba harcadığını göstermektedir.

Stebbins, (2016) e göre de ciddi boş zaman katılımcılarının altı karakteristik özelliğinden en önemli olmazsa olmaz iki boyutu kişisel çaba ve Bağlı olma boyutudur.

25-29 yaş grubunun boş zaman aktivitelerine daha fazla bağlı olması, bu aktivitelerden kendilerine uygun bir kimlik oluşturdıklarını ve sosyal ilişkiler geliştirdiklerini düşündükleri için olabilir. Aynan zamanda , bu bağ yaş grubunun yaşam kalitesi ve mutluluğu düzeyini artırabilir. 25-29 yaş grubu genellikle keşif dönemindedir. Bu yaş aralığı yeni deneyimleri keşfetmek için daha fazla fırsata sahiptir .Bu fırsatları değerlendirerek Sosyal etkileşimlerini ve sosyal bağlantılarını kuvvetlendirebilir boş zaman aktivitelerine olan bağlılığı daha yükseltebilir. 25-29 yaş grubu, genellikle aile veya kariyer sorumlulukları gibi yüksek düzeyde taahhütleri olmadan daha fazla özgürlüğe sahip bireylerdir. Bu durum, boş zaman aktivitelerine daha fazla zaman

ayırmalarına ve bu aktivitelere olan bağıllık düzeylerini artırmalarına olanak sağlamaktadır.

40-44 yaş grubunun ise boş zaman aktivitelerine daha fazla çaba harcaması; 40-44 yaş grubu, iş ve aile yaşamının yoğun stresi altında yaşamlarını sürdürüyor olmaları olabilir. Bu durum, boş zaman aktivitelerini stres yönetimi ve rahatlama için bir çıkış olarak kullanmalarına neden olabilir. Bu yaş grubunda da yaşam kalitesi ve mutluluğu düzeyini artırabilmek için grubun, yeni beceriler öğrenme, yeni hobilerle ilgilenme konusunda kendisini daha fazla motive edebilir daha fazla kişisel çaba harcayabilir olabilirler. Çalışmamız; Yılgin (2022) Yaşam deneyimi, motivasyon, beklenti, hedef ve değerler gibi faktörlerin, bireylerin boş zaman faaliyetlerine olan yaklaşımlarını etkilediği teorisiyle örtüşmektedir.

Katılımcıların 30-34 İle 35-39 Yaş değişkeni ile Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği Alt Boyutlarının değişkenine bakıldığında; Yaş grupları ile Bağıllık (BAĞ), Kişilik (KİS) ve Kişisel Çaba (KÇ) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Daha önceki paragraflarımızda bu alt boyutların ne anlama geldiğini açıkladık. Tabloya göre, 35-39 yaş tekerlekli sandalye basketbolu sporcularının Bağıllık, Kişilik ve Kişisel çaba alt boyutlarında 30-34 yaş grubundan daha yüksek puan aldığını görmekteyiz.

35-39 yaş grubundaki katılımcıların almış olduğu yüksek puanların nedeni; boş zaman aktivitelerine 30-34 yaş gurubundan aktivitelere daha bağlı olduğu, bu aktiviteler sırasında kendilerini daha fazla tatmin duydukları söyleyebiliriz. Bu yaş değişkenleri arasındaki bu puan farkının temel sebepleri şunlar olabilir 35-39 yaş grubundaki sporcular, de daha uzun süredir tekerlekli sandalye basketboluyla ile ilgilendikleri göz önüne alınırsa fazla deneyim ve tecrübe, sporcuların boş zaman aktivitelerine ve bu sporlara daha fazla bağıllık ve kişisel çaba göstermelerine yol açabilir. Yaşın artmasıyla birlikte, bireylerin bu yaş gurubunda zihinsel olgunluğu da daha fazla olabilir. Daha olgun sporcular, yapmış oldukları branşa daha fazla ciddiyetle yaklaşabilir, bağlanabilir ve daha fazla kişisel çaba gösterebilirler. Çünkü bu aktiviteler onlara hayatın stresinden uzaklaşma, kendilerini geliştirme ve sosyalleşme imkanı sunar kendi yeteneklerini ve sınırlarını keşfetme ve geliştirme fırsatı sunar, kişilik özelliklerini şekillendirir. Bu yaş grubundaki sporcular aktivitelerin sağlık üzerindeki olumlu etkilerinden de faydalanmak isteyebilirler. Sonuç olarak, tekerlekli sandalye

basketbolu oynayan 35-39 yaş grubu bireylerin boş zaman faaliyetlerine olan bağlılığının ve kişisel çaba göstermelerinin artmasında yaşın ilerlemesi, sporla ilgili tutku ve ilgi, kişisel gelişim ve sağlık ve sosyal faktörlerin bir araya gelmesi etkili olabilir.

30-34 yaş ve 40-44 yaş grupları arasında istatistiksel sonuçlara göre, yaş grupları arasında Bağlılık, Kişilik ve Kişisel Çaba alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Bu farklılıkların yönüne bakıldığında ;30-34 yaş grubunun 40-44 yaş grubundan Bağlılık, Kişilik ve Kişisel Çaba alt boyutlarında daha yüksek puanlar aldığı görülmektedir.

Bireylerin boş zaman faaliyetlerine olan tutumları, içsel motivasyonları, beklentileri, hedefleri ve kişisel değerleri gibi faktörlerden etkilenebilir. Bu sonuçlara dayanarak, 30-34 yaş grubundaki bireylerin boş zaman aktivitelerine, sporlara ve Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği alt boyutlarına daha yüksek bir bağlılık, kişilik özellikleri ve kişisel çaba gösterdiği söylenebilir . 30-34 yaş aralığındaki bireyler 40-44 yaş grubundan daha genç ve fiziksel açıdan daha enerjik bireylerdir diyebiliriz.. Bu fiziksel güç ve zindelik, bu yaş gurubunun boş zaman etkinliklerine ve sporlara olan bağlılıklarını ve çabalarını artırabilir. 30-34 yaş grubundaki bireyler 40-44 yaş grubundaki bireylere nazaran , spor ve boş zaman aktivitelerine olan bağlılıklarını artırarak sosyal etkileşim ve toplumsal bağlantılarını artırma eğiliminde olabilirler. 40-44 yaş grubundaki bireyler ise , kariyer , aile sorumlulukları ve yaşam stresi nedenleriyle boş zaman aktivitelerine daha az zaman ayırma eğiliminde olabilirler.

Analizler sonucunda, cinsiyetin Boş Zaman Kariyeri (BZK), Yeterlilik Hissi (YH) ve Terapatik fayda (TFT) alt boyutlarında anlamlı bir farklılık yarattığı görülmektedir. Cinsiyet ile Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Boş Zaman Kariyeri (BZK) ve Yeterlilik Hissi (YH) alt boyutlarında, kadın katılımcıların erkeklere kıyasla daha yüksek puanlar aldığı ve bu farklılıkların anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Aynı şekilde, Terapötik Fayda (TFT) alt boyutunda da kadın katılımcıların erkeklere göre daha yüksek puanlar aldığı ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Ancak, Sosyal Fayda (SF), Bağlılık (BAĞ), Kişilik (KIS), Azim (AZİM) ve Kişisel Çaba (KC) alt boyutlarında cinsiyet arasında anlamlı farklar tespit edilmemiştir

($p>0,05$). Bu sonuçlar, cinsiyetin bazı boş zaman aktivitelerine olan yaklaşımları etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Boş Zaman Kariyeri (BZK) puanlarının, kadın sporcularda daha yüksek çıkmasının nedeni; Bazı kadınlar için boş zaman aktiviteleri, sadece eğlenmek için yapılan aktivitelerden daha fazlasını ifade edebilir. Kadınların boş zaman aktivitelerine daha fazla önem vermeleri, bu aktiviteleri bir kariyer olarak gördükleri anlamına gelebilir. Boş zaman aktiviteleri, insanların kişisel gelişimi, yeteneklerini keşfetme, kendini ifade etme ve hedeflerine ulaşma gibi amaçlarını destekleyebilir. Bu durum, kadınların boş zaman aktivitelerini iletişim kurmaya, kimlik geliştirme ve sosyal bağlar kurma gibi amaçlarla gerçekleştirdikleri anlamına gelebilir.. Boş zaman aktiviteleri, stresi azaltmak ve rahatlamak için önemli bir araçtır. Kadınlar, bu tür aktivitelere daha fazla ihtiyaç duyabilir ve bu nedenle bu aktivitelere daha çok önem verebilirler.

Yeterlilik Hissi (YH) puanlarının , kadın sporcularda daha yüksek çıkmasının nedeni; Kadınlar, tekerlekli sandalye basketbolu oynamak için erkeklere göre daha fazla öz-yeterlilik gerektiren engelleri aşmış olabilirler, Tekerlekli sandalye basketbolu sadece fiziksel zorlukların olduğu bir spor olmasının yanında, bireylerin öz-yeterliliklerini geliştirmek ve önlerine çıkabilecek engellerle başa çıkmak zorunda olduğu bir spor branşıdır. Bunlar arasında cinsiyet temelli toplumsal normlar, spor alanında cinsiyet ayrımcılığı, fiziksel güçlükler ve diğer olumsuz algılarda yer alabilir. Ancak, bu zorluklarla başa çıkabilmek için kadın sporcular, güçlü bir öz-yeterlilik geliştirmek ve hedeflerine ulaşmak için kararlılık göstermek zorunda kalmış olmaları puanlarının erkek sporculara nazaran daha fazla çıkmış olmasına sebep olmuş olabilir. Kadınlar, tekerlekli sandalye basketbolu oynayarak toplumsal normları yıkmak ve cinsiyet temelli ayrımcılıkla mücadele etmek için bir rol model olarak kendilerine hedef seçmiş olabilirler.

Terapatik fayda (TFT) puanlarının, kadın sporcularda daha yüksek çıkmasının nedeni; Spor yapmak, stresi azaltmak, zihni rahatlatmak ve özgüven kazanmak için etkili bir yoldur. Aynı zamanda duyguları ifade etme ve özgürlük hissi veren bir alandır. Bu durum, kadınların bu spor dalından daha fazla fiziksel, psikolojik ve sosyal - sağlık iyileştirme, stres azaltma, sosyal destek, kişisel kontrol ve özgüven gibi faydalar deneyimlemiş olabilirler.

Bu da kadınların, ciddi boş zamanlarında aktivitesinde basketbol oynamayı erkeklere göre daha çok kariyer odaklı algıladıklarını, basketbol oynarken kendilerini yeterli ve yetenekli hissedebilirler, bu da daha yüksek puanlar almalarına yol açabilir ve basketbolun kendilerine daha fazla sağladığını düşündürebilir. Kadınlar stresle başa çıkmak, duygusal rahatlama sağlamak gibi terapötik faydaları önemseyerek ve arayarak bu tür aktivitelere daha yüksek ilgi gösterebilirler. Kadınlar aktivitelerine yönelik içsel motivasyon farklılıkları olabilir. Bu, kadınların bu tür aktivitelere daha fazla ilgi göstermelerine ve katılım göstermelerine sebep olabilir. Gündüz, N., Çelik, C., & Özdemir, A. (2017) Tekerlekli Sandalye Basketbolu Sporcularının Ciddi Boş Zaman Algısı ile Yaşam Doyumlarının İncelenmesi adlı çalışmasında Yapılan analizler sonucunda, cinsiyetin Boş Zaman Kariyeri (BZK), Yeterlilik Hissi (YH) ve Terapatik Fayda (TFT) alt boyutlarında anlamlı bir farklılık yarattığı görülmektedir. Analiz sonuçlarına göre, kadınların bu alt boyutlarda erkeklere göre daha yüksek puanlar aldığını göstermektedir.

Greve & Süßenbach (2021) Almanya’da tekerlekli sandalye basketbolu milli takım oyuncularıyla yapılan biyografik görüşmeleri analiz etmişlerdir. Bu çalışmada, cinsiyetin tekerlekli sandalye basketbolunda önemli bir rol oynadığı rapor etmişlerdir.

Katılımcıların cinsiyetleri ile Rekreasyon da Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) alt boyutları arasında verilerin sonuçları incelendiğinde PDG (Psikolojik Deneyim) alt boyutunda kadın katılımcıların yapılan istatistiksel analiz sonucunda, istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$). Benzer şekilde, DKD (Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi) alt boyutunda kadın katılımcıların ve erkek katılımcıların yapılan istatistiksel analizde bu farkın da anlamlı olmadığı ortaya çıkmıştır ($p>0.05$). İYİ (İyileştirilmiş Durum) alt boyutunda ise kadın katılımcıların ve erkek katılımcıların yapılan istatistiksel analizde bu farkın da anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Bu sonuçlar, cinsiyetin rekreasyon faaliyetlerine ve algılanan sağlık çıktılarına etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir

Bu çalışmanın sonuçlarına göre, ligde oynanan seviye ile CBZÖ alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Süper Lig, 1. Lig ve 2. Lig oyuncular arasında BZK, YH, PSF, TFT, SF, BAĞ, KIS, AZİM ve KC alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, oyuncuların psikolojik ve sosyal fayda, terapötik etkiler, sosyal

ilişkiler, bağıllık, kişilik özellikleri, azim ve kişisel çabalarının lig seviyelerine göre değiştiğini göstermektedir.

Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ) alt boyutları ile oynanan lig ile arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$). Yani, süper lig, 1. lig ve 2. lig oyuncularının ciddi boş zaman algısı, daha kötü bir durum önlenmesi ve iyileştirilmiş durum puanları arasında ortalama fark yoktur. Bu sonuçlar, oynanan lig seviyesinin futbolcuların boş zaman algısı ve sağlık çıktıları üzerinde önemli bir etkisi olmadığını göstermektedir. Bunun nedenleri arasında, futbolcuların sağlık çıktılarının başka faktörlere bağlı olması bu sonuçların ortaya çıkmasının olası nedenleri olabilir.

Yapmış olduğumuz çalışmada Süper lig ve 1.lig de oynayan sporcuların Ciddi Boş Zaman Ölçeği Boş zaman Kariyeri (BZK) ve Psikolojik Fayda (PSF) Alt boyutlarında süper lig ve 1. lig oyuncularının boş zaman kariyeri ve psikolojik fayda puanları arasında ortalama fark vardır .Tabloya göre, 1. lig oyuncularının boş zaman kariyeri ve psikolojik fayda sıra ortalamaları süper lig oyuncularından daha yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Bu da, 1. lig oyuncularının boş zaman kariyeri ve psikolojik fayda puanlarının süper lig oyuncularından daha yüksek olduğunu gösterir. Bu puanların yüksek olma nedenleri ; Süper Ligde oynayan sporcuların, yoğun antrenman ve maç programlarının boş zaman aktivitelerine ayıracakları zamanı kısıtlayıcı etkisi olabilir, boş zamanlarını daha fazla dinlenme ve gevşeme amaçlı kullanma eğilimine sokabilir. Profesyonel bir lige mensup olan, sporcuların kariyerine odaklanmalarını gerektiren yoğun bir çaba ve emek gerektirir. Bu durum, boş zaman aktivitelerine yeterli zaman ayıramamalarına ve bu nedenle boş zaman kariyerlerini yeterince geliştirememelerine yol açmış olabilir. Öte yandan, 1. Lig de oynayan sporcuların boş zaman kariyeri alt boyutlarında daha yüksek puan alması, daha az rekabetçi bir ortamda olmaları ve daha rahat bir spor deneyimi yaşamalarıyla ilişkilendirilebilir. Daha düşük lig seviyelerinde oynayan sporcuların, boş zamanlarını daha keyifli ve eğlenceli aktivitelerle doldurma olasılığı yüksek olabilir. Psikolojik Fayda Boyutuyla (PSF) 1. lig oyuncularının süper lig oyuncularına göre boş zamanlarını daha verimli değerlendirmeleri, boş zaman aktivitelerinden daha fazla tatmin olmaları veya boş zamanlarını daha fazla gelişim için kullanmaları olabilir. 1. lig oyuncuları, süper lig oyuncularına göre daha az baskı ve rekabet altında oldukları için, boş zamanlarını daha rahat ve keyifli bir şekilde

değerlendirebilmektedirler. Ya da 1. lig oyuncularını, süper lig oyuncularına göre daha az yoğun antrenman– toplantı programını vs. gibi etkinliklerden uzak oldukları için, boş zamanlarını daha yaratıcı ve geliştirici bir şekilde kullanabilmektedirler.

Çalışmamızın sonuçlarına göre, katılımcıların oynadıkları lig ile CBZ alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < 0.05$) . Yani, süper lig ve 2. lig oyuncularının boş zaman kariyeri, yeterlilik hissi, psikolojik fayda, terapatik fayda, sosyal fayda, bağlılık, kişilik, azim ve kişisel çaba puanları arasında ortalama fark vardır. Tabloya göre, 2. lig oyuncularının tüm CBZ alt boyutlarında süper lig oyuncularından daha yüksek sıra ortalamaları vardır. Bu da, 2. lig oyuncularının tüm CBZ alt boyutlarında süper lig oyuncularından daha yüksek puanlar aldığını gösterir. Bu sonuçlar, katılımcıların oynadıkları lig seviyesinin boş zaman algısı üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Analiz sonuçlarına göre, Süper Ligde oynayan katılımcıların ciddi boş zaman algısı 2. Ligde oynayan katılımcılardan anlamlı olarak daha düşük puanlar aldıkları görülmüştür . Boş Zaman Kariyeri (BZK) alt boyutunda Süper Ligde oynayan katılımcıların en düşük puan aldıkları görülmektedir. Bu sonuçların altında çeşitli nedenler olabilir; Süper Ligde oynayan oyuncular genellikle daha büyük hedeflere ve başarıya ulaşma motivasyonuna sahip olabilirler. Bu, boş zamanlarını daha az önemseyerek daha fazla çalışmalarına ve antrenman yapmalarına boş sosyal aktivitelerine daha az zaman ayırmalarına neden olabilir. Süper Ligdeki takımlar, daha fazla maç ve antrenmana katılırlar, bu da oyuncuların boş zamanlarını sınırlayabilir.

Psikolojik Fayda (PSF) alt boyutunda Süper Ligde oynayan katılımcıların 2. Ligde oynayan katılımcılardan anlamlı olarak daha düşük puan aldıkları görülmektedir. Süper Lig oyuncularını, daha üst düzeyde mücadele ederler ve bu ligde daha yoğun bir rekabet ve performans baskısı yaşarlar. Bu durum, stres ve kaygı düzeylerini artırabilir ve dolayısıyla psikolojik fayda puanlarını olumsuz etkileyebilir. Bununla beraber boş zaman aktivitelerine ayıracakları zamanı ve enerjiyi azaltabilir. Bu nedenle, boş zaman aktivitelerinden elde ettikleri psikolojik fayda da azalabilir. Süper Lig oyuncularını, takım liderleri veya daha önemli rollerde olabilirler. Bu durum, daha fazla sorumluluk ve baskı ile sonuçlanabilir ve oyuncuların psikolojik durumunu etkileyebilir. 2. Lig

oyuncuları, daha düşük düzeyde oynadıkları için daha yakın bir sosyal ağı sahip olabilirler ve daha fazla duygusal destek alabilirler. Bu destek, psikolojik fayda düzeylerini olumlu yönde etkileyebilir.

Terapatik Fayda (TFT) alt boyutunda Süper Ligde oynayan katılımcıların 2. Ligde oynayan katılımcılardan anlamlı olarak daha düşük puan aldıkları görülmektedir. Süper Ligde oynayan katılımcıların boş zamanlarını daha stresli ve tatminsiz bir şekilde geçirmeleri olabilir. Boş zaman aktivitelerinden daha az rahatladıkları ve boş zaman aktivitelerinin terapatik faydasını fark etmekte veya değerlendirmekte zorlandıkları olabilir. Ayrıca, Süper Ligde oynayan katılımcılar, yoğun program, oyuncuların boş zamanlarında terapötik etkinliklere ve psikolojik desteklere ayıracak zamanlarının azalmasına neden olabilir.

Sosyal Fayda (SF) alt boyutunda Süper Ligde oynayan katılımcıların 2. Ligde oynayan katılımcılardan anlamlı olarak daha düşük puan aldıkları görülmektedir. Süper Ligde oynayan katılımcıların boş zaman aktivitelerine daha az sosyal açıdan katıldıklarını ve boş zaman aktivitelerinin sosyal faydasını fark etmekte veya değerlendirmekte zorlandıklarını göstermektedir. Sosyal izolasyon ve zaman kısıtlılığı nedeniyle boş zamanlarını daha az kontrol edebildikleri ve daha az zaman ayırabildikleri için boş zaman aktivitelerinde sosyal etkileşim ve iletişim kurma fırsatlarını kaçırabilirler. Son olarak, Süper Ligde oynayan sporcuların takım içi ilişkileri ve sosyal ağları, 2. Ligde oynayanlara göre daha karmaşık olabilir. Takım içindeki rekabet ve dostluklar, sosyal etkileşimleri belirleyen faktörler olabilir ve bu durum, sosyal faydaları etkileyebilir.

Bağlılık (BAĞ) alt boyutunda Süper Ligde oynayan katılımcıların 2. Ligde oynayan katılımcılardan anlamlı olarak daha düşük puan aldıkları görülmektedir. Süper Ligde oynayan futbolcular, daha üst düzey bir ligde ve daha büyük takımlarda mücadele ediyor olmaları sebebiyle. Bu, oyuncuların daha prestijli ve rekabetçi bir ligde oynamak adına yüksek bir bağlılık hissi duymaya bilirler. Süper Ligdeki oyuncular, kariyerleri boyunca daha sık takım değiştirebilirler. Bu durum, oyuncuların bir kulüple uzun süreli bağlılık hissetmelerini zorlaştırabilir ve Bağlılık (BAĞ) alt boyutunda puanlarını düşürebilir. Süper lig de oynayan oyuncular kariyerlerinde daha büyük hedeflere ulaşmak ve uluslararası alanda daha fazla başarı elde etmek isteyebilirler, kişisel hedeflerine odaklanmalarına yol açabilir Bu hedefler, oyuncuların bağlılık

düzeyini etkileyebilir. Çevresel faktörleri, takım içi ilişkileri, yönetim politikaları ve kulüp kültürü gibi etkenler, oyuncuların bağlılık düzeylerini etkileyebilir. Oyuncuların kulüpleriyle olan ilişkileri ve kulüp içi destek, Bağlılık (BAĞ) alt boyutunda puanlarını artı veya eksi yönde etkileyebilir. Süper Ligde oynayan oyuncular, genellikle daha tecrübeli ve olgun sporculardır. Bu yaş ve deneyim farkı, oyuncuların bağlılık düzeylerini etkileyebilir ve Bağlılık (BAĞ) alt boyutunda puanlarını etkileyebilir.

Kişilik (KIS) alt boyutunda Süper Ligde oynayan katılımcıların 2. Ligde oynayan katılımcılardan anlamlı olarak daha düşük puan aldıkları görülmektedir. Rekabetin ve performans beklentilerinin yüksek olduğu bir ligde oynamak, oyuncuların kişiliklerini şekillendiren bazı faktörler olabilir.. Bu da, Kişilik (KIS) alt boyutunda daha düşük puanlar alabilmelerine yol açabilir. Bu faktörler arasında stres, baskı, özgüven, liderlik beklentileri ve başarı odaklı bir yaklaşım bulunabilir. Süper Ligde oynayan sporcular, daha büyük kulüplerde oynayarak takım içinde belirli roller ve sorumluluklar üstlenmek durumunda kalabilirler. Bu roller ve sorumluluklar, oyuncuların kişilik özelliklerini şekillendirebilir ve bireysel kimliklerinin biraz geri planda kalmasına neden olabilir. 2. Ligde oynayan katılımcılar, daha düşük düzeyde rekabet ve baskı altında olabilirler. Bu ligde oynamak, sporcuların daha rahat ve stressiz bir ortam sunabilir. Bu nedenle, bu oyuncuların Kişilik (KIS) alt boyutunda daha yüksek puanlar alabilmeleri mümkündür.

Yapmış olduğumuz çalışmada sonuçlara göre, katılımcıların oynadıkları lig ile CBZÖ alt boyutlarından Terapatik Fayda (TFT), Sosyal Fayda (SF) ve Bağlılık (BAĞ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < 0.05$). Yani, 1. lig ve 2. lig oyuncularının Terapatik Fayda, Sosyal Fayda ve Bağlılık puanları arasında ortalama fark vardır. Tabloya göre, 2. lig oyuncularının Terapatik fayda, Sosyal Fayda ve Bağlılık alt boyutlarında 1. lig oyuncularından daha yüksek sıra ortalamaları vardır. Bu da, 2. lig oyuncularının Terapatik Fayda, Sosyal Fayda ve Bağlılık alt boyutlarında 1. lig oyuncularından daha yüksek puanlar aldığını gösterir.

Bu sonuçların sebebi; 2. lig oyuncuları, 1. lig oyuncularına göre daha az beklenti veya baskı altında oldukları için, boş zaman aktivitelerini daha keyifli ve rahatlatıcı bir şekilde yapabilirler. 2. Lig oyuncuları, 1. Lig oyuncularına göre daha düşük düzeyde mücadele ederler ve daha az rekabet ve performans baskısı altında olabilirler. Bu

durum, 2. Lig oyuncularının terapötik fayda, sosyal fayda ve bağıllık alt boyutlarında daha yüksek puanlar almasına yardımcı olabilir. Daha düşük baskı ve stres düzeyleri, terapötik etkinliklerden daha fazla yararlanmalarını sağlayabilir. 2. Lig oyuncuları, 1. Lig oyuncularına göre daha düşük düzeyde oynadıkları için daha fazla ilgi ve destek alabilirler. Daha fazla duygusal ve sosyal fayda düzeylerini artırabilir. 2. Lig takımlarında, daha samimi ve destekleyici bir takım ortamı olabilir. Bu ortam, oyuncuların terapötik etkinliklere katılımlarını ve sosyal ilişkilerini olumlu yönde etkileyebilir.

Yapmış odluğumuz çalışmadaki sonuçlara göre, katılımcıların CBZ ve RESÇÖ alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif korelasyonlar bulunmuştur ($p < 0.05$). Yani, katılımcıların CBZ alt boyutlarından aldıkları puanlar arttıkça, RESÇÖ alt boyutlarından aldıkları puanlar da artmaktadır. Bu sonuçlar, boş zaman algısı ve sağlık çıktıları arasında güçlü bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca, sporcuların rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları ile yüksek pozitif korelasyon göstermeleri, tekerlekli sandalye basketbolun sporcular üzerindeki olumlu sağlık etkilerine işaret etmektedir. Bu spor, fiziksel aktivite düzeyini artırarak sporcuların fiziksel sağlıklarını destekleyebilir. Aynı zamanda, rekreasyonel faaliyetlerin sporcuların ruhsal sağlığına da olumlu katkıları olabilir. Sporcuların rekreasyonda algıladıkları sağlık çıktılarının artması, psikolojik refahlarının iyileştiğini düşündürebilir. Bu ilişkinin güçlü olmasını şu sebeplerle açıklayabiliriz; Tekerlekli sandalye basketbol gibi fiziksel olarak aktif bir sporun düzenli olarak yapılması, sporcuların sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemelerine ve sağlık algılarının olumlu yönde gelişmesine katkı sağlayabilir. Tekerlekli sandalye basketbol sporunun, sosyal etkileşimlerde bulunma fırsatı da sunarak sporcular arasında psikolojik sağlığı ve yaşam kalitesini artıran bir etki yaratabileceğine işaret etmektedir. Sporcuların bu aktiviteyi düzenli olarak yapmaları, fiziksel ve ruhsal sağlıklarını destekleyen bir etki yaratmış olabilir. Düzenli olarak sağlıkla ilişkilendirilen etkinliklere katılmak, insanların sağlık bilincini artırabilir ve olumlu sağlık çıktılarına yönelik bir farkındalık geliştirmelerini sağlayabilir.

Bu çalışmanın sonuçları, tekerlekli sandalye basketbol sporunun engellilik durumu olan bireyler için önemli bir spor ve boş zaman etkinliği olduğunu vurgulamaktadır. Bu sporun, sporcuların fiziksel ve ruhsal sağlığını olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir. Bu bağlamda, tekerlekli sandalye basketbol sporunun

yaygınlaştırılması ve desteklenmesi, engellilik durumundaki bireylerin yaşam kalitesini artırmada önemli bir rol oynayabilir.



6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Sonuç Olarak Araştırma Neticesinde;

- Çalışmaya katılanların; cinsiyet dağılımında %22,1'i kadın ve %73,6'sı erkek olarak belirlenmiştir.
- Yaş dağılımında en büyük grup %21,5 ile 25-29 yaş aralığıdır.
- Spor yaşına göre dağılıma bakıldığında, katılımcıların spor yaşlarının farklılık gösterdiği görülmektedir. En yüksek orana sahip olan spor yaş grubu 9-12 yıl (%24,6) dır.
- Eğitim düzeyine göre dağılımda, katılımcıların çoğunluğunun lise (%42,7) ve üniversite (%38,3) mezunu olduğu görülmektedir
- Yaşanılan yer dağılımına göre, katılımcıların büyük bir çoğunluğunun (%76,3) büyükşehirde yaşadığı görülmektedir.
- Gelir düzeyine göre dağılımda ise katılımcıların çoğunluğunun orta gelir düzeyine sahip olduğu görülmektedir (%53)
- Engel düzeyine göre gruplandırılan katılımcıların dağılımına bakıldığında, en yüksek orana sahip grup 1-1,5 engel düzeyine sahip olanlar (%30,8) iken, diğer engel düzeyi gruplarının dağılımı şu şekildedir: 2-2,5 (%29,9), 3-3,5 (%17,4) ve 4-4,5 (%21,8).
- Oynadıkları lig düzeylerine göre ; Süper Lig'de 147 kişi (%45,8), 1. Lig'de 71 kişi (%22,1) ve 2. Lig'de 103 kişi (%32,1) dir.
- Yaş grupları değişkeni ile Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları alt boyutları olan PDG, DKD ve İYİ boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmamıştır.
- 15-19 ve 30-34 yaş ile Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) KİS ve KÇ Alt Boyutu değişkeni arasında anlamlı fark bulunmuştur .
- 20-24 ve 40-44 Yaş ile Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) BAĞ VE KÇ Alt Boyutu değişkeni arasında anlamlı fark bulunmuştur .
- 25-29 ve 35-39 yaş ile Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) KÇ Alt Boyutu değişkeni arasında anlamlı fark bulunmuştur .
- 25-29 yaş ve 40-44 yaş ile Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) BAĞ VE KÇ Alt Boyutu değişkeni arasında anlamlı fark bulunmuştur .

- 30-34 yaş ve 35-39 yaş ile *Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ)* BAĞ , KÇ ve KİS *Alt Boyutu değişkeni* arasında anlamlı fark bulunmuştur.
- 30-34 yaş ve 40-44 yaş ile *Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ)* BAĞ , KÇ ve KİS *Alt Boyutu değişkeni* arasında anlamlı fark bulunmamıştır.
- Spor yaşı değişkeni ile *Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ)* VE *Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ)* arasında anlamlı fark bulunmamıştır .
- Cinsiyet değişkeni ile *Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ)* alt boyutları BZK,YH,TFT, arasında anlamlı fark bulunmuştur.
- Cinsiyet değişkeni ile *Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ)* arasında anlamlı fark bulunmamıştır.
- Katılımcıların oynadıkları lig değişkeni ile *Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ)* alt boyutları BZK,YH,PSF,TFT,SF,BAĞ,KİŞ,AZİM,KÇ arasında anlamlı fark bulunmuştur.
- Katılımcıların oynadıkları lig değişkeni ile *Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (RESÇÖ)* arasında anlamlı fark bulunmamıştır.
- Süper Lig ve 1. Ligde oynayan sporcu değişkenine göre *Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ)* alt boyutları BZK, PSF arasında anlamlı fark bulunmuştur
- Süper Lig ve 2. Ligde oynayan sporcular değişkenine göre *Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ)* alt boyutları BZK,YH,PSF,TFT,SF,BAĞ,KİŞ,AZİM,KÇ arasında anlamlı fark bulunmuştur
- 1. Lig ve 2. Lig ligde oynayan sporcular değişkenine göre *Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ)* alt boyutları TFT,SF,BAĞ arasında anlamlı fark bulunmuştur.
- Katılımcıların *Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZö)* Ve *Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (Resçö)* arsında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.
- **Boş Zaman Kariyeri (BSK)** En güçlü ilişki Yeterlilik Hissi (YHT) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.621, p < 0.05$). **Yeterlilik Hissi (YHT)** En güçlü ilişki Boş Zaman Kariyeri (BSK) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.621, p < 0.05^*$). **Terapatik Fayda (TFT)** En güçlü ilişki Psikolojik Fayda (PSF) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.778, p < 0.05^*$). **Sosyal Fayda (SF)** En güçlü ilişki Terapatik Fayda (TFT) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.778, p < 0.05^*$). **Bağlılık (BAG)** En güçlü ilişki Sosyal

Fayda (SF) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.706, p < 0.05^*$). **Kişilik (KIS)** En güçlü ilişki Bağlılık (BAG) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.626, p < 0.05^*$). **Azim (AZIM)** En güçlü ilişki Kişilik (KIS) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.741, p < 0.05^*$). **Kişisel Çaba (KC)** En güçlü ilişki Azim (AZIM) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.741, p < 0.05^*$). **Psikolojik Deneyim (PDG)** En güçlü ilişki İyileştirilmiş Durum (İYİ) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.605, p < 0.05^*$). **Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi (DKD)** En güçlü ilişki Psikolojik Deneyim (PDG) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.595, p < 0.05^*$). **İyileştirilmiş Durum (İYİ)** En güçlü ilişki Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi (DKD) ile olan ilişkidir ($\rho = 0.648, p < 0.05^*$).

- **Tablodaki zayıf ilişkilerin şu şekildedir:**

"Bağlılık" (BAĞ) ile "Kişilik" (KIS) arasındaki korelasyon katsayısı (ρ) 0.211 olarak bulunmuştur. Bu ilişkinin p değeri ise $*p < 0.05^*$ olarak istatistiksel olarak anlamlıdır.

"Daha Kötü Bir Durum Önlenmesi" (DKD) ile "İyileştirilmiş Durum" (İYİ) arasındaki korelasyon katsayısı (ρ) 0.283 olarak bulunmuştur. Bu ilişkinin p değeri de $*p < 0.05^*$ olarak istatistiksel olarak anlamlıdır.

Öneriler;

Yapmış olduğumuz çalışmadan elde ettiğimiz verilere baktığımızda kadın sporcuların tekerlekli sandalye basketbol liginde erkeklerden daha az bir katılımcı sayısının olduğu görülmektedir. Bu problemi çözmek amacıyla engelli kadın sporcuların spora katılım motivasyonlarını artırmak için; kadınların spora katılımlarının önündeki engellerin ortadan kaldırılması, sporda kadın rol model sayısının artırılması, sporda kadına yönelik ödül ve destek mekanizmalarının geliştirilmesi, sporda kadına özel bölümler ve hizmetler sunulması, sporda kadının güvenliğinin sağlanması ve sporda kadının farkındalığının yaratılması, sporda kadına yönelik politika ve yasaların geliştirilmesi, kadınlar tekerlekli sandalye basketbol liginin kurulması ve bununla beraber Birleşmiş Milletler Kadın Birimi'nin (UN Women) hazırladığı "Spor Eşitliği Güçlendirir" raporunun bir an evvel uygulamaya konması gerekliliği ortaya çıkmaktadır.

Çalışmamızda Tekerlekli sandalye basketbolcuları arasında en yüksek oranda temsil edilen yaş grubu %21,5 ile 25-29 yaş aralığıdır. Bu sporu daha geniş kitlelere hitap

edebilecek bir program hazırlanmalı Tekerlekli sandalye basketbolunun tanıtımının artırılması: Bu sporun farkındalığını yaratmak ve ilgi çekmek için medya, sosyal medya, internet, afiş gibi kanallar kullanılmalı.. Ayrıca, tekerlekli sandalye basketbolu ile ilgili etkinlikler, turnuvalar, seminerler, gösteriler düzenlenerek bu spora katılımın teşvik edilmesi sağlanmalı. Bu sporu yapan başarılı engelli sporcuların hikayeleri dizi film yapılmalı . Bu şekilde, engelli bireylere motivasyon ve ilham kaynağı olunmalı. Bu sporu yapmak isteyen engelli bireylerin ulaşım, ekipman, tesis gibi ihtiyaçlarının karşılanması için gerekli altyapının ve devlet desteğinin oluşturulması gerekmektedir. Engelli bireylere rehberlik ve danışmanlık hizmetleri veren kurum ve kuruluşlar. Ortopedik engelli bireyleri bu spor branşına yönlendirmeli.

Eğitim düzeyine bakıldığında, çalışmamızın katılımcılarının çoğunluğu lise (%42,7) ve üniversite (%38,3) mezunu olduğu belirlenmiştir. Eğitim seviyesinin daha da iyileştirilebilmesi için Tekerlekli sandalye basketbolu liginde oynayan bireylerin veya tüm engelli bireylerin eğitim durumlarının tespit edilmesi: Bu sporu yapan bireylerin hangi eğitim seviyesinde oldukları, hangi eğitim ihtiyaçları olduğu, hangi eğitim fırsatlarından yararlanabildikleri veya yararlanamadıkları gibi konularda veri toplanması gerekmektedir. Bu veriler, eğitim seviyesinin artırılması için uygun planlama ve programlama yapılmasına yardımcı olabilir. Tekerlekli sandalye basketbolu liginde oynayan bireylerin eğitime erişimlerinin kolaylaştırılması: Bu sporu yapan bireylerin eğitime erişimlerini engelleyen veya zorlaştıran faktörlerin ortadan kaldırılması veya azaltılması gerekmektedir. Bu faktörler arasında; ulaşım, ekonomik durum, zaman yönetimi, ailevi sorumluluklar, sosyal destek, engel uyumlu ortamlar gibi konular sayılabilir. Tekerlekli sandalye basketbolu liginde oynayan bireylerin eğitime motivasyonlarının artırılması Devlet veya Özel Lise veya Üniversitelerden burs olanakları sunulmalı. Lise ve Üniversite sınavlarında ek puanlar verilmeli.

Yaşadıkları yer dağılımında, büyükşehirde yaşayan katılımcılar büyük bir çoğunluğu (%76,3) temsil etmektedir. Büyükşehirlerle beraber taşralar da bu sporun yaygınlaşması için Taşrada Yerel yönetimlerin , sivil toplum kuruluşlarının, spor federasyonlarının ve sponsorların işbirliği ile desteği ile tekerlekli sandalye basketbolu kulüplerinin kurulması ve desteklenmesi: Taşrada yaşayan engelli bireylerin bu spora katılmalarını sağlamak için, yerel spor kulüplerinin tekerlekli sandalye basketbolu

branşını açmaları veya yeni kulüplerin kurulması teşvik edilmelidir. Bu kulüplere maddi ve manevi destek sağlanmalıdır. Ayrıca, bu kulüpler arasında lig ve turnuvalar düzenlenerek rekabet ortamı yaratılmalıdır.

Yapmış olduğumuz çalışmada tekerlekli sandalye basketbol liginde oynayan sporcuların gelir düzeyine göre, katılımcıların çoğunluğu orta gelir düzeyine sahiptir (%53). Gelir düzeyinin yapılacak olan bu aktiviteyi engellememesi için Tekerlekli sandalye basketbolu sporcularına mesleki eğitim ve istihdam imkanı sunulması: Bu sporu yapan bireylerin gelir düzeylerini arttırmak için mesleki eğitim ve istihdam imkanı sunulmalıdır. Bu amaçla, bu sporu yapan bireylere uygun mesleklerde eğitim verilmeli, iş arama ve yerleştirme hizmetleri sağlanmalı, engelli dostu iş ortamları oluşturulmalıdır. Tekerlekli sandalye basketbolu sporcularına sosyal güvenlik ve sigorta hizmetleri sunulması: Bu sporu yapan bireylerin sağlık ve güvenlik ihtiyaçlarının karşılanması için sosyal güvenlik ve sigorta hizmetleri sunulmalıdır. Bu amaçla, bu sporu yapan bireylere uygun sağlık sigortası, kaza sigortası, emeklilik sigortası gibi hizmetler verilmeli, bu hizmetlere erişim kolaylaştırılmalıdır.

Çalışmamızda cinsiyetle ve Katılımcıların Ciddi Boş Zaman Algısı Ölçeği (CBZÖ) ve Algılanan Sağlık Çıktısı Ölçeği (Resçö) Alt Boyutlarında standart sapma ve ortalama değerlerinde fark çıkmaması. Cinsiyetin spor deneyimini etkileyen bir faktör olmadığını gösteren veriler, sporda eşitlik ve fırsat eşitliği konusunda olumlu bir sonuç olarak değerlendirilebilir. Bu sonuç, sporda cinsiyet ayrımcılığı ortadan kalktığını, kadın ve erkek sporcuların aynı koşullarda ve aynı amaçlarla spor yaptıklarını, sporda cinsiyete bağlı bir performans farklılığı olmadığını, sporda cinsiyetin bir engel veya avantaj oluşturmadığını göstermektedir.

Bu sonuç, sporda cinsiyet eşitliğinin sağlanması için yapılan çalışmaların başarılı olduğunu, sporda kadınların ve erkeklerin aynı haklara ve imkanlara sahip olduğunu, sporda kadınların ve erkeklerin aynı saygınlığı ve itibarı kazandığını, sporda kadınların ve erkeklerin aynı özgüveni ve özsaygıyı geliştirdiğini, sporda kadınların ve erkeklerin aynı katılım ve etkinliği gösterdiğini göstermektedir.

Bu sonuç, sporda cinsiyet eşitliğinin toplumsal cinsiyet eşitliğine katkı sağladığını, sporda kadınların ve erkeklerin toplumsal rollerinin değiştiğini, sporda kadınların ve erkeklerin toplumsal beklentilerden bağımsızlaştığını, sporda kadınların ve erkeklerin

toplumsal değerlerden yararlandığını, sporda kadınların ve erkeklerin toplumsal gelişime katkı sunduğunu göstermektedir. Bu gelişimin sadece sporda değil her alanda etkin bir biçimde yaygınlaşması için her alandaki rekresyonel etkinliklere katılan engelli ve kadın sayısını arttırmaya çalışılmalı



KAYNAKLAR

Acet, M., et al. (2012). "A COMPARISON OF THE LEVELS OF AGGRESSION AND ASSERTIVENESS BETWEEN AMPUTEE AND HEARING-IMPAIRED FOOTBALL PLAYERS." International Journal of Academic Research 4(3).

Aile, B. and S. A. G. Müdürlüğü (2007). "Ortopedik Özürlüler." Aile Eğitim Rehberi, Ankara.

Akdura, E. (2007). "Bedensel engelli basketbol tekerlekli sandalye liglerinde aktif spor yapan basketbolcuların toplumsal yaşama uyumlarında sporun etkisinin araştırılması." Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Akyıldız, M. (2013). "BOŞ ZAMANA" CİDDİ" BİR BAKIŞ: BOŞ ZAMAN ARAŞTIRMALARINDA CİDDİ BOŞ ZAMAN TEORİSİ." Pamukkale Journal of Sport Sciences 4(2).

Akyıldız, M. (2015). Ciddi ve kayıtsız katılımcıların kişilik özellikleri ile boş zaman tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişki, Anadolu University (Turkey).

Altuntaş, O. (1990). "Rekreasyon ve Turizm İstanbul'un Rekreasyon Potansiyeli." Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. TC İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm Anabilim Dalı. İstanbul.

Applebaum, H. (1997). "İş ve Serbest zaman, çev. N. Saatçioğlu." Cogito Dergisi 12.

Argan, M. (2007). "Eğlence Pazarlaması (Birinci Basım)." Ankara: Detay Yayıncılık.

Arslan, S. (2011). "Serbest zaman kullanımı: Sıradan serbest zaman etkinlikleri ve sistemli serbest zaman etkinlikleri." Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 13(2): 1-10.

Ashrafioun, L., et al. (2016). "Health attitudes and suicidal ideation among university students." Journal of American College Health **64**(3): 256-260.

Atalay, A. (2007). "Osmanlı ve genç Türkiye Cumhuriyeti döneminde sporda batılılaşma hareketleri." Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi (Elektronik Dergi) **2**(2): 30-35.

Atay, M. (1995). "Engelli bireylerin benlik gelişiminde spor etkinliklerinin önemi." Antalya uluslararası engellilerde spor sempozyumu bildiri kitabı. TC Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Spor Eğitim Dairesi Başkanlığı. Yayın(1997/1): 97-100.

Atsız, O., et al. (2017). "Rekreasyon deneyimi, destinasyon memnuniyeti ve sadakati arasındaki ilişkinin belirlenmesi: Munzur Vadisi Milli Parkı üzerine araştırma."

Bademli, K. and N. Lok (2018). "Relationship between the health perception and physical activity of individuals." Turkish Journal of Sport and Exercise **20**(3): 127-131.

Bammel, G. and L. L. Burrus-Bammel (1996). "Leisure and human behavior." Journal of leisure research **28**(2): 135.

Başkanlığı, Ö. İ. (1999). Çağdaş toplum, çağdaş yaşa ve özürllüler komisyon raporları ve genel kurul görüşmeleri, Ankara: TC Başbakanlık Özürllüler İdaresi Başkanlığı.

Başkanlığı, T. B. D. İ. E. and T. B. Ö. İ. Başkanlığı (2004). "Türkiye özürllüler araştırması 2002." Ankara: Devlet İstatistik Enstitüsü Matbaası.

Beaton, A. A. and D. C. Funk (2008). "An evaluation of theoretical frameworks for studying physically active leisure." Leisure Sciences **30**(1): 53-70.

Bekar, Ö. (2019). "Düzenli egzersiz yapan bireyleri rekresyonel egzersize motive eden nedenler ile algıladıkları sağlık çıktıları arasındaki ilişkinin incelenmesi."

Bezciler, E. (2007). Tekerlekli sandalye basketbol sporunun üst ekstremit  fonksiyonları üzerine etkisi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Brouwer, J. and W. Ludeke (1995). "Felsefi açıdan engellilerde spor." Antalya uluslar arası engellilerde spor sempozyumu bildiri kitabı. TC Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Spor Daire Başkanlığı. Yayın(1997/1): 11-17.

Brown, P. (2016). "The benefits of leisure and recreation." Journal of Park and Recreation Administration **34**(4).

Buchanan, B. (1998). Structural Equation Modelling with LISREL, PRELIS and SIMPLIS: Basic Concepts, Applications, and Programming, Mahwah, NJ: Erlbaum Associates Cited in Gould, J., Moore, D., McGuire, F

Budruk, M. and S. A. W. Stanis (2013). "Place attachment and recreation experience preference: A further exploration of the relationship." Journal of Outdoor Recreation and Tourism **1**: 51-61.

Caldwell, L. L. (2005). "Leisure and health: why is leisure therapeutic?" British Journal of Guidance & Counselling **33**(1): 7-26.

Champion, V. L. and C. S. Skinner (2008). "The health belief model." Health behavior and health education: Theory, research, and practice **4**: 45-65.

Chen, C.-H. (2007). Personality traits and their relationship to leisure motivation and leisure satisfaction in Southern Taiwan university students. The Impact of Technology on Sport II, CRC Press: 935-940.

Cohen-Gewerc, E. and R. A. Stebbins (2013). Serious leisure and individuality, McGill-Queen's Press-MQUP.

Cooper, R. A. and L. A. Quatrano (1999). "Research on physical activity and health among people with disabilities: a consensus statement." Journal of Rehabilitation Research & Development **36**(2).

Council, I. E. (2016). "Official Wheelchair Basketball Rules."

Council, I. E. (2018). Official Wheelchair Basketball Rules. 1–123.

Crown, K., et al. (2012). "Health Perception." Encyclopedia of Immigrant Health: 791-791.

Curtis, K. A. and K. Black (1999). "Shoulder pain in female wheelchair basketball players." Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy **29**(4): 225-231.

Cuskelly, G., et al. (2002). "Changing levels of organizational commitment amongst sport volunteers: A serious leisure approach." Leisure/Loisir **27**(3-4): 191-212.

Çağlar, D. (1976). Ortopedik özürlü çocuklar ve eğitimi, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi.

Çapık, C. (2006). Yoksul ve yoksul olmayan kadınlarda sağlık algısını etkileyen etmenlerin incelenmesi, DEÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

ÇELİK, E. (2018). "MODERN TOPLUMDA SERBEST ZAMANIN İŞLEVİ VE PLANLANMASI." Akademik Hassasiyetler **5**(9): 77-92.

Dalbay, R. S. (2009). Özürlü yakınlarının özürllülere yönelik sosyal politikalara ilişkin bilgi, beklenti ve memnuniyet dereceleri (Isparta örneği), Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demirel, M. and D. Harmandar (2009). "Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi." Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi **6**(1): 838-846.

Ding, D., et al. (2015). "Traditional and emerging lifestyle risk behaviors and all-cause mortality in middle-aged and older adults: evidence from a large population-based Australian cohort." PLoS medicine **12**(12): e1001917.

Driver, B. (1990). The North American experience in measuring the benefits of leisure. Proceedings National Workshop on Measurement of Recreation Benefits, Bandoora, Australia: Phillip Institute of Technology.

Driver, B. L., et al. (1991). Benefits of leisure. Preliminary drafts of the chapters in this volume were presented at a workshop of the authors in Snowbird, Utah, May 1989., Venture Publishing.

Elçi, G., et al. (2019). "Investigation the level of individuals' perceived health outcomes of recreation and life satisfaction." International Journal of Sport, Exercise and Training Sciences 5(3): 93-106.

Ergun, N. and G. Baltacı (2006). Spor yaralanmalarında fizyoterapi ve rehabilitasyon teknikleri, Ankara: Merdiven Reklam.

Ergun, N., et al. (2013). Tekerlekli Sandalye Basketbol Klasifikasyon Temel Eğitim Kitapçığı, Türkiye Bedensel Engelliler Spor Federasyonu Başkanlığı.

Erturan-Öğüt, E., et al. (2013). "Spor federasyonlarındaki gönüllülerin katılım nedenleri ve kazanımları: Ciddi boş zaman teorisine göre bir değerlendirme." Pamukkale Journal of Sport Scieces 4(1): 48-76.

ERYILMAZ, G. and Y. AKGÜNDÜZ (2017). "Bireyleri rekreatif faaliyetlere yönelten motive edici faktörler." Journal of Recreation and Tourism Research 4(1): 13-26.

Federation, I. W. B. (2014). "Official player classification manual." International Wheelchair Basketball Federation.

Fullerton, H. D., et al. (2003). "Shoulder pain: a comparison of wheelchair athletes and nonathletic wheelchair users." Medicine and science in sports and exercise 35(12): 1958-1961.

Gander, M. J., et al. (1993). Cocuk ve ergen gelismisi, Imge kitabevi.

Gerber, M. and U. Pühse (2009). "Do exercise and fitness protect against stress-induced health complaints? A review of the literature." Scandinavian journal of public health **37**(8): 801-819.

Gibson, H., et al. (2002). "'We're Gators... not just Gator fans': Serious leisure and University of Florida football." Journal of leisure research **34**(4): 397-425.

Glanz, K., et al. (2008). Health behavior and health education: theory, research, and practice, John Wiley & Sons.

Godbey, G. C., et al. (2005). "Contributions of leisure studies and recreation and park management research to the active living agenda." American journal of preventive medicine **28**(2): 150-158.

Gómez, E. and E. Hill (2016). "First landing state park: Participation patterns and perceived health outcomes of recreation at an urban-proximate park." Journal of Park and Recreation Administration **34**(1).

Gómez, E., et al. (2016). "Perceived health outcomes of recreation scale (PHORS): reliability, validity and invariance." Measurement in Physical Education and Exercise Science **20**(1): 27-37.

Gonca, İ. "Tekerlekli Sandalye Basketbolu Oynayan Bedensel Engelli Bireylerin Egzersiz Bağımlılığı Durumlarının İncelenmesi Gonca İNCE* Özet."

Gould, J. (2005). "The Development of a Serious Leisure Inventory and Measure, Clemson University." Park, Recreation and Tourism Management, Doktora Tezi.

Gökleme, T. Y. (2019). "Okçuluk sporuna katılan bireylerin ciddi boş zaman açısından incelenmesi."

Gözüm, S. and C. ÇAPIK (2014). "Sağlık davranışlarının geliştirilmesinde bir rehber: sağlık inanç modeli." Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi 7(3): 230-237.

Gür, A. (2001). Özürllülerin sosyal yaşama uyum süreçlerinde sportif etkinliklerin rolü, TC Başbakanlık Özürllüler İdaresi Başkanlığı.

Gürbüz, B. (2017). "The conception and perception of leisure in Turkey." Leisure from International Voices, Champaign, IL: Sagamore Publishing.

Gürkan, E., et al. (2019). "Bireylerin rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi." International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS 5(3): 93-106.

Güzel, N. and N. Kafa (2016). "Engellilerde Spor ve Sınıflandırma,(pp. 135-156)." Ankara: Gazi Kitabevi.

Hamer, M., et al. (2009). "Leisure time physical activity, risk of depressive symptoms, and inflammatory mediators: the English Longitudinal Study of Ageing." Psychoneuroendocrinology 34(7): 1050-1055.

Hamlyn, D. W. (2017). The psychology of perception: A philosophical examination of Gestalt theory and derivative theories of perception, Routledge.

Hayden, J. (2022). Introduction to health behavior theory, Jones & Bartlett Learning.

Hazar, A. (2003). Rekreasyon ve animasyon: rekreasyon ve animasyon teorisi, animasyon hizmetlerinin yönetiimi, geleneksel kültür canlandırması, uygulamalı animasyon etkinlikleri, Detay Yayıncılık.

Health, U. D. o. and H. Services (2018). Theory at a glance: A guide for health promotion practice, Lulu. com.

Heo, J. and Y. Lee (2010). "Serious leisure, health perception, dispositional optimism, and life satisfaction among senior games participants." Educational Gerontology **36**(2): 112-126.

Hill, E., et al. (2014). "Appalachian and Pacific Crest Trail hikers: A comparison of benefits and motivations." Journal of Unconventional Parks, Tourism & Recreation Research **5**(1).

Honkinen, P.-L. K., et al. (2005). "Factors associated with perceived health among 12-year-old school children. Relevance of physical exercise and sense of coherence." Scandinavian journal of public health **33**(1): 35-41.

İlban, M. O. and K. Özcan (2003). "Demografik Özelliklere Göre Boş Zaman Değerlendirme Tercihlerindeki Farklılaşma Üzerine Bir Araştırma (Nevşehir Örneği), 1." Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Ankara, Mayıs.

Jablonowski, L. (2017). "Healthy organizational culture–healthy employees? Effectiveness of organizational culture on perceived health of German police officers." International Journal of Police Science & Management **19**(3): 205-217.

James, W. P. (1995). "A public health approach to the problem of obesity." International journal of obesity and related metabolic disorders: journal of the International Association for the Study of Obesity **19**: S37-45.

Juniu, S. (2000). "Downshifting: Regaining the essence of leisure." Journal of leisure research **32**(1): 69-73.

Kahvecioğlu, S. (2019). Tekerlekli Sandalye Basketbolu Oynayan Bedensel Engellilerin Sosyalleşmesinde Sporun Rolü Ve Önemi, Yüksek Lisans Tezi. Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri

Kalyon, T. (1983). "The diagnostic value of late responses in radiculopathies due to disc herniation."

Kalyon, T. (1997). Özürlülerde Spor [Sports in disability], Ankara: Bağırhan Yayınevi.

Kamakina, O. Y. (2018). GENDER DIFFERENCES IN ATTITUDE TOWARDS HEALTH IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN. The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences (EpSBS).

Kaplan, H. and B. Sadock (2004). "Klinik Psikiyatri, Çev." E. Abay. İstanbul: Nobel Kitabevi.

Karademas, E. C., et al. (2011). "The impact of emotion regulation and illness-focused coping strategies on the relation of illness-related negative emotions to subjective health." Journal of Health Psychology **16**(3): 510-519.

Karakuş, E. (2021). Tekerlekli sandalye basketbol Süper Lig Play off takımlarının 5 farklı bölgeden yapılan şut atış yüzdelerinin play off sıralamasına etkisi.

Karaküçük, S. (2005). "Rekreasyon boş zaman değerlendirme." Basım. Ankara: Gazi.

Karaküçük, S. (2008). "Rekreasyon boş zamanları değerlendirme (6. Baskı)." Ankara: Gazi Kitabevi.

Kerr, J. L., et al. (2012). "Use of recreation activities as positive coping with chronic stress and mental health outcomes associated with unemployment of people with disabilities." Work **43**(3): 279-292.

Kılınç, F. N., et al. (2018). "Metabolik sendromlu hastaların obezitede sağlık inanç modeli ölçeği'ne göre değerlendirilmesi."

Kim, J. and J. Heo (2009). "The field of serious leisure: In this literature review, it's clear the benefits of serious leisure to participants are many, as are the implications for parks and recreation programs." Parks & Recreation, December, online edition.

Kim, J., et al. (2017). "The effects of leisure-time physical activity for optimism, life satisfaction, psychological well-being, and positive affect among older adults with loneliness." Annals of leisure research **20**(4): 406-415.

Klein Velderman, M., et al. (2010). "Identification and management of psychosocial problems among toddlers by preventive child health care professionals." European Journal of Public Health **20**(3): 332-338.

Kraus, R. (1998). "Recreation and leisure in modern society, 5th." Edition Jones and Bartlett Publishers, Boston/London.

KURU, E. and G. BAŞTUĞ "BAYAN VE ERKEK FUTBOLCULARIN PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARININ CİNSİYET DEĞİŞKENİNE GÖRE İNCELENMESİ."

LAPA, T. Y., et al. (2020). "Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeğinin Türkçe Versiyonunun Psikometrik Özellikleri." Spor Bilimleri Dergisi **31**(2): 83-95.

Lee, C. S., et al. (2017). "Assessing oral medication adherence among patients with type 2 diabetes mellitus treated with polytherapy in a developed Asian community: a cross-sectional study." BMJ open **7**(9): e016317.

Lee, C. Y., et al. (2018). "Dental visiting behaviours among primary schoolchildren: Application of the health belief model." International Journal of Dental Hygiene **16**(2): e88-e95.

Lee, S. and K. McCleary (2013). "The relationship between perceived health, health attitude, and healthy offerings for seniors at family restaurants." Cornell Hospitality Quarterly **54**(3): 262-273.

Li, J., et al. (2019). "Leisure participation behavior and psychological well-being of elderly adults: An empirical study of Tai Chi Chuan in China." International Journal of Environmental Research and Public Health **16**(18): 3387.

Lu, L. and C.-H. Hu (2005). "Personality, leisure experiences and happiness." Journal of happiness studies **6**: 325-342.

Lucas, A., et al. (2013). "Heath beliefs of UK South Asians related to lifestyle diseases: a review of qualitative literature." Journal of obesity **2013**.

Maloney, S. M. (2008). The occupational performance of collegiate high-risk drinking as a serious leisure hobby, Nova Southeastern University.

Mannell, R. C. (1993). "High-investment activity and life satisfaction among older adults: Committed, serious leisure, and flow activities."

McLean, D. and A. Hurd "ve Rogers, NB (2007)." Kraus' recreation and leisure in Modern society.

Merelas-Iglesias, T. and A. Sánchez-Bello (2019). "Benefits of leisure in overcoming gender violence experiences: A case study." Leisure Studies **38**(1): 15-27.

Milletler, B. (2009). "Engellilerin haklarına ilişkin sözleşme."

Misener, K., et al. (2010). "Learning from the experiences of older adult volunteers in sport: A serious leisure perspective." Journal of leisure research **42**(2): 267-289.

Mull, R. F., et al. (2005). "Recreational sport management."

Muraki, S., et al. (2000). "The effect of frequency and mode of sports activity on the psychological status in tetraplegics and paraplegics." Spinal cord **38**(5): 309-314.

Murphy, H. (2003). "Exploring leisure and psychological health and wellbeing: some problematic issues in the case of Northern Ireland." Leisure Studies **22**(1): 37-50.

Murphy, N. A., et al. (2008). "Promoting the participation of children with disabilities in sports, recreation, and physical activities." Pediatrics **121**(5): 1057-1061.

Nies, M. A. and T. C. Kershaw (2002). "Psychosocial and environmental influences on physical activity and health outcomes in sedentary women." Journal of Nursing Scholarship **34**(3): 243-249.

Nilsen, T. H. and A. G. Sylvester (1999). "Strike-slip basins: Part 1." The Leading Edge **18**(10): 1146-1152.

Nyland, J., et al. (1997). "Shoulder rotator torque and wheelchair dependence differences of National Wheelchair Basketball Association players." Archives of physical medicine and rehabilitation **78**(4): 358-363.

Obinna, V., et al. (2009). "Patterns and determinants of recreational behaviour in Port Harcourt, Rivers State, Nigeria." Theoretical and Empirical Researches in Urban Management **4**(3 (12): 150-165.

Orel, F. D. and M. C. Yavuz (2003). "Rekreasyonel turizmde müşteri potansiyelinin belirlenmesine yönelik bir pilot çalışma." Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi **11**(11).

Organization, W. H. (1980). International classification of impairments, disabilities, and handicaps: a manual of classification relating to the consequences of disease, published in accordance with resolution WHA29. 35 of the Twenty-ninth World Health Assembly, May 1976, World Health Organization.

Orji, R., et al. (2012). "Towards an effective health interventions design: an extension of the health belief model." Online journal of public health informatics **4**(3).

Öğretim, T. M. E. B. Ö. and K. G. Mü-dürlüğü (2008). "Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Bedensel."

Özer, D. S. and M. K. Özer (1998). Çocuklarda motor gelişim, Yayl. y.

Özsoy, Y., et al. (2002). Özel eğitime muhtaç çocuklar:" özel eğitime giriş", Karatepe Yayınları.

Özyürek, M. (1998). "Bedensel Yetersizliği Olanlar." Özel Eğitim, Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Yayınları, Eskişehir.

Pagano, I. S., et al. (2006). "Dynamical modeling of the relations between leisure activities and health indicators." Journal of leisure research **38**(1): 61-77.

Parker, C. and B. P. Mathews (2001). "Customer satisfaction: contrasting academic and consumers' interpretations." Marketing Intelligence & Planning.

Pınar, Y. (2019). Tekerlekli sandalye basketbol oyuncularında skapular stabilizasyon egzersizlerinin omuz fonksiyonları üzerine etkisi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

Pretty, J., et al. (2005). "The mental and physical health outcomes of green exercise." International journal of environmental health research **15**(5): 319-337.

Rehberi, A. E. (2007). "Ortopedik Özürlüler Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü." Aile Eğitim Serisi **2**.

Reid-Cunningham, A. (2008). "Maslow's theory of motivation and hierarchy of human needs: A critical analysis." Unpublished thesis, School of Social Welfare, University of California Berkeley.

Rimmer, J. H., et al. (2004). "Physical activity participation among persons with disabilities: barriers and facilitators." American journal of preventive medicine **26**(5): 419-425.

Roberts, K. (2018). "Writing about leisure." World Leisure Journal **60**(1): 3-13.

Rojek, C. (2005). "Leisure theory." Principles and Practice.

Ruddell, J. L. and K. J. Shinew (2006). "The socialization process for women with physical disabilities: The impact of agents and agencies in the introduction to an elite sport." Journal of leisure research **38**(3): 421-444.

Santiago, M. C. and C. P. Coyle (2004). "Leisure-time physical activity and secondary conditions in women with physical disabilities." Disability and rehabilitation 26(8): 485-494.

Sari, L. A. (2018). "The Health Belief Model of Asthma Control Among Adult Asthmatic Patients in Yogyakarta Indonesia." Belitung Nursing Journal 4(5): 469-475.

Serdar, E. (2020). "Serbest zaman tutumu, serbest zaman doyumu ve rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları arasındaki ilişki."

Sevil, T., et al. (2012). "Boş zaman ve rekreasyon yönetimi." Baskı. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını.

Seyyar, A. (2001). Sosyal siyaset açısından özürlülüğe karşı mücadele: Özürlü olmamak için nelere dikkat etmeli?: Özürlü çocuğu olanlar neler yapmalı?, Türev.

Shen, X. S. and C. Yarnal (2010). "Blowing open the serious leisure-casual leisure dichotomy: what's in there?" Leisure Sciences 32(2): 162-179.

Stebbins, R. (2007). "A perspective for our time: serious leisure." New Brunswick: Transaction Publishers.

Stebbins, R. (2007). "Serious Leisure: A Perspective for Our Time, Transaction." New York, NY: New Brunswick.

Stebbins, R. (2009). Leisure and consumption: Common ground/separate worlds, Springer.

Stebbins, R. (2013). "Unpaid work of love: Defining the work-leisure axis of volunteering." Leisure Studies 32(3): 339-345.

Stebbins, R. (2016). "Serbest zaman fikri temel ilkeler." M. Demirel, NE Ekinci, ÜD Üstün, U. Işık, O. Gümüşgöl Çev.), Spor Yayınevi ve Kitabevi, Ankara.

Stebbins, R. A. (1982). "Serious leisure: A conceptual statement." Pacific sociological review 25(2): 251-272.

Stebbins, R. A. (1992). Amateurs, professionals, and serious leisure, McGill-Queen's Press-MQUP.

Stebbins, R. A. (1997). "Casual leisure: A conceptual statement." Leisure Studies 16(1): 17-25.

Stebbins, R. A. (2001). "Serious leisure." Society 38(4): 53.

Stebbins, R. A. (2006). Serious leisure and well-being. Work, leisure and well-being, Routledge: 129-142.

Stebbins, R. A. (2008). "Right leisure: Serious, casual, or project-based?" NeuroRehabilitation 23(4): 335-341.

Stebbins, R. A. (2011). The idea of leisure: First principles, Transaction Publishers.

Stebbins, R. A. (2017). Leisure activities in context: A micro-macro/agency-structure interpretation of leisure, Routledge.

Stebbins, R. A. and M. Graham (2004). Volunteering as leisure/leisure as volunteering: An international assessment, Cabi.

Şahin, E. (2016). Sporcu ve sporcu olmayan bedensel engelli bireylerin özgüven ve sosyal istenirlik durumlarının karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi. Düzce Üniveritesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Beden

Şentürk, U. (2017). Bedensel engelli 13-18 yaş amputelerin yaşam kalitelerinin ve serbest zaman alışkanlıklarının incelenmesi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Tasiemski, T., et al. (2005). "The association of sports and physical recreation with life satisfaction in a community sample of people with spinal cord injuries." NeuroRehabilitation **20**(4): 253-265.

Tezcan, N. (2007). Rekreasyon etkinliklerinin çalışanların performansları üzerine etkilerinin incelenmesi Kocaeli Trakya Birlik örneği, Sakarya Üniversitesi.

Thompson, A. M., et al. (2005). "Factors influencing the physically active leisure of children and youth: A qualitative study." Leisure Sciences **27**(5): 421-438.

Torabi, M. R., et al. (2004). "Alternate forms of health attitude scale." American journal of health behavior **28**(2): 166-172.

Torkildsen, G. (2012). Leisure and recreation management, Routledge.

Tuğut, N. and M. Bekar (2008). "ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SAĞLIĞI ALGILAMA DURUMLARI İLE SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ." Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi **11**(3): 17-26.

TUZCU, A. and Z. BAHAR "GÖÇMEN KADINLARDA SAĞLIK İNANÇ MODELİ VE SAĞLIĞI GELİŞTİRME MODELİ KULLANIMININ MEME KANSERİ ERKEN TANI DAVRANIŞLARINDAKİ DEĞİŞİME ETKİSİ." Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi **28**(2): 91-103.

Usta, H. (1992). Bedensel Özürlü Olmanın Sebepleri:(Görme, İşitme ve Ortopedik Özürlüler), Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.

Uysal, M., et al. (2016). "Quality of life (QOL) and well-being research in tourism." Tourism Management **53**: 244-261.

Üstün, Ü. D. (2016). "Ergenleri rekreatif faaliyetlere katılmaya motive eden unsurların ciddi serbest zaman perspektifi açısından değerlendirilmesi."

Üstün, Ü. D. and N. A. Üstün (2020). "Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklerin faydaları hakkındaki farkındalıklarının incelenmesi." Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi **7**(1): 38-48.

Yamashita, T., et al. (2018). "Time spent on beneficial leisure activities among elder caregivers in their third age." Leisure Sciences **40**(5): 356-373.

YANLIÇ, N. (2011). "Oturarak voleybol oynayan engelli sporcularda benlik saygısı/Self-esteem of the disabled sitting volleyball players."

Yaşar, Y. (2017). Engelli bireylerin tekerlekli sandalye basketboluna yönelme nedenlerinin incelenmesi, Bursa Uludag University (Turkey).

Yıldız, S.-G. (2018). "Seda." "Görme Engelli Bireylerin Engelli Haklarına Dair Bilgi Düzeylerinin Ölçülmesi". Ankara Örneği Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi **8**(1): 241-268.

YURCU, G. (2017). "KAMU VE ÖZEL SEKTÖR ÇALIŞANLARININ REKREATİF FAALİYET KATILIMI SONUCU SAĞLIK ALGILARI." Journal of International Social Research **10**(54).

Yüncü, D., et al. (2013). "Rekreasyon yönetimi." Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları. Ocak **21**: 2018.

Zhang, Z., et al. (2021). "The mediating effect of perceived health on the relationship between physical activity and subjective well-being in Chinese college students." Journal of American College Health **69**(1): 9-16.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı	Rıza
Soyadı	DARENDELİOĞLU

Eğitim Bilgileri

Mezun olduğu kurum		Mezuniyet yılı
Lise	Ankara Mustafa Kemal Lisesi	1996
Lisans	Akdeniz Üniversitesi	2002
Yüksek Lisans	Akdeniz Üniversitesi	2006
Doktora	Akdeniz Üniversitesi	2023

İş Deneyimi

Görevi	Kurum	Süre (yıl-yıl)
Arş Gör	Akdeniz Üniversitesi	2006-2009
Öğr Görevlisi	Akdeniz Üniversitesi	2009-

Yabancı Dilleri	Sınav türü	Puanı
İngilizce	UDS	55