



**T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**YÜKSEK
LİSANS
TEZİ**

**SPOR YÖNETİCİSİ ADAYLARININ
GELECEK ZAMAN ALGILARININ
BOŞ ZAMAN YÖNETİMİNE ETKİSİ**

SEYFETTİN YILMAZ

**SPOR YÖNETİCİLİĞİ ANA BİLİM DALI
SPOR YÖNETİM BİLİMLERİ PROGRAMI**

EKİM 2022



**SPOR YÖNETİCİSİ ADAYLARININ GELECEK ZAMAN ALGILARININ
BOŞ ZAMAN YÖNETİMİNE ETKİSİ**

Seyfettin YILMAZ

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
SPOR YÖNETİCİLİĞİ ANA BİLİM DALI
SPOR YÖNETİM BİLİMLERİ PROGRAMI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

EKİM 2022

ETİK BEYAN

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Seyfettin YILMAZ

27/10/2022

SPOR YÖNETİCİSİ ADAYLARININ GELECEK ZAMAN ALGILARININ BOŞ
ZAMAN YÖNETİMİNE ETKİSİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Seyfettin YILMAZ

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Ekim 2022

ÖZET

Bu araştırmada, spor yöneticisi adaylarının gelecek zaman algılarının boş zaman yönetimine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2020-2021 akademik yılında Ankara'daki devlet üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümünde öğrenim gören 383 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama sürecinde; Kişisel Bilgi Formu, Boş Zaman Yönetimi ve Gelecek Zaman Algısı ölçekleri kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS paket programından faydalanılırken testlerden t-testi, ANOVA, Tukey, pearson korelasyon analizi ve regresyon analizinden yararlanılmıştır. Analizlerin sonucunda katılımcıların boş zaman yönetimi ölçeğinden elde ettikleri puanlar; cinsiyet, sınıf, akademik başarı, aylık gelir ve aile eğitim düzeylerine göre istatistiki farklılık göstermektedir. Gelecek zaman algısı ölçeğinden elde ettikleri puanlar; cinsiyet, akademik başarı, aylık gelir ve aile eğitim düzeylerine göre istatistiki olarak farklılaşmaktadır. Pearson korelasyon analizi sonucunda her iki ölçeğin bazı alt boyutlarında düzeyleri farklı olmakla birlikte istatistiki ilişki olduğu tespit edilmiştir. Regresyon analizi sonucunda ise gelecek zaman algısının boş zaman yönetimini açıklamada etkili olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak: spor yöneticisi adaylarının gelecek zaman algıları ile boş zaman yönetimleri arasında pozitif yönde etki bulunmaktadır.

Bilim Kodu : 1301

Anahtar Kelimeler : Spor Yöneticisi, Spor Yöneticisi Adayları, Boş Zaman Yönetimi,
Gelecek Zaman Algısı

Sayfa Adedi : 84

Danışman : Doç. Dr. Serkan KURTİPEK

THE EFFECT OF FUTURE TIME PERCEPTIONS OF SPORTS MANAGER
CANDIDATES ON LEISURE MANAGEMENT
(M. Sc. Thesis)

Seyfettin YILMAZ

GAZİ UNIVERSITY
GRADUATE SCHOOL OF HEALTH SCIENCES
October 2022

ABSTRACT

In this study, it is aimed to examine the effect of future time perceptions of sports manager candidates on leisure time management. The study group of the research consists of 383 students studying in the Sports Management Department of the Faculty of Sports Sciences of state universities in Ankara in the 2020-2021 academic year. In the data collection process Personal Information Form, Leisure Time Management and Future Time Perception scales were used. While the SPSS package program was used in the analysis of the data obtained, t-test, ANOVA, Tukey, Pearson correlation analysis and regression analysis are among the tests used. According to the analyzes, the scores obtained by the participants from the leisure management scale show statistical differences according to their gender, class, academic achievement, monthly income and family education levels. The scores they obtained from the future time perception scale differ statistically according to their gender, academic achievement, monthly income and family education level. As a result of Pearson correlation analysis, it was determined that there was a statistical relationship in some sub-dimensions of both scales, although the levels were different. As a result of the regression analysis, it was determined that the perception of future time is effective in explaining the leisure time management. In consequence, there is a positive effect between the future time perceptions of the sports manager candidates and their leisure management.

Science Code : 1301

Key Words : Sports Manager, Sports Manager Candidates, Leisure Management, Future
Time Perception

Numbers of Pages : 84

Supervisor : Assoc Prof. Dr. Serkan KURTİPEK

TEŞEKKÜR

Yüksek Lisans tez çalışmamı yürütürken, araştırmamın her aşamasında engin bilgi birikimi, deneyimi ve anlayışı ile bana yol gösteren, destek ve emeklerini hiçbir zaman esirgemeyen, beni yüreklendiren, öğrencisi olmaktan her zaman gurur ve onur duyacağım tez danışmanım sayın Doç. Dr. Serkan KURTİPEK'e, araştırmanın geliştirilmesi konusunda bana destek veren görüş ve önerilerini aldığım ve farklı bakış açısıyla akademik açıdan yeni bir bakış açısı kazandıran kıymetli hocalarım Prof. Dr. A. Azmi YETİM, Dr. Öğr. Üyesi İ. Fatih YENEL'e yürekten teşekkürü borç bilirim.

Son olarak; hayatımda çok önemli bir yere sahip olan ve eğitim yaşamım boyunca maddi ve manevi desteklerini hiçbir zaman eksik etmeyen çok değerli büyüğüm Mustafa YILMAZ'a ve aileme sonsuz minnet ve şükranlarımı sunarım.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
ÇİZELGELERİN LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLERİN LİSTESİ.....	x
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	xi
1. GİRİŞ.....	1
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1. Zaman Kavramı.....	5
2.1.1. Zamanın önemi	6
2.1.2. Zaman türleri.....	7
2.1.3. Zaman yönetimi	7
2.1.4. Zaman yönetimi yaklaşımları	10
2.2. Boş Zaman Kavramı	11
2.2.1. Boş zamanın özellikleri	13
2.2.2. Boş zamanın temel fonksiyonları	15
2.2.3. Boş zamanın sınıflandırılması	16
2.2.4. Boş zaman kuramları	17
2.3. Boş Zaman Yönetimi	19
2.3.1. Boş zamanı değerlendirme.....	20
2.3.2. Boş zamanı değerlendirmenin yararları.....	21
2.3.3. Boş zaman değerlendirme eğilimini etkileyen faktörler.....	23
2.4. Rekreasyon.....	24

	Sayfa
2.4.1. Rekreasyonun özellikleri	26
2.4.2. Rekreasyonun sınıflandırılması	27
2.4.3. Rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri	29
2.4.4. Rekreasyonun yararları	31
2.5. Gelecek Zaman Algısı.....	33
2.5.1. Zamanın algılanması ve gelecek zaman algısı.....	33
2.5.2. Zaman algısının gelişimi.....	34
2.5.3. Gelecek zaman algısının bireysel ve kültürel farklılıkları	35
2.5.4. Gelecek zaman algısının alt boyutları.....	36
3. GEREÇ VE YÖNTEM	39
3.1. Araştırma Modeli	39
3.2. Çalışma Grubu	39
3.3. Veri Toplama Araçları	40
3.3.1. Boş zaman yönetimi ölçeği.....	40
3.3.2. Gelecek zaman algısı ölçeği	40
3.4. Verilerin Toplanması	40
3.5. Verilerin Analizi.....	41
4. BULGULAR	43
5. TARTIŞMA	55
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	65
KAYNAKLAR	67
EKLER.....	77
EK-1. Kişisel Bilgi Formu	78
EK-2. Boş Zaman Yönetimi Ölçeği.....	79
EK-3. Gelecek Zaman Algısı Ölçeği	80
EK-4. Etik Komisyon Raporu.....	82
ÖZGEÇMİŞ	84

ÇİZELGELERİN LİSTESİ

Çizelge	Sayfa
Çizelge 3.1. Katılımcıların demografik değişkenlerine yönelik sıklık ve yüzdelik dağılımları.....	39
Çizelge 4.1. Ölçüm araçlarına dair aritmetik ortalama, standart sapma ve basıklık çarpıklık değerleri	43
Çizelge 4.2. Boş zaman yönetimi ölçeği ile cinsiyet değişkeni arasındaki bağımsız örneklem T testi sonuçları.....	43
Çizelge 4.3. Gelecek zaman algısı ölçekleri ile cinsiyet değişkeni arasındaki bağımsız örneklem T testi sonuçları	44
Çizelge 4.4. Boş zaman yönetimi ölçeği ile sınıf değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları.....	44
Çizelge 4.5. Gelecek zaman algısı ölçeği ile sınıf değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları.....	45
Çizelge 4.6. Boş zaman yönetimi ölçeği ile akademik başarı değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları.....	46
Çizelge 4.7. Gelecek zaman algısı ölçeği ile akademik başarı değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları.....	46
Çizelge 4.8. Boş zaman yönetimi ile aylık gelir değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları.....	47
Çizelge 4.9. Gelecek zaman algısı ölçeği ile aylık gelir değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları.....	48
Çizelge 4.10. Boş zaman yönetimi ölçeği ile anne eğitim durumu değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları.....	49
Çizelge 4.11. Boş zaman yönetimi ve gelecek zaman algısı ölçekleri ile anne eğitim durumu değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları	50
Çizelge 4.12. Boş zaman yönetimi ölçeği ile baba eğitim durumu değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları.....	51
Çizelge 4.13. Gelecek zaman algısı ölçeği ile baba eğitim durumu değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları.....	52
Çizelge 4.14. Boş zaman yönetimi ve gelecek zaman algısı ölçekleri arasındaki pearson korelasyon analizi sonuçları.....	52
Çizelge 4.15. Boş zaman yönetimi ve gelecek zaman algısı ölçekleri arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları	53

ŞEKİLLERİN LİSTESİ

Şekil	Sayfa
Şekil 2.1. Zaman, serbest zaman ve rekreasyon ilişkisi.....	25



SİMGELER VE KISALTMALAR

Bu çalışmada kullanılmış simgeler ve kısaltmalar, açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur.

Simgeler	Açıklama
%	Yüzde
<i>f</i>	Frekans
N	Katılımcı Sayısı
p	Anlamlılık Düzeyi

Kısaltmalar	Açıklama
BZY	Boş Zaman Yönetimi
GZA	Gelecek Zaman Algısı
SPSS	Statistical Package for Social Sciences
TDK	Türk Dil Kurumu

1. GİRİŞ

Zaman, verimli kullanılması halinde insanı geçmişten geleceğe sağlam adımlarla taşıyan, toplumların geri kalmışlığının veya gelişmesinin en belirleyici faktörlerinden biri kabul edilir. Aynı zamanda bazı insanların sonu gelmeyecekmiş gibi israf ettiği, bazılarının da sonunun geleceğini düşünüp tekrar elde edememe korkusu ve kaygısıyla adeta rekabet edercesine tutum, tasarruf yolları aradığı bir kavram olarak ifade edilmektedir (Arslan, 2013).

Gelişmiş ülkeler zaman kullanımı hususunda geri kalmış ülkelere kıyasla daha duyarlıdır. Bu husus, gelişmiş ülkeler ile gelişmemiş ülkeler arasındaki en önemli ayrımlardan birisidir. Descartes, toplumların ileri veya geri zekâlı diye ayırlamayacağını, ülkelerin ve toplumların gelişmişlik düzeylerinin zamanı planlı, programlı ve verimli kullanmaları ile paralel seyrettiğini ileri sürmüştür (Kılbaş, 2004). Dolayısıyla zamanı kullanım biçimimiz gerek fiziksel gerekse bilişsel anlamda hayatımıza olumlu ya da olumsuz olarak doğrudan etki etmektedir.

Zaman kıymetlidir; çünkü durdurulması, geri döndürülmesi aynı zamanda yerinin başka bir şeyle ikame edilmesi mümkün değildir. İçinde bulunulan her an, yaşamdan akıp giden bir parçadır. Bu sebeple zamanı etkili ve verimli kullanmak insanların ve toplumun yaşam kalitesini yükseltmek için önemli bir unsurdur (Doğan, 2007).

Bireylerin gündelik yaşamlarında sergiledikleri davranışlar belirli bir hedefe erişmeye yöneliktir. Bununla birlikte erişilmesi planlanan bu hedefler, kimi zaman ani ihtiyaçları karşılamaya, kimi zaman kısa bir süre içerisinde erişilmesi istenen bir beklentiye, bazen de beş yıl, on yıl gibi uzun bir zaman diliminde gerçekleştirilmek istenen bir hayale yönelik olabilir (Demirel, Işık, Demirel, Üstün ve Gümüşgöl, 2016). Zaman; hedefleri davranışları ve geleceği şekillendiren bireyleri olumlu yönde güdüleyen en etkili araçlardan bir tanesidir. Aynı zamanda içinde bulunduğumuz anı kullanmak ve yönetmek konusunda önemli bir unsurdur.

Bireylerin, gelecekteki beklentilerinin, emellerinin şuan ki davranışları üzerine etkisi, 20. yüzyıl ortalarından günümüze değin eğitim psikolojisinin araştırdığı konulardan biri

olmuştur. Süreç içerisinde bu yapıyı tanımlamak için, Gelecek Zaman Algısı (GZA) kavramı kullanılmaya başlanmıştır (Lens ve Tsuzuki, 2005).

Subjektif bir yapıya sahip olan gelecek zaman algısı ruhsal zamanla alâkalıdır. Bu nedenle, bireyler arasında geleceğe özgü zamansal algılamalarda bazı ayrımlar mevcuttur. Kimileri takvimsel olarak uzun bir zaman dilimini göz önünde bulundurup ona ilişkin plan yaparken kimileri de, yalnızca kısa zaman uzaklığına ilişkin plan yapmaktadır. Kısa zaman algısına sahip olan bireyler, uzun zaman algısına sahip olanlara kıyasla, 10 yıllık süreci ruhsal açıdan daha uzak algılamaktadırlar. Bu algılama ayrımı sebebiyle uzun gelecek zaman algısına sahip bireyler, istikballeri için daha fazla sayıda gayeye sahiplerdir ve daha uzun süreli plan yapmaktadırlar (Nuttin ve Lens, 1985). Bu nedenle, gelecek zaman algımız hedeflerimizi oluşturmak ve bu hedeflere erişebilmek konusunda hayatımızı ciddi bir şekilde etkilemektedir. Bununla birlikte Sanayi Devrimi'nden bu yana zaman kavramının içerisinde yer alan boş zaman kavramı da önemini arttırmıştır. Bu sebeple, boş zamanın etkili ve verimli bir şekilde değerlendirilmesi hususu gündeme gelmiştir.

Çağımızda boş zaman kavramı yalnız gelişmiş ülkelerde değil aynı zamanda gelişmekte olan ülkelerde de önem kazanmaya başlamıştır. Özellikle teknolojinin gelişmesinden dolayı bireylerin çalışma süreleri kısaltmakta ve bu sayede boş zamanları artmaktadır. Bu yüzden, bireyler ve toplumlar boş zamanların artması ile birlikte boş zamanlarını değerlendirme arayışı içine girmektedirler (Yetim, 2014). Bireylerin ve toplumların refahını sağlamak konusunda boş zamanın oynadığı rol çok önemlidir. Çoğu insan için boş zamanın var olması tatmin edici bir yaşam için zorunluluk haline gelmiştir. Antik Yunan filozofu Aristoteles de tatmin edici bir yaşam için boş zamanımızı hayatımızın merkezine almamız gerektiğini vurgulamıştır. Boş zamanımızda katıldığımız etkinlikler özellikle değerlidir. Çünkü bireylerin kendi iyiliği için yapırlar görüşünü ileri sürmüştür (Kuykendall, Boemerman ve Zhu, 2018).

Boş zamanın önemini 20. yüzyıl oyun yazarı Bernard Shaw (1971) “Boş zaman avarelik ve hatta lüks bile değildir. Tam tersine bireyler için birinci derecede önemli bir zorunluluktur” şeklinde ifade etmiştir. Bu ifadelerden yola çıkarak, boş zamanın bireyler için oldukça önemli olduğunu ve boş zamanın etkili bir şekilde yönetildiği takdirde bireylerin, toplumların ve devletlerin gelişimi için çok önemli katkılar sağlayacağı sonucuna ulaşılabilir. Buradan hareketle zaman ve boş zaman kavramı bireyler için önemli olmasının

yanı sıra yöneticiler açısından da oldukça önemlidir. Çünkü yöneticilerin, bağlı bulunduğu kurum ve kuruluşların varlığını sürdürmek gibi başlıca görevleri vardır. Bu görevi yerine getirirken, yöneticilerin geleceğe yönelik zaman ve boş zaman planlamasını iyi bir şekilde yapması gerekmektedir.

Spor yöneticilerinin de diğer disiplinlerde olduğu gibi yönetim fonksiyonlarından planlama aşamasında gelecek zaman algılarının güçlü olması gerekmektedir. Çünkü sporun kendine özgü doğası gereği, aniden değişen dünya koşullarından (ekonomik kriz, sağlık krizleri, yasal düzenlemeler vb.) ciddi derecede etkilenebildiği gözlenmektedir (Çeyiz ve Özbek, 2014). Reaktif yapıya sahip bir disiplin olmasının yanı sıra, spor etkinliklerinin ve organizasyonlarının zamana bağlı olarak gerçekleşmesi, zamanın ve zaman yönetiminin spor yönetimi açısından ne derece önemli olduğunu göstermektedir (Güçlü, 2001). Buna ek olarak, sporun sevk ve idaresinde etkin rol alan spor yöneticilerinin gelecek zaman algıları ve boş zamanı yönetme biçimleri, gelecekte hem içinde bulunduğu organizasyonun başarısını hem de bireysel başarısını doğrudan etkileyebileceği düşünülmektedir (Halıcı, Parasız ve Yetim, 2020). Bu sebeple, spor yöneticilerinin ve üniversitelerin spor bilimleri fakültelerinde öğrenim görmekte olan geleceğin spor yöneticisi adaylarının gelecek zaman algılarının boş zaman yönetimine nasıl etki ettiği çalışmamızın asıl konusunu oluşturmaktadır. Bu amaçla, bu çalışmada spor yöneticisi adaylarının gelecek zaman algılarının boş zaman yönetimine etkisi incelenmektedir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Zaman Kavramı

Kişisel yaşam alanımızda olduğu kadar toplumsal açıdan da hayatın en önem arz eden parçalarından bir tanesi olan zaman konusunda sürekli olarak sorular sorulmuştur ve çeşitli disiplinler tarafından araştırılmıştır. Felsefeden biyolojiye, teolojiden fiziğe neredeyse her bilim dalında zaman kavramı kendince yorumlamıştır ve farklı farklı anlamlar yüklenmiştir. Ancak zaman tanımlaması zor, başı-sonu bulunmayan uzun bir akıştan ibarettir. Bir akışın, işin, oluşun içerisinde yer aldığı soyut bir süreçtir. İnsanlığın “zaman” olarak adlandırdığı bu sonsuz kavramı, bir takım gruplara ayrıştırarak sınıflandırmaya çalışmak mümkündür. Çünkü insanlar, bahsi geçen eylemin veya söylemin gerçekleşmesi ya da konuşulma anına bağlı olarak bu zaman çizgisinin üstüne yerleştirme konusunda kendilerini zorunlu hissederler (Üstünoğlu, 2005).

Zaman, kavramsal olarak incelendiğinde Türk Dil Kurumu tarafından “*Bir işin, bir oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakit*” olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2021a). Zaman kavrama felsefi bakış açısıyla ele aldığımızda Platon, zaman kavramını sonsuzluğu betimleyen bir resme veya bu resmin gölgesine benzetmektedir ve ekler: oluş, zamanın haricinde düşünülemez. Oysaki Platon’un bu zaman algısının aksi yönünde düşünen Aristoteles, zaman kavramını öncelik ve de sonralık hususunda hareketlerin sayıları ve ölçüldüğü birim olarak tanımlamaktadır (Topakkaya, 2012). Elias (2000), zaman kavramının varlığını, alabildiğine somut bir şey olarak düşündüğümüz ancak sürekli akıp giden ve bu akışa bizleri de dâhil eden bir süreç olarak tanımlamaktadır. Addington (1996) ise bu tanımları ve anahtar ifadeleri özetler nitelikte bir tanım ile zaman kavramını açıklamıştır. Zaman olgusu insanların sonsuzluk ölçü birimidir ve bir noktadan diğer bir noktaya, bir deneyimden diğer bir deneyime geçişin ne kadar süre gerektirdiğine ilişkin gelişmiş olduğu ölçüdür (Addington, 1996).

Dünya hayatını dünden bugüne, bugünden yarınlara taşıyan, bir toplumun geri kalmasını- ilerlemesini önemli ölçüde belirleyen unsurlardan birisi olan, kimi insanların sonu gelmeyecekmiş gibi savurduğu, kimilerinin ise tekrar ele geçirilemeyecekmiş yarışırcasına tasarruf ettiği zaman kavramı özetle; bir süreci tanımlar ve üzerine her anlamda tanımlar yapılabilecek yaşamın en önemli parçalarındandır (Arslan, 2013).

2.1.1. Zamanın önemi

Zaman kavramı araştırmanın önceki bölümünde de açıklandığı üzere yaşantımızın her anının mimarisinde elzemdir. Bu mimaride hem zihinsel etmenlerin hem de fiziksel varlıkların tümünün oluşumunda çok önemli bir rolü üstlenmektedir. Ölçüsüz olduğu kadar süreklilik de arz eden zaman olgusu evrenin oluşum, gelişim gibi süreçlerinin yanı sıra geçmişten bugüne dek her bileşenin, etkinin varoluşunda yer alan tüm süreyi tanımlamaktadır. Tüm insanlığın hayatları süresince içerisinde yer aldığı her eylemin temelinde zaman yer alır. Bu durum yalnızca eylemlerle değil hareket bildiren ya da bildirmeyen tüm koşullarda zaman bulunmaktadır. Çünkü zaman, dünya üzerindeki esas akışın en temelini oluşturur. Evrenin, canlıların ve diğer tüm varlıkların oluşum sürecinde bu denli önem arz eden zaman, mazideki fiillerin bugüne taşınması ve gelecek nesillerde sürekliliği halindeki süreci tanımlar. Dahası, zaman yeryüzündeki her türden varlığın (canlı ya da cansız) kontrolünün dışında süregelmektedir (Smith, 1998).

Zamanın etkisini, yetkisini ve önemini ifade eden ve öykülerde kullanılan “Bir varmış bir yokmuş” kalıp ifadelerinin özünde uzun bir süreçte yaşanmış zamanı ve o süreçte meydana gelen olayların tümünü kastetmektedir. Yani zaman olgusu hiçbir eylemin dışında ele alınamaz (Cüceloğlu, 1997). Adair J. ve Adair T. (1996) harcanan zamanın yerinin doldurulamadığı gibi geriye de döndürülemeyeceğini ifade etmişlerdir. Zamanın önemini vurgulayan araştırmacılar aynı zamanda insanlar için en önem arz eden şeyin zaman kazanma ve bu kazanılan zamanın nasıl akılcıca kullanacağını öğrenilmesinin de ehemmiyetini vurgulamışlardır. Bu sebeptir ki insanlığın zaman karşısında yaşadıkları en temel sıkıntı zamanlarını nasıl daha efektif biçimde kullanacaklarıdır (Gülbüz ve Aydın, 2012).

Nasıl harcanacağı konusunda akılları karıştıran zamanın kullanımı, insanların farklı türlerden aktivitelerinde harcadığı zamana bağlı olarak değişkenlik gösterir. Bu durum kişinin zamanın önemini ne kadar farkında olduğu ile değil gündelik yaşantının zorunluluğu ile de şekil alabilmektedir. Tüm bu detaylara bağlı zaman kullanımının araştırılması, kişilerin zamanlarını bir günün içine ne şekilde sığdırdıkları ve nelere vakit ayırdıklarını tanımlayan çok disiplinli bir çalışma alanlarının doğuşuna sebep olmuştur (Gershuny, 2011).

2.1.2. Zaman türleri

Zaman kavramının tanımlanması kadar kişilere göre algılanması da çeşitlilik göstermektedir. Bu bağlamda zaman türleri yaygın olarak amacına uygun biçimde sınıflandırılır ve bu sınıflandırmalar üç başlık (gerçek, psikolojik ve biyolojik/içgüdüsel zaman) altında ele alınır. Bu üç başlık şunlardır (Tengilimlioğlu, Tutar, Altınöz, Başpınar ve Erdönmez, 2003);

- 1) *Gerçek zaman*: Zamanı tanımlarken saat kavramıyla ölçülebildiğimizi, gözleyebildiğimizi ve takip edebildiğimizi dile getirmiştik. Bu zaman türü, tüm bunları yaparken bütün insanlar tarafından kabul edilen ve dünyanın güneş etrafında dönmesiyle kaynak edinilmiş bir türden bir zamandır. Biz insanlar açısından kullanabildiğimiz ve yönetebildiğimiz zamana gerçek zaman demek doğru bir tanımlama biçimi olmaktadır.
- 2) *Psikolojik zaman*: Psikolojik yani subjektif zaman, kavramsal açıdan özetle: bireyin içerisinde bulunduğu ve yaşamını sürdürdüğü psikolojik ruh halinden algıladığı zaman dilimi ile sınırlı haline denir. Nasıl ki gerçek zaman saat ile algılanırsa, psikolojik zamanın ölçülmesi ve algılanması durumu pek mümkün değildir. Her ne kadar psikolojik zaman insanın ruhsal durumundaki değişikliklerle paralellik gösterse de bu zamanı saat ile ölçüm kadar nesnel biçimde ölçemeyiz. İnsanın psikolojik açıdan iyi oluşu gerçek zaman oranla vaktinin daha hızlı ilerlemesine neden olmaktadır. Eğer ki bireyin ruhsal durumu hüzünlüyse ve o andan haz almıyorsa zaman o kişi için ilerlemez yani gerçek zamanın ilerleyişi yavaşlar.
- 3) *Biyolojik/içgüdüsel zaman*: Yaygın olarak bilinen biyolojik zamanın bir diğer adı da “içgüdüsel zaman” olarak anılır. Bütün insanların zamanları ve saatleri çeşitlilik göstermektedir. Kişinin biyolojik açıdan saati gündelik yaşantısındaki rutinleri ile şekillenmektedir. İnsan bu saat doğrultusunda enerjisini yüksek hissettiği zaman diliminde öncelikli olarak gördüğü işlerini tamamlar. Ardından bu sıralamada daha az önemli olduğunu düşündüklerini erteleme eğilimindedir. Biyolojik zamanı bu sıralamalarla tanımlamak mümkündür.

2.1.3. Zaman yönetimi

Yaşamın içerisinde zamanın önemi inkâr edilemeyecek bir yere sahiptir. Bu önemli aracın hayatın içindeki tüm işleri tamamlayabilmek adına sistemli bir şekilde kontrol edilebilmesi gerekir. Covey (2009), bir parçası olduğumuz bu modern dünyada zamanın en kıymetli

kaynak olduğu vurgusunu yapmıştır. Çünkü zaman, yeryüzünde yaşamını idame ettiren her canlıya eşit olarak verilmiştir. Zamanın temel özellikleri herkes için aynıdır, yani zaman biriktirilemez, saklanamaz ve hiçbir şekilde geri döndürülemez bir kaynaktır. Sürekli değişime uğrayan yaşam koşullarıyla insana zaman yetmez hale gelebilir ve bu durumda günleri etkili biçimde değerlendirmelerinde plan yapmaları zorunlu bir hale gelmektedir (Andıç, 2009).

Zaman yönetimine ilişkin duyulan ihtiyacın tarihini bilmek mümkün olmasa da kavramsal olarak nasıl bir tarihe sahip olduğu bilinmektedir. Bu hususta zaman yönetimi kavramı ilk olarak, yöneticilerin meşgul olduğu zamanları daha etkili biçimde organize edebilmelerine yardımcı olabilmek adına bir eğitim aracı olarak karşımıza çıkmıştır. Bu ortaya çıkış 1970’lerde Danimarka’da gerçekteşmiş ve sonrasında bütün dünya geneline yayılmıştır. Bu kavram üzerine çalışılan çok disiplinli araştırma alanları ile zaman yönetimi yalnızca iş ya da yönetici kavramları ile sınırlandırılmayıp günlük hayatında içinde de önem arz eder hale gelmiştir. Sonuç olarak zaman yönetimi hem gündelik yaşantının hem de kurumsallaşmanın en önemli gerekliliklerinden birisi haline gelmeyi başmış bir kavram olarak literatürde yerini almıştır (Güçlü, 2001).

Önemi tartışılmaz olan zamanın kullanmana ilişkin çeşitli yollar vardır. Etkili insanların genel olarak her gün onlara verilen eşit miktardaki zamanı yönetirken efektif zaman yönetimi konusundaki becerilerini kullandıkları ve diğer kişilere kıyasla daha başarılı oldukları bilinmektedir. Zaman yönetimini kavramsal olarak kısaca tanımlamamız gerekirse “önceden belirlenmiş bir takım hedeflere ilişkin faaliyetlerin gerçekteştirilirken mevcut zamanın etkili biçimde kullanımını hedefleyen davranışların tümü” demek mümkündür (Claessens, Eerde, Rutte ve Roe, 2007). Bu tanıma ek olarak konu ile ilgili hem yerli hem de yabancı kaynaklarda zaman yönetimine ilişkin yapılmış pek çok tanım mevcuttur.

Zaman yönetimi en basit ifadelerle belirli bir amaca veya hedefe ulaşmak için önemli bir kaynak olarak kişinin zamanını optimal seviyede verimli olacak şekilde kullanma çabası olarak tanımlanmaktadır. Bir başka ifadeyle zaman yönetimi esnasında söz konusu, mevcut zaman dahilinde “neler yapılabilir” sorusuna cevap vererek planlanmalar yapmaktır. Yani zamanı yönetmek, yanlış işi hızlı bir şekilde yapmak değil, amacına uygun işi en kısa süre içinde tamamlamaktır. Zaman yönetimi aslında bir tekniktir, bu tekniği: amaca ulaşma, mevcut işleri denetleme, kişisel motivasyonun bireyin kendisi tarafından yükseltilmesi

bakımından önem arz ettiği düşünölen bir “kişisel performans geliştirme” tekniğidir. Zaman yönetimine yönelik Mayer’in (1995) tanımı “Zaman içerisinde kişisel faaliyetlerin veya eylemlerin bazılarının ya da tamamının yönetimi” ifadeleriyleyken Cüceloğlu (1997) “Kişinin zihninde oluşturduğu plan ve programların gündelik hayata dökölerek gün ve gün uygulanması” şeklinde ifadelerle tanımlamıştır. Tanımlamalarda da göröldüğü üzere kişilerin zaman yönetimlerine ilişkin kurduğu ifadelerde bazı ortak anahtar kelimeler bulunmakta ancak bu tanımların hayatın içerisindeki karşılığı kişiden kişiye değışkenlik göstermektedir.

Yukarıdaki tanımlamalara ek olarak zaman ve zaman yönetimi kavramları arasındaki ilişkiyi betimlerken oksijen ile su arasındaki ilişki ile benzetmek mümkündür. Oksijen, insan yaşamının sürdüröllebilmesi için olmazsa olmazlardan birisi iken suyu öncelikler listesinde ikinci sıraya ötelemek mümkündür. Zamanı yönetebilmek adına ise bu hususta öncelikli olarak çaba ve arzu en önemli gerekliliklerdendir. Bireyde bu iki ön koşulun varlığı zaman yönetimi tekniklerinin kullanılmasıyla etkili bir zaman yönetimine öncölük edecektir. Başka bir değışle zamanın yönetimine ilişkin beceri insanlara doğuştan verilen bir yetenek değildir ve bunu sonralardan öğrenmek ve gerçekleştirmek oldukça mümkündür (Bayramlı, 2009).

Etkili bir zaman yönetimi ile kişi hayatına pek çok olumlu şeyi bir arada kazandırabilir. Bunlara, iyi yönetilen zamanla birlikte insanların özel yaşantılarına daha çok zaman ayırdığını, mesleki hayatlarında da sorumluluklarını zamanında yerine getirdiklerini örnek gösterebiliriz. Bu yanları iyi etkili zaman yönetimi, kişiye düzen sahibi olmakla birlikte huzur verici bir etkinlik haline dönüşür ve ilgili araştırmalar gösteriyor ki zamanını etkili biçimde yönetemeyen kişilere kıyasla zaman yönetimi yapabilen insanlar hayatları boyunca daha mutludurlar (Kocabaş ve Erdem, 2003). Zaman yönetiminin en önemli hususlarından birisi de bireysel bir süreç oluşu ve bu sürecin kişinin enerjisiyle etkinlikler arasındaki uyumdur. İnsanlar genel olarak sabah uyanıklarında enerjileri zirvededir ve gün içinde bu durum gittikçe zayıflar. Bazı kişilerse alışkanlıkları gereğince bu dağılımında değışiklik gösterebilirler. Bu sebepledir ki zaman yönetiminde mümkün oldukça gündelik planlarımızı enerjimizin optimal seviyede olduğu zaman aralığına göre düzenlemeliyiz (Haynes, 1999).

2.1.4. Zaman yönetimi yaklaşımları

Zaman yönetimini diğer yönetim biçimlerinden farklı ve zor kılan şey kişisel bir yönetim oluşudur. Bu sebeple esas üzerinde durulması gerekli olan unsur kişinin zamanını yönetmesi değil, kendini zamanın içerisinde nasıl yöneteceği. Zaman yönetimine ilişkin geliştirilmiş çeşitli yaklaşımlar bulunur. Araştırmamızda yer verilen bazı yaklaşımlar şunlardır (Covey, Merrill ve Merrill, 1998):

1. *Kendini toparla yaklaşımı (düzen)*: Bu yaklaşıma kişinin zaman yönetimine ilişkin meydana gelen problemlerin çoğunluğu günlük yaşamdaki düzensizlikten kaynaklanmaktadır. Yaygın olarak birey istediği şeyi o an bulamayabilir veya sürekli olarak bir şeyleri gözden kaçırıp unuttur. Bu yaklaşımın odak noktası üç alan üzerindeki düzenlemedir. Bu alanların ilki nesne düzenidir ve anahtarları, dosyaları, evrak dolapları gibi günlük nesneleri içerir. İkincisi görevlerin düzenidir ve yapılacak işlerin en basitten zora doğru sıraya sokulmasını ifade eder. Son olarak insanları düzenleme gelir ve bu noktada astların yapabileceklerini tanımlamak, yetki devri ve faaliyetlere yönelik sistemi kurmak gibi düzenlemeler vardır.
2. *Savaşçı yaklaşım (hayatta kalma-bağımsız üretim)*: Bu yaklaşıma göre kişi mesleğini icra ettiği ortamın, yaşam koşullarını ve stresini barındıran şartlarda kendisini koruma, yeterli seviyede bağımsız çalışma maksadıyla zamana sahip çıkma üzerine odaklanmaktadır. Bu yaklaşımın kendine has teknikleri arasında: ilki kendini yalıtma (gereksiz iletişim kurmaya kapalı olmak, bunun için sekreter ve telesekreter kullanma gibi), ikincisi yalnız kalmak (rahatsız edilmeyeceği yalnız bir ortamı seçmek) ve üçüncüsü yetki devretmek (ayrıntılara takılmamak ve daha efektif işlere vakit ayırmak amacıyla görev dağılımı yapmak) yer almaktadır.
3. *Hedef yaklaşımı (başarı)*: Bu yaklaşımın en temelde kişinin ne istediği konusunda fikirlerinden emin olması ve başarması için gereken çabayı harcaması yatmaktadır. Kısa, orta ve uzun vadeli planlamalar yapmak, hedef saptamak, hayal etmek, kendi kendini motive etmek ve pozitif yönlü bir düşünce tarzını yaratmak gibi teknikleri içermektedir.
4. *ABC yaklaşımı (önceliklerin sıralanması ve değerlerin belirlenmesi)*: Bu yaklaşımda, bir önceki maddede bahsi geçen hedef yaklaşımı esas alınarak bireysel çabanın öncelikli olarak en önemli işler üzerinde yoğunlaştırılmasının gerektiği üzerinde durulmaktadır. Bunun uygulama noktasında tüm değerlerin açıklanması ve görevlerin öncelik sıralanmasının yapılması gibi tekniklerden faydalanılır.

5. *Sihirli araç yaklaşımı (teknoloji)*: Bu yaklaşımda kişi doğru aracın (doğru takvim, doğru bilgisayar programı, doğru bilgisayar vb.) kullanımıyla bizlerin yaşam kalitesinde artış olacağı varsayımına inanmaktadır. Bu yaklaşımla aynı zamanda sistematik ve teknolojik cihazların iyi düzeyde kullanımının zamandan da tasarruf sağlayacağı düşüncesi vurgulanmaktadır.
6. *Zaman yönetimi 101 yaklaşımı (beceriler)*: Bu yaklaşıma göre zaman yönetimi bir yetenek değil beceridir ve geliştirilebilir. Yani kişi bu beceriye doğuştan sahip değildir. Zaman yönetimi yaparken etkili olabilme adına kişinin bir planlayıcı veya ajanda kullanımı, yapılacak iş listesi çıkarma, hedef tespiti yapma, yetki devri yapma, planlama ve öncelik sıralaması yapma gibi işlerde uzmanlaşması gereklidir. Çünkü bu uzmanlık ve bu becerinin gelişimi bahsedilen araçların kullanımı ile mümkündür.
7. *Kendini akıntıya bırak yaklaşımı (uyum ve doğal ritimler)*: Bu yaklaşım, yaşamın doğal bir akışı olduğunu ve kişilerin ancak bu akıntıya kapılması durumunda uyum sağlayabileceğini savunmaktadır. Bu yolla kişiler hayatın doğal akışına dönerler ve yaşamlarını kendi doğalarındaki kendilik ve beklenmeyen fırsatlara açabilirler.
8. *İyileştirme yaklaşımı (özbilinç)*: Bu yaklaşım amacının aksine veya işlevi olmayan zaman yönetimi davranışları olarak kendisini gösteren kalıtım ve çevre gibi daha pek çok etkenin neticesinde ruh dünyası üzerinde bir takım eksikliklere yol açmaktadır. Mükemmeliyetçi biçimde yetiştirilen kişiler olayları en küçük detayına kadar yönetmeye eğilimlidirler. Bu yaklaşım tarafından önerilen çözüm, zamanın yönetilmesine yönelik sorunları yaratan gerek psikolojik gerekse sosyolojik yetersizlikleri rehabilite etmektedir.

2.2. Boş Zaman Kavramı

İnsanoğlu var olduğu günden buyana yaşamlarını sürdürebilmek adına ve zaruri ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için çeşitli işlerde çalışmışlardır. Sürek olarak monoton ve can sıkıcı çalışmalar ile diğer türlerden faaliyetler, hayatımızdaki en önemli parçalar arasında yer alan yenilenme için boş zaman etkinliklerini gündeme getirmiştir (Yıldız, Sahan, Tekin, Devcioğlu ve Yerar, 2012). Kavramsal olarak “boş zaman” üzerine pek çok tanımlar yapılmıştır. Bu tanımlardan bir tanesi boş zamanı, insanın zorunlu olarak çalışması gereken saatlerin haricinde kalan, bunun beraberinde para kazanma gibi bir amacın taşımadığı zaman dilimi olarak tanımlamaktadır (Argan, 2007).

Kavramsal olarak ele alındığında boş zamanın karşılığı İngilizcede “leisure”, Latince “izin verilmiş olma” veya “özgür olma” manasına gelen “licere” kelimesinin kökeninden türemiştir. Dahası, boş zaman kavramı Fransızcada da dilimizdeki anlamını taşıyan “boş zaman” anlamına gelen “loisir” kelimesi ile anılmaktadır. Genel manada boş zamanı, “baskıdan kurtulma”, “kısıtlamalardan özgürlüğe geçiş”, “tercih özgürlüğü”, “işin dışında (kişiye) arta kalmış zaman”, “yükümlülüklerin yerine getirilmesinin sonunda kişiye kalan zaman” anahtar kelimeleri ile tanımlanmak mümkündür (Aytaç, 1997).

Boş zaman kavramının sözlük anlamına bakıldığında; kişinin kendisi için özgürce kullanabildiği, mesleki ve hayati konularla alakalı sorumluluklarının veya görevlerinin gerçekleştirilmesinden arta kalan zaman dilimi şeklinde tanımlandığı görülmektedir (Şahin, 2002). Türk Dil Kurumu verilerinde “boş zaman” kavramının direkt olarak bir karşılığı bulunmamaktadır ancak “rekreasyon” kavramına entegre biçimde “İnsanların boş zamanlarında, eğlence ve spor amacı ile gönüllü olarak katıldıkları etkinlikler” olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2021). Yerli kaynaklardaki karşılığını paralel olarak yabancı kaynaklarda da boş zaman kavramı zorunluluğun dışında kalan zamanda yenileyici ve keyif verici zaman olarak tanımlanmaktadır. Parker (1976) boş zamanı, bireylerin gerek kendileri gerekse başkaları adına bütün zor koşullardan kurtulduğu ya da iletişim halinde olma alanlarından uzaklaştığı ve kendi inisiyatifiyle tercih edeceği aktiviteler ile alakadar olacağı zaman şeklinde ifade etmektedir. Aynı zamanda bu tanımlamadaki etkinlikler özelinde boş zaman kavramı içinde insanın isteği ve serbestliğine vurgu yapılmaktadır (Parker, 1976).

Boş zaman kavramı konusunda her ulustan çeşitli tanımlamalar yapılırken bu kavramın kökenine baktığımızda, tarih boyunca insanların ilk yerleşik hayata geçmesiyle hem mesleki hem de sanatsal uğraşılara yöneldikleri görülmektedir. Bunun beraberinde kendilerine iş kurarak üretim yapmaya başladıkları görülmektedir. Tüm bu gelişmelerin devamıyla yeni keşiflere, icatlar bulunmaya, toplumların gelişmesine, başlanmıştır ve bunların da oluşumuyla toplumlarda üstünlük ifadesi niteliğinde spor oyunları düzenlenmeye başlanmıştır. Bu ilkel oyunlar zamanla sistematik bir hal alarak olimpiyat oyunlarına dönüşmüştür. Belirli aralıklarla düzenlenen bu oyunlarının hem seyircisini hem de katılımcısını, boş zamanlarını değerlendiren kişiler olarak ele almak mümkündür (Ekici, 1997).

Çalışmaya ayrılan zaman diliminin bir takım zorunlulukları barındırmasının aksine, boş zamana dâhil edilen eylemlerin bir zorunluluk koşulunun olmaması kişiye tanınan özgür olma hissiyle belirli şeylerin üretilmesi sayesinde kişinin kendini gerçekleştirmesi olarak değerlendirilen ayırım tüm tarihsel süreç içinde pek çok dönüşüme maruz kalmıştır. Boş zaman, antikçağda felsefe, ortaçağda dinle meşgul olduğumuz zaman şeklinde kıymetli görülür iken kapitalizmle beraber ilk olarak fizikken çalışmanın aksine değersiz görülerek ihmal edilmiştir. İlerleyen zamanlardaysa yaşanan ekonomik krizlerle birlikte çalışmaya katkı sağlayan ilave zaman olarak değer görmüştür. Dahası boş zaman, elde etmek amacıyla daha fazla çabanın sarf edilmesinin gerekliliği vurgulanan bir zaman niteliğinde yükseltilmiştir. Boş zaman kavramı git gide endüstri ile sunulan ürünlerin tüketildiği bir zaruri alan haline dönüşmüştür. Endüstrileşmeyle beraber dönüşüm geçiren bir diğer unsur ise boş zaman kavramının farklı sınıflara ait olduğu olgusudur. Buna göre boş zaman yalnızca seçkin kişilere özgü değil tüm insanları kapsayan bir olgu haline gelmiştir. Başka bir deyişle endüstrileşme, boş zamanı en alt tabakadan en üst tabakaya kadar toplumun tüm sınıflarını çevreleyen bir yapı haline dönüştürmüştür. Ortaçağa değin beden işçiliğinin tamamen dışında bağımsız bir alan niteliğinde değer gören boş zaman, insanların sahip olduğu şeylere bağlı olarak değerlendirilen endüstri çağında, moda olarak öne çıkarılan eylemlere ve eşyalara sahip olmanın bir fırsatı olarak çalışma alanlarına dâhil edilmiştir. Modern dünyanın neredeyse her yerinde yaşanan bu dâhil olma hali burjuvazi ile keskin ifadelerle belirginleştirilmiş olan ticaretin zaman içerisinde alanını genişleterek bütün kültürel süreçleri etkileyerek metalaşmaya önayak olmuştur (Bahadır, 2016).

2.2.1. Boş zamanın özellikleri

Boş zaman kavramı, zihinsel açıdan çok geniş bir manaya sahiptir. Bu kavramın kelime anlamı gündelik hayatta oldukça karmaşık bir hale dönüşebilmektedir. Bu sebeptendir ki, yalnızca bir kavramla veya boyutla bu kavrama açıklık getirmek ve bir tanım yapmak mümkün değildir. Boş zaman kavramına açıklık getirmek adına bir takım özellikler dikkate alınmalıdır. Bu anlamda boş zaman kavramı, insanın düşüncesinde bir memnuniyet yaratan ve arzu edilen zaman dilimini ifade eder (Russell ve Frances, 1996). Özetle boş zaman: hem serbest hem de zorunlu olunmayan bir zaman dilimini kapsar. Samdahl'ın (1991) ifadelerine göre boş zaman, bir tür özgürlüktür. Yani boş zaman, yaşamın gerekliliğinden arta kalmış zaman olarak tanımlanır.

Diğer bir yandan, boş zaman kavramının özelliklerinden bahsederken belirtmek gerekir ki, bu kavram çoğunlukla “serbest zaman” kavramıyla karıştırılabilir. Ancak boş zaman, mesai saatlerinin haricindeki serbest zamanın aralığındadır. Serbest zamanı, özgürce harcanılan, çalışmanın dışındaki zaman olarak tanımlamak mümkündür. Boş zaman ise bireyin çalışmasının dışındaki faaliyetler için harcadığı zaman dilimi olup serbest zamana dâhil bir parçadır. Kişi, eğer ki serbest zamanında çalışmaya yönelik kaygı gütmeden dilediğince hareket edebiliyorsa ve bunlardan memnuniyet duyarak haz alabiliyorsa ve de tatmin oluyorsa boş zaman faaliyeti gerçekleştirmiş olur. Bir diğer ifade ile serbest zamanı (free): hiçbir faaliyette bulunulmayan zaman, boş zamanı (leisure) ise: özel sayılabilecek potansiyeldeki etkinliklere katılım sağlayarak harcanan zaman sözleriyle ifade etmek mümkündür. Bu iki kavram (serbest zaman (free) ve boş zaman (leisure)) birbirlerine oldukça yakın kavramlardır. Ancak dilimize farklı dillerden çeviri yapılmasıyla tam olarak karşılıklarının bulunmaması sebebiyle çeşitli tartışmalara yol açmaktadır.

Boş zaman kavramına ilişkin bazı özellikleri şunlardır (Mieczkowski, 1990);

- Boş zaman dışarıdan gelen zorlamaya bağlı kalınsızın kişisel kontrolün sağlandığı,
- Eğlence, memnuniyet duygularını uyandıran, haz verici,
- Temel olarak herhangi bir ücrete tabi olunmayan,
- Kendiliğinden gelişen, tatminkâr tecrübelerin edinildiği zaman dilimidir.

Yukarıda ifade edilen boş zaman özellikleri sebebi ile pek çok filozof ve sosyolog, boş zaman kavramının tanımını yapmanın epeyce zor iş olduğu görüşünde hemfikirlerdir. Zira boş zaman kavramı öznel bir yapı sahibidir. Boş zaman ile alakalı tanımlamalar da yapılan tanımların içermiş olduğu amaç doğrultusunda değişkenlik göstermektedir (Hall ve Page, 1999). Boş zaman olarak kullanılan zaman diliminin mesai saatlerinin dışındaki zaman oluşu, bireyin çalışma süresi ile boş zamanlarının arasındaki ilişkiyi belirler. Başka bir deyişle, kişinin çalışma süresinin artışı ile boş zamanı azalır. Paralel olarak çalışma süresi azaldıkça da boş zamanı artış göstermektedir. Konu ile ilgili literatürdeki bazı çalışmalar, sanayileşme ile beraber insanın yaptığı pek çok işin makineler aracılığıyla yapılmaya başlanmasının ardından çalışma sürelerinin azaldığını işaret etmektedir. Yine benzer çalışmalar, sanayileşmenin etkili olduğu ülkelerde yaşam koşullarının iyileştirilmesi ve sağlık alanındaki gelişmelerle beraber insanların yaşamının da uzadığı yönünde sonuçlar vermiştir. İnsanlar geçmiş senelere kıyasla daha az çalışmakla birlikte daha uzun bir ömür

yaşamaktadırlar. Bu türden gelişmeler, kişilerin serbest zamanlarında da bir artışa sebep olmaktadır. Dolayısıyla boş zamanını arttıran kişiler daha fazla boş zaman faaliyetine dâhil olma şansına sahip olmaktadır (Demir ve Çevirgen, 2006).

2.2.2. Boş zamanın temel fonksiyonları

Boş zaman kavramının özgür bir yaşam tarzı ve alanı olarak algılanmasına ilişkin veriler çok eskilere dayanmamaktadır. Özerk biçimde kullanılan boş zaman algısı daha ziyade modern dönemlere ait bir olgudur. Endüstri devrimiyle ve endüstrileşmeyle değişiklik gösteren hem toplumsal hem de kültürel yaşam biçimi, kendi bünyelerinde özgür, bağımlı olmayan yaşam alanlarını oluşturmuştur. Bu dönemlerde iş kavramının zorunlu, disiplinli, kuralları olan, örgütlenmiş, tekrar içeren bir yapıya bürünmesi, haliyle işin dışındaki alanı da özellikli bir yaşam alanına dönüştürmüştür (Kraus, 1998). Bu değişimlere bağlı olarak günümüzde boş zamanın 3 temel fonksiyonu bulunmaktadır. Bunlar; dinlenme, eğlenme ve gelişme fonksiyonlarıdır (Karaküçük, 2014).

1. *Dinlenme fonksiyonu:* Dinlenme fonksiyonunun temel özellikleri nedeniyle yenilenme, tekrardan sahip olma ve işin ardından stres yönetimi ve yorgunluğu giderme yollarıyla fiziksel pürüzleri ve psikolojik gerilmeleri yok eden bir fonksiyondur. Dinlenme fonksiyonundaki dinlenme aracını, kişinin hem bedensel hem de ruhsal açıdan yenilenmesi amacıyla etken ya da edilgen pek çok boş zaman aktivitesinin gerçekleştirilmesi olarak tanımlamak da mümkündür.
2. *Eğlenme fonksiyonu:* Kişide yaşanmış can sıkıntısı, stres ve benzeri sıkıntıları giderebilen ya da sıkıntının ardından meydana gelen eğlenmeyi ve rahatlamayı ifade eden fonksiyon eğlenme fonksiyonudur. Rekabetin, oyunlardan alınan hazzı gölgelemediği bütün sportif uğraşlarla diğer aktivitelere gerek fiilen gerekse pasif olarak, günlük ihtiyaçları içermeyen çeşitli faaliyet tiplerine katılım fırsatı sunan boş zaman fonksiyonu da eğlenme fonksiyonudur.
3. *Gelişme fonksiyonu:* Gelişim fonksiyonu, insan düşüncelerini günlük eylemlerin getirdiği otomatikleşmeden kurtaran, daha geniş sosyal katılımlara imkân sunan ve insanın kişiliği üzerinde gelişim göstermeye eğilim sağlayan ve çıkar gözetmeyen faaliyetleri içermektedir. Gelişme fonksiyonu aynı zamanda boş zamanda bilgi edinme veya verme, bir kültürü geliştirme ihtiyacının ağırlıklı olduğu uğraşlarda olabilir. Aniden meydana

gelen veya örgütlenişmiş zorunlu olmayan sosyal faaliyetlere katılım ihtiyacının da ağırlıklı olduğu etkinlikler bütünüdür.

2.2.3. Boş zamanın sınıflandırılması

Gelişen teknoloji ve endüstrileşme, beraberinde yeni buluşları getirdiği gibi bu yeniliklerin etkilerini de getirmiştir. Bunlardan bazıları boş zaman ihtiyacına yönelik hem artışı sağlamak hem de boş zamana ilişkin etkinlikleri çeşitlendirmektir. Eski zamanlarda insanlara, televizyonun karşısında geçirilen süre boş zaman olarak değerlendiriliyorken, gelişen toplumlara göre bu tür süreler ve faaliyetler tatmine edici bulunmamaktadır. Yalnızca arkadaşları ile bir spor aktivitesine katılmayla rahatlığa kavuşan ve boş zamanlarını iyi değerlendirebildiğini düşünen kişilerin varlığı gibi kadar bir dil öğrenme, müze gezme ya da bir konsere gitme gibi aktiviteler de boş zaman talepleri arasında yer almaktadır. Boş zaman faaliyetleri farklı şekillerde sınıflandırılabilir türden aktivitelerdir. Ancak en yaygın biçimde literatürde kabul gören boş zaman türlerini şu şekilde ayırmak mümkündür (Hacıoğlu Gökdeniz ve Dinç, 2003);

Kısa vadeli boş zamanlar

- İş sonrasında arta kalan boş zamanlar
- Hafta sonu boş zamanları
- Kısa süreli tatiller

Uzun vadeli boş zamanlar

- Çocukluk döneminde sahip olunan boş zamanlar
- Yıllık izinlerde sahip olunan boş zamanlar
- Emekliliğin getirdiği boş zamanlar

Başka bir boş zaman sınıflamasını aşağıdaki şekilde gruplandırmak mümkündür (Kaya, 2013);

- *Turistik boş zaman:* Bu boş zaman türü, kişilerin turistik bir faaliyete dahil olmasını ve bu faaliyet boyunca zaruri ihtiyaçlarından kalan zamanları temsil etmektedir.

- *Sportif boş zaman*: Boş zaman aktivitesi olarak sportif bir faaliyete dahil olmakla gerçekleştirilen boş zaman türünü temsil etmektedir.
- *Artistik boş zaman*: İnsanların sahip olduğu becerilerin ortaya çıkardığı, yaratıcılığın yer aldığı boş zaman aktivitelerini (resim, heykel vb.) temsil eden türdür.
- *Sosyal boş zaman*: Sosyal aktivitelerin yer aldığı boş zaman türüne sosyal boş zaman demek mümkündür. İnsanların bu boş zaman türündeki en temel amacı sosyalleşmektir.

2.2.4. Boş zaman kuramları

Boş zamana ilişkin literatürde birçok bilimsel kuram bulunmaktadır. Ancak araştırmamızda bu kuramlardan bazılarına değinilmiştir.

Marx Weber kuramı: Bu kuram, klasik yaklaşımların başında Marxist yaklaşım olarak da anılmaktadır. Marxist'e göre boş zaman, kişilerin kendilerini geliştirebilecekleri zamanlardır. Bu zamanları kullanamayan kapitalist düzenin gerekliliklerine ayak uydurarak, boş zamanlarında dahi çalışmayı sürdüren kişiyi bir yük hayvanı ile bir tutmakta ve bu kişileri programlamış ve sürekli olarak üreten makinelere benzetmektedirler. Marxist aynı zamanda, bir şeyleri elde etme amacıyla gereğinin üzerinde vakit ve çaba sarf etmenin doğru olmadığını, asıl önemli olanın toplumun emeğini optimal seviyede uygun bir düzeye düşürmenin gerekliliğine inanır. Bu dengeli çalışma sisteminin neticesinde, toplumun bütün kişilerinin boş zamana sahip olmalarıyla beraber tanınan olanakların da etkisiyle sanat, politika, bilim ve spor gibi alanlarda bu kişilerin kendilerini geliştirebilecekleri gibi bir gerçekliğe vurgu yapılmaktadır (Marx, 1997).

Marx, sanayi kapitalizminin hızla gelişerek artması ve günden güne daha karışık bir hal almasıyla toplumun her bakımdan sağlıklı bir şekilde işleminin engellendiğini savunmaktadır. Bu karmaşık durumu engellemek adına da daha karışık bürokrasilere ihtiyaç olduğu da gerçektir. Gerek duyulan bu bürokrasi yapılarının gerçekleştirilmesinin ardından, gerek bu karışık bürokrasinin, gerekse bu bürokrasinin içinde bulunan işçilerin tam ve sağlıklı bir ahengi kaçınılmaz bir hal alacaktır. Bu elzem ihtiyaca zaman esaslı sıkı bir disiplin düzeninin gerekliliği, bu süreç içerisinde saat ve zaman yeni bir denetleme ve düzen aracı şeklinde meydana gelmiştir (O'Neill, 1986).

Lafargue kuramı: Bu kuramda işletmelerin iş güçlerini yaratan işçilerin, zor koşullarda, uzun saatlerce çalışmalarına karşın sefalet içerisinde yaşamalarını sürdürmeye çalışmalarının manasızlığı belirtilmiştir. Buna ek olarak kapitalist düzenin ürettiği, sürekli büyüyen pazarlara sahip olunmasına rağmen sahip olunan imkânlarda hiçbir artış olmamıştır. Tek amacı ve endişesi daha çok tüketiciye ulaşmak, isteklerine yönelik güdülemek ve onlar üzerinde gerçek olmayan gereksinimleri meydana getirmekten ibarettir (Lafargue, 1999).

Üretim faaliyetlerinin arttığı 19. yüzyıldaki işçilerin daha çok gayret göstermelerine sebep olmuştur. Bu çalışma aynı zamanda işçilerin kendi kendilerine zaman ayıramamalarına neden olarak yozlaşmaya, ruhsal ve bedensel açıdan kendilerini tüketmelerine sebebiyet vermiştir. Lafargue’in bakış açısından bu durum “delilik” olarak adlandırılmaktadır. Lafargue’un kaleme aldığı “Tembellik Hakkı (1883)” isimli eserde kişilerin çok çalışma deliliğinin aksine mesai saatlerinin her bir gün için 14 ila 16 saatten 3 saate indirilmesinin gerektiğini savunmaktadır. Lafargue kişilerin, vakitlerinin yaklaşık tümünü para kazanma amacıyla harcadıklarını ve bu harcanılan vakti israf edilen bir zaman olarak görmekle birlikte kazanılan paranın harcanabileceği, kendilerine zaman ayırabilecekleri, hem dinlenip hem de eğlenebilecekleri zaman dilimine kişilerin sahip olmasının gerektiğini de vurgulamaktadır. Bahsi geçen bu koşulların olmaması halinde çalışanlar bu rutin tempoya ve yorucu çalışma şartlarına dayanamaya ve belirli bir zamanın sonunda çalışamamalarına ve para kazanamaz hale gelmelerine sebep olabilir. Kişilerin mesleklerini icra ederek para kazanmaları aynı zamanda kazandıkları bu paraları harcadıkları zaman mutlu olmaları gerektiğinin de önemi belirtilmiştir. İnsanlar zorunlu zamanlardan arta kalan boş zaman dilimlerinde de istedikleri aktivitelere katılabilmeleri maksadıyla serbest olmalıdırlar diye savunurken yalnızca üst sınıflar şeklinde tanımlanan grupların yaşama hakkına sahip olduğu inanca karşı çıkan “çalışma hakkı” prensibini kabul etmemiştir. Lafargue’in “Tembellik Hakkı” isimli kitabının aksine “Boş Zaman Hakkı” eserini yazmıştır. İnsan için boş zamanın kişisel bir hak olduğunu savunan ve bu hakkın kişinin en temel gereksinimlerinden birisi olduğunu öne sunan Lafargue, yüksek mesai saatlerinde azalmaya gidilmesinin gerektiğini savunan tek düşünür değildir (Lafargue, 1999).

Russell kuramı: Russell’e (1999) gelindiğinde ise “Aylaklığa Övgü” isimli eserinde modern çalışma kavramını eleştirdiği görülmektedir. Bu eserinde Russell, standartların dışında çalışma koşullarına ve kapitalizme yönelik tepki niteliğinde aylaklık kavramının olumsuz düşünülmemesinin gerektiğini ve kişilerin hayatlarından haz alarak mutlu olması

maksadıyla ilgili bir durum olduğunu ifade etmektedir. Bu görüş doğrultusunda çok fazla çalışmanın dayatılmamasının gerektiği ve bu boş zamanın öneminin altı çizilmiştir. Russell'e göre mecbur kalınan çalışma şartlarının, kişiyi hem sosyalleşmekten hem de yaşamdan koparmayacak, yorgunluk ve bitkinlik yaratmayacak düzeyde olması gerekmektedir. Yani bu şartlardaki mesleki yaşam, çalışanları hırpalamadan ve tüketmeden sürdürülmelidir. Bu yolla da kişiler mevcut boş zamanlarında gönüllülük esasına dayanarak katılmak istedikleri faaliyetlerle hem kendilerini geliştirme fırsatına sahip olabilirler hem de yeniden bir toparlanma sürecine girme imkânını elde edebilirler. İnsanlar huzurlu bir yaşam hakkı elde edecekler, güvenli, özverili, sevgi yüklü ve hoşgörü gibi erdemlerle yaşamaları kendileri ve dolaylı yollarla çevresindeki insanlar için daha manidar olacağı düşüncesi bu kuram çerçevesinde savunulmaktadır. Bu sebeptendir ki aylaklık kavramını: daha insani, daha doğal, daha sosyal ve mutlu bir yaşam bakımından önemli bir gereklilik olduğunu ifade eden Russell aylak olarak adlandırılan insanların sosyalleşeceğini öngörmektedir. Sosyalleşenlerin ise daha mutlu olabileceği bakış açısı ile aylaklığa methiyeler dizmiştir.

2.3. Boş Zaman Yönetimi

Boş zaman yönetimi kavramına açıklık getirmeden önce yönetimi tanımlamak gerekmektedir. Soylu ve Öztürk-Göl (2010), yönetimin bir süreç olduğunu ve bu süreç içerisinde en önemli unsurların amaç ve idare etme olgularının olduğunu belirtmişlerdir. Bununla birlikte zaman kavramına ilişkin tanımlar incelendiğinde ise yapılan tanımlar zamanın, doğası gereğince yönetilebilirlik özelliğine sahip, özü itibarıyla kıymetli ve eşsiz bir kaynak olduğu yönündedir (Festjens ve Janiszewski, 2015). Bu tanımlara istinaden zamanın hareketli olduğunun ve iyi değerlendirilmesinin gerektiğinin düşünülmesi olasıdır. Bu yönetimin etkin yapılmasıyla kişinin hayatına pek çok katkı sunulmaktadır. Bunlardan bazıları; mutlu olma ve başarılı olma gelebilir. Başka bir deyişle, kişi bir günde yapacaklarının hepsini planlayıp, bu planı etkili bir şekilde uygulayıp zamanı yönetebilirse akademik başarı kadar sosyal açıdan da başarı elde edebilir (Eranlı ve Özcan, 2018).

Kişiyi sayısız katkısının bulunduğu konusunda hemfikir olunan zaman yönetimine ilişkin tanımlar zaman yönetiminin, kişilerin hedef, amaç, sosyal yaşam ve zevkleri üzerinde en faydalı biçimde gerçekleştirilebilen planlama manasına geldiği bilinmektedir (Yavaş, Öztürk, Açikel ve Özer, 2012). Bu doğrultuda insanların günlük rutinlerinin neden olduğu sıkıntılı duyguları gidermek adına çeşitli boş zaman aktivitelerine yönelmeleri

önerilmektedir. Kişilerin boş zamanlarında dahil olacakları etkinlikleri daha etkin ve verimli geçirebilmeleri amacıyla boş zaman yönetimi önem arz etmekle birlikte fonksiyonlarının da iyi planlanması gerekmektedir (Er, Demirel ve Çuhadar, 2020).

Boş zaman yönetimi kişinin ailevi, toplumsal ve mesleki sorumluluklarını yerine getirdikten sonra eğlenme, dinlenme, mesleki etkinliklerin harici öğrenim geliştirme, toplumla olan ilişkilerini arttırma ya da topluma kendi iradesiyle katılım amacıyla kendisinin tercih ettiği iş veya meşguliyetler tespiti ve planlaması olarak da tanımlamak mümkündür. Boş zaman aktivitelerinin çatısı altında harcanan zaman dilimi, kıymetsiz uğraşlar sonucunu doğurmamalı ve kötü manada kullanılmamalıdır. Yani bu fayda sağlayıcı potansiyele sahip zamanın yönetilmesi dikkatli ve temkinli olarak yapılmalıdır. Boş zaman faaliyetlerinin yalnızca kişinin bedensel, ruhsal, bilişsel gelişimini ve yaşam kalitesini arttırdığı düşüncesi yanlıştır. Çünkü bu zamanın yönetimi toplumsal açıdan da pek çok katkı sunduğu için yönetilmesi daha çok önem arz etmektedir (Sivan ve Ruskin, 2000).

2.3.1. Boş zamanı değerlendirme

Boş zaman değerlendirme olgusu yaygın olarak “rekreasyon” kavramı ile eşanlam olarak kullanılır ve Latince “recreatio” kelimesinden türetilen bu kavramdan dilimize aktarılmıştır. Kavramsal olarak rekreasyon: yenilenme ya da yeniden yapılanma manasına gelmektedir. Kavramı, genel ifadeyle kişilerin boş zamanları dâhilinde katılım sağlayabildikleri etkinlikler veya boş zaman değerlendirme biçimi olarak tanımlanmak mümkündür (Akgül, 2011).

Karaküçük’ün (2014) rekreasyon kavramına ilişkin görüşleri incelendiğinde, kişinin boş zamanlarında zaruri iş etkinliklerinden bağımsız biçimde yapılan, bu zamanı serbest ve dilediği gibi kullanabildiği, bedensel gücün onarıldığı ve ruhsal potansiyelin zenginleştirildiği zorunluluğun aksine özgürce tercih edilebilen faaliyetler olarak tanımladığı görülmektedir. Bir başka tanım doğrultusunda rekreasyon, kişilerin mesleki, ailevi ve toplumsal sorumluluklarından arta kalan, dinlenme, eğlenme, toplumsal ilişkilerini geliştirme, mesleğinin dışında öğrenimi geliştirme ya da topluma kendi iradesiyle katılma maksadıyla kendi seçtiği uğraşlar ve meşguliyetlerdir (Kırtepe, 2011). Daha yalın bir ifadeyle rekreasyonu tanımlamak gerekirse, kişinin zorunlu iş koşullarının ve faaliyetlerinin ardından yenilenmesini sağlayan ve dinlendiren gönüllü katılım sağlanan etkinlikler olarak

tanımlanabilir (Kraus, 1998). Bu tanımla birlikte boş zaman (leisure) ve boş zaman değerlendirme (recreation) kavramlarının da ortak amaca hizmet ettiği, boş zaman değerlendirmeyle kişinin mesai saatlerinin, hayatını idame ettirmesi için gereken zamandan arta kalan ve kendisinin isteği doğrultusunda harcayabileceği zaman aralığıdır. Boş zaman değerlendirmeyse bu zaman aralığında yapılan etkinliklerle ilişkilidir (Burton ve Bucher, 1974).

2.3.2. Boş zamanı değerlendirmenin yararları

Boş zaman değerlendirmenin faydalı kullanılmanın kişiye kendi özgürlüğü ile seçim yaparak yaşamasının yanı sıra kendisini keşfetmeye ve geliştirmeye, dolayısıyla zincirleme bir şekilde toplumun da gelişimine katkı sağlar. Ancak boş zamanın etkin biçimde kullanımı birçok araştırma sonucunda eğitimin ve gelişmişliğin göstergesi olarak tanımlanmaktadır. Bazı toplumlar boş zamanı bir lütufmuş gibi görse bile gelişmiş ülkeler boş zamanı bir hak olarak görmekle birlikte değer verirler (Köktaş, 2004).

Boş zamanın değerlendirilmesine ilişkin çeşitli görüşler mevcuttur ve bunlardan biri boş zamanı farklı amaçlarla gerçekleşmesinden bahsetmiştir. Bu farklılık boş zamanın kurumsal, politik, iktisadi, ideolojik boyutlanmalara, siyasi üstünlüğe hizmet ettiğini ifade etmektedir. Boş zaman ile doğan bazı düşünceler şu şekildedir; “ulusal bütünlüğü sağlamak”, “toplumsal kabul görmek”, “kimlik edinmek”, “iktidar karşısındaki bağımlılığı artırmak”, “ideolojik farklılıkları tarafsızlaştırma”, “tüketici ve hazzı güdüler üretmektedir. Bu görüşlere bağlı olarak boş zamanın iktidarla arasındaki ilişkinin sorgulanmayan ve bağlarını pekiştiren bir olguya dönüşmüştür (Aytaç, 1997).

Bazı araştırmacılar boş zamana ilişkin görüşlerini ifade ederken eğitimin temel esaslarından birisinin de boş zaman değerlendirmeye ilişkin eğitim olduğu vurgusunu yapmışlardır (Karakullukçu, 2009). Boş zamanın değerlendirilmesine yönelik eğitim, bu kültürün korunmasına ve gelecek nesle aktarılmana yardımcı olmaktadır. Kişilerin en aktif günlerini yaşadığı gençlik çağlarında tüm enerjilerini toplum menfaatine yönlendirmesi durumunda gençler kötü alışkanlıklardan bu eğitimler yoluyla korunabilmektedir. Aynı zamanda bu eğitimler bireylere okullarındaki yaşamlarının yanı sıra bilgi-beceri ve yeteneklerinin geliştirilmeleri için ders dışı faaliyetlerin de etkisi bulunmaktadır. Günümüz insanları, boş

zaman ekinliğine ayırdıkları zamanın ve gerçekleştirdikleri etkinlik sayısının artışı, kişilerin toplum içerisinde daha başarılı görölmelerine olanak sunmaktadır (Güçlü, 2001).

Boş zaman değerlendirmeye yönelik faydalar esas olarak üç ana grupta toplanabilir. Bunları; Sosyal yararlar, psikolojik yararlar ve fiziksel yararlar olarak sınıflandırmak mümkündür (Ağaoğlu, 2002).

Ruhsal yararları: Kişinin ruh sağlığı, çevresi ve kendisi ile sürekli uyumlu ve dengeli olma hali ile ilişkilidir. Ruhsal açıdan tam iyilik haline sahip bir kişinin davranışlarının tutarlı, özgür, gerçekçi, çevresi ile uyum içerisinde toplumdaki görevlerini bilen bireylerdir. Bu bireyler becerilerinin farkındalardır ve bir hedef doğrultusunda çalışmalarını sürdürürler (Ayan, 2009).

Bedensel yararları: Teknolojik gelişmelerle birlikte makinelerin gelişmesi ve beden işçiliğinin neredeyse son bulmasıyla insanların hareketlilik hali gitgide azalmaktadır. Bu hareketsizlikle birlikte insanlar çeşitli fiziksel rahatsızlıklara sebep olmaktadır. İnsanların bu hastalıklardan korunması amacıyla boş zamanlarını daha efektif biçimde değerlendirmeleri ve bu doğrultuda harekete geçmeleri önerilmektedir (Ayan, 2009).

Sosyal yararları: Boş zaman değerlendirmenin sosyal faydalarından söz ederken ABD’de bireyselleşmenin ülke genelinde kabul görmesinin neticesi olarak toplumda duygusal açıdan bir yalnızlık yaşanması örnek olarak verilebilir. Bu durumun nedeninin artan bireysellikten kaynaklandığı düşünülmektedir çünkü kişilerin bencilleşmesi ve sonrasında kişilerarasında saldırganlığın artışı muhtemeldir. Ancak kişilerin boş zamanlarını sosyalleşme aracı olarak kullanmaları bireyselleşmeden uzaklaşmalarına ve sosyalleşmelerine önayak olmaktadır (Kılbaş, 2004).

Boş zaman değerlendirmenin somut yararlarına da dayanarak boş zaman ihtiyacının insanlar açısından oldukça doğal ve zaruri bir ihtiyaç olduğunu söylemek mümkündür. İnsanlar açısından bu denli önem arz eden boş zaman planlı olmalı ve kişinin ihtiyaçlarına yönelik değerlendirilmelidir ki bu sayede kişiye fiziksel, sosyal ve ruhsal yararı olabilsin. Kişinin boş zamanı ne tür etkinliklerle değerlendirildiği kişisel arzu ile ilişkili gerçekleşebildiği gibi içerisinde yaşanan toplumdaki, kültürden, eğitim düzeyinden de etkilenebilmektedir. Seçilen boş zaman değerlendirme etkinliklerinin hem bireyin hem de toplumun ortak bir

ürünü demek yanlış olmayacaktır. Sağlıklı geleceklere erişmek için etkin boş zaman değerlendirmelerinin yapılması, yalnızca kişilerin değil toplum tarafında da hedefler oluşturulması gerekliliğini işaret etmektedir (Kuzu, 2019).

2.3.3. Boş zaman değerlendirme eğilimini etkileyen faktörler

Kişilerin boş zamanlarına ilişkin değerlendirme şekillerini pek çok faktör etkileyebilmektedir. Bu boş zaman davranışlarını değerlendirmeyi etkileyen faktörler arasında yaş, cinsiyet, aile, gelir düzeyi, eğitim durumu, medeni durum, kişisel fikirler, katılımcının kişiliği ve kültürü de sıralamak mümkündür. Bahsi geçen bu değişkenlere ilişkin ilgili literatürde her ne kadar araştırmalar bulunsun da bunların haricinde de birçok değişken ile boş zaman değerlendirme arasında bir bağın olup olmadığı araştırılmıştır. Ancak tüm bu verilerin arasından bazı değişkenlere araştırmamızda yer verilerek irdelenmiştir.

Aile etkisi: Boş zaman değerlendirmesini etkileyen faktörlerden söz ederken öncelikle kişinin dünyaya geldiği ve içerisinde yetiştiği ailenin tüm bireylerinin rolü azımsanamaz. Bu bağlamda onların boş zaman aktivitelerine katılım düzeylerini, imkânlarını ve pek çok olanaklarını aile olgusu kapsamaktadır. Kişinin bir yaşam stili olarak boş zaman değerlendirme biçiminin oluşumunda ailesinin gerek ekonomik imkânları gerekse kişilerin üzerine düşen vazife ve sorumlulukları da yer almaktadır. Bunun yanı sıra aileden kişilerin boş zaman deneyimlerine imkân sunmaları açısından gerekli serbestliğin, güvenliğin ve bunların beraberinde hareket etmeyi sağlayan en temel unsur da ailedir. Bahsedilen somut koşulların haricinde daha pek çok soyut unsur da kişilerin boş zaman faaliyetlerini değerlendirme süreçlerinde etkili rol oynamaktadır (Köybaşı, 2006).

Referans grupları: Boş zaman değerlendirmesini etkileyen faktörlerden birisi aile gibi temel bir unsura ek arkadaş ve akran çevresidir. Bahsedilen bu çevreler bireyin boş zaman alışkanlıkları ve değerlendirme süreçlerini etkileyen etmenler arasında yer almaktadır. Özellikle grup halinde gerçekleştirilen aktivitelerde, kişilerin bu anlamda güdülenmesi akran gruplarla olduğu takdirde daha yüksek seviyelerde seyretmektedir (Bedir, 2016).

Önceki fikirler: Kişilerin boş zamanlarını değerlendirme süreçlerini etkileyen faktörlerden birisi de önceki fikirler olarak tanımlanmaktadır. Yani her grubun kendi içerisinde fikir

liderleri yer almaktadır. Bu liderler boş zaman deneyimlerine ilişkin önce kendileri tecrübe sahibi olurla ve yenilerini üretir ve diğer kişilere sunarlar. Üretilen bu fikirlerin gruplar tarafınca araştırılması ve deneyimlenmesi mümkündür. Bu vesile ile yeni boş zaman değerlendirmeleri üretilmektedir (Köybaşı, 2006).

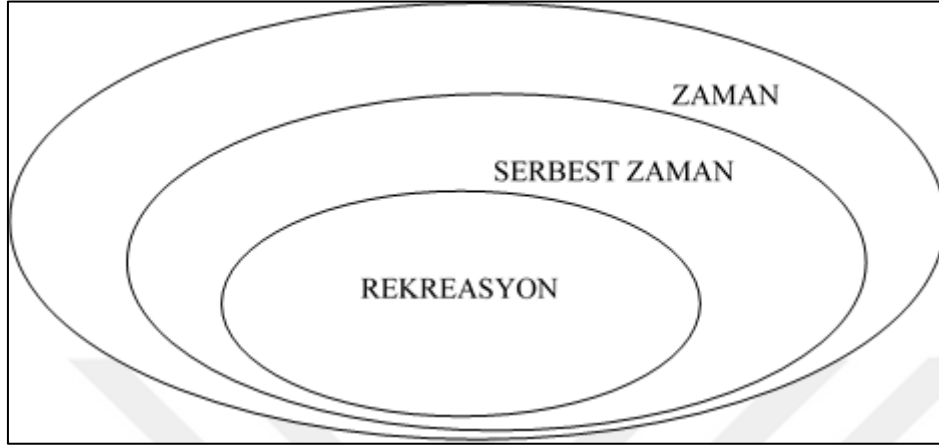
Kültür: Son olarak kişilerin boş zamanlarını değerlendirme süreçlerini etkileyen faktörler arasında kültür olgusunu da belirtmekte fayda vardır. Yaşamın içerisindeki çeşitli etnik grupların hayat tarzları, sahiplenme şekilleri, işten arta kalan zaman dilimlerindeki ihtiyaçları ve arzuları farklılık gösterebilir. Birbirinde farklı etnik grupların planlanan bir pazar dâhilinde karma unsurları bu toplulukları meydana getirmek adına kullanılabilir. Aynı zamanda bu değerlendirme süreci, çevresel faktörler üzerinde yarattığı bazı kültürel etkinlik biçimlerini de içerisinde barındırmaktadır (Köybaşı, 2006).

2.4. Rekreasyon

Rekreasyon (re-creation) kavramını tanımlarken: çalışan kişilerin verimlerini yükseltmek ve bu optimal seviyeyi korumak adına yapılan faaliyetler bütünü olarak ifade etmek mümkündür. Başka bir ifadeyle; çalışan kişi yorulur, eski verimini geri kazanmak ve çalışma performansına geri dönüş yapabilmesi için yeniden “şarj” olması gerekir. Buna bağlı olarak da boşalan enerjiyi yeniden doldurabilmek adına kendisini İngilizce tabirle “re-create” etmesi gerekmektedir (Metin, Kesici ve Kodaş, 2013). Bu kavrama ilişkin kimi araştırmacılar kısa bir tanımla “kişinin boş zamanlarında katıldığı faaliyetler” (Tribe, 2011) ifadelerini kullanırken kimileri ise daha uzun ifadeler kullanmaktadır. Bu kapsamlı tanımlardan birisi Koçyiğit ve Yıldız’a (2014) aittir, araştırmacılar rekreasyon kavramını “çevresel faktörlerin ve stresin yarattığı olumsuzluklardan etkilenen bedensel ve ruhsal sağlığı yeniden kazanma, koruma ve eğlenme amacı ile dahil olunan, zorunlu faaliyetlerden arta kalan boş zamanlarda kişinin kendi rızasıyla yapılan etkinlikler” olarak ifade etmişlerdir.

Rekreasyonu bir “uğraş” olarak tanımlayan Vale (1992): rekreasyonun serbest zaman dâhilinde sürdürülebilir, kişinin normalden fazla vaktini almayan ya da fazlaca o işe bağımlı olmadığı (fazladan mesai yapmak, ikinci bir işte çalışmak, ileri eğitim almak, ev ödevi yapmak, din ve politika gibi işler hariç) çalışmaların dışındaki uğraşlardan ibaret olduğunu ifade etmiştir. Rekreasyon/Boş zaman kavramını açıklarken sıklıkla karşımıza çıkan

“serbest zaman” ifadesi de kişinin zorunlu çalışma saatlerinden arta kalan zaman dilimlerini betimleyen bir kavramdır ve bu kavramların arasındaki ilişki Şekil 2.1.’de verilmiştir (Arslan, 2013).



Şekil 2.1. Zaman, serbest zaman ve rekreasyon ilişkisi

Zaman kavramından söz ederken tarihsel süreçlere göre ve toplumlar arasında tanımların farklılığı gibi boş zaman, serbest zaman ve rekreasyon gibi kavramlar da çeşitlilik bulunmaktadır. Ancak Şekil 2.1. bu karmaşanın basite indirgenmiş bir görselidir. Bu görselde en çekirdekte yer alan rekreasyonu tanımlarken kullanılan tüm ifadelerde iki anahtar kelime ortaktır. Bunlardan ilki yenilenme fonksiyonudur. Çünkü rekreasyon kişilerin bütünlüğe, sağlığa ve sahip olabilecekleri her türden hedefe yeniden ulaşmalarını sağlar. Hem insan çalışma amacı kadar yaşamak için de yenilenme ihtiyacı duyabilir. Ayrıca rekreasyon insan yaşamının bir parçasıdır.

İkinci unsura gelindiğinde ise sosyal organizasyon oluşu söylenebilir. Bunun nedeni ise rekreasyonun amaçlarının var oluşu ve sosyal sonuçlar elde etmek adına da organize edilebilirliğidir. Sadece kişinin “kendi başına” yapacağı bir şey değildir. Serbest zaman etkinlikleri ile arasında ki temel farkı şudur ki: rekreasyon, serbest zaman etkinliklerinde olduğu gibi herhangi bir mekanda, herhangi bir zaman diliminde yapılabilen, herhangi bir şey sıfatında değildir. Bir sebebi, bir varış noktası ve amaca sahip olması gerekmektedir. Bu nedenledir ki sonuca odaklı bir yöntem olarak görülmektedir, başka bir deyişle rekreasyonla ilişik zaman yönetimi, bir takım kişisel tatminlere yönelik ve bilinçli şekilde tercih edilmelidir (Arslan, 2013).

2.4.1. Rekreasyonun özellikleri

Rekreasyonun temel özelliklerini tanımlayan pek çok kaynak bulunmaktadır. Ancak araştırmamızda bunlardan bazılarına değinilmiştir (Şenel, 2021; Mercanoğlu ve Şimşek, 2020; Açıkıdilli, 2019).

1. Rekreasyonel etkinlikler serbest zaman dahilinde yapılır. Bir etkinliğin ise “rekreasyon” olarak adlandırılabilmesi için kişinin tüm zorunlu koşullarından bağımsız olduğu zaman diliminde yapılmalıdır.
2. Rekreasyon eğlendirici olmalıdır. Bu sayede kişinin hem ruhunun hem de bedeninin yenilenmesi sağlanır.
3. Gönüllülük esasına dayalı olmalıdır ve seçim hakkı tamamıyla kişinin kendisine ait olmalıdır.
4. Rekreasyon kişiye özgür olduğunu hissettirmelidir.
5. Her türlü topluluktan insana (cinsiyet, yaş, mesleki durum, maddi gelir düzeyi, fiziksel veya zihinsel engel durumu gözetmeksizin) katılım olanağı sunmalıdır.
6. Esnektir, her tür mekâna ve şarta uyarlanıp uygulanabilmelidir. Bireysel/grupsal, araçlı/araçsız, kapalı/açık alan, yaz/kış mevsimi, aktif/pasif olarak katılım sağlanabilmelidir.
7. Tembellik olarak değerlendirilmemeli ve ihtiyaç gerektiren bir etkinlik olduğu bilinmelidir. Bu etkinlikler fiziksel olduğu gibi zihinsel, duygusal veya toplumsal da olabilir.
8. Çeşitlilik özelliği bulunur ve tek bir eylem biçimi yoktur.
9. Ticari bir amacı yoktur, para kazanma amaçlı yapılmaz. Bu sebeple de işten çok farklıdır.
10. Evrenseldir ve herkes tarafından uygulanabilir. Her tür toplumda ve farklı koşullar altında uygulanır.
11. Her bir rekreatif aktivite kültürel içeriğe sahiptir, toplumun gelenek göreneklerine, törelerine, manevi ve ahlaki değerlerine uygun biçimde olmalı ve sosyal değerleri ile zıtlığı olmamalıdır.
12. Rekreasyonel aktivitelerin yapıldığı andan itibaren kişilere haz verme ve doyum sağlama özelliği olmalıdır.
13. Bir etkinliğin başka bir etkinliğe ilgi uyandırma ve birden fazla etkinliğe katılmaya olanak sunmalıdır (Spor müsabakalarını izlemek amacıyla farklı bir şehre veya ülkeye

gidildiği takdirde kişinin, turistik yerleri de görmesi için gezilere de katılması bu özelliğe örnektir).

14. Rekreasyonel aktiviteleri kişi yalnızca kendisi için yapabilir. Bir başkası için etkinliğe katılamaz.
15. Etkinlikler gerek duruma gerekse kişinin arzusu doğrultusunda birbirlerinin yerini alabilirler.
16. Etkinliklerin amacı birden fazla hedefe hitap edebilir ve yönlendirilebilir. Dinlenmek, eğlenmek, kendini geliştirmek, ilerlemek, farklı yaşam stilleri sunmak ve öğrenmek, mesleki gelişim sağlamak, sağlık ve sosyal bütünleşmeleri sağlamak gibi.
17. Rekreasyon ikincil ürünlere de sahiptir. Yani herhangi bir etkinliğe katılmak, fiziksel-toplumsal gelişim, sağlık ve iyi vatandaşlık gibi özellikleri de kazandırmaktadır.
18. Rekreasyon aktiviteleri, kişiye sıradanlıktan ve tekdüzelikten uzak bir yaşam imkânı sağlamaktadır.
19. Rekreasyon, organize edilmiş etkinliklerden oluşturulmalıdır.
20. Rekreasyon, kesinlikle kişisel veya toplumsal açıdan bir amaç güder. Bu amaçlar kişiye ve aktivitenin türüne yönelik değişmekle beraber mutlaka olumlu yönde olmak zorundadır.

2.4.2. Rekreasyonun sınıflandırılması

Rekreasyonel etkinliklerin tümünü yalnızca tek bir çatı altında toplamak mümkün değildir çünkü her bir etkinlik kendi içerisinde çeşitli amaçlar barındırdığı gibi zamanı, mekânı, ekipmanı, katılımcı sayısı değişkenlik gösterebilmektedir. Bu doğrultuda araştırmamızın rekreasyon sınıflandırmasını üç ayrı başlık altında değinilmiştir. Bunlar; amaçlarına, çeşitli kriterlerine ve özel işlevlerine yöneliktir (Üstün, 2018).

Amaçlarına göre rekreasyon

- a) Sanat amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri: Sanatın her türden dallını kapsayacak şekilde hem katılımcı olarak hem de izleyici olarak katılım sağlanan boş zaman etkinlikleridir.
- b) Kültürel amaçlı yapılan rekreasyon aktiviteleri: Tarihi miras olarak kabul görülen mekânların gezilmesi (tarihi eser ve müze turizmi gibi) ve kültürel etkileşim içerisinde

bulunulmasıyla gerçekleştirilen boş zaman değerlendirme etkinlikleri kültürel amaçlı sınıftandır.

- c) Toplumsal amaçlı yapılan rekreasyon aktiviteleri: Toplumsal etkileşim içinde bulunma amaçlı kültürel iletişimde bulunma türünden boş zaman değerlendirme aktiviteleri toplumsal amaçlı sınıftandır.
- d) Sportif amaçlı yapılan rekreasyon aktiviteleri: Bu gruptaki rekreasyon etkinlikleri ister aktif spor yapılarak (futbol, basketbol, tenis vb.) isterse karşılaşmalara seyirci kimliğiyle katılım gerçekleştirilen toplu alan etkinliklerini içermektedir.
- e) Turizm amaçlı yapılan rekreasyon aktiviteleri: Tatil süresince hem psikolojik hem de fizyolojik deşarj amaçlı gerçekleştirilen, daha öncesinden deneyimlenmiş ya da deneyimlenmemiş seyahatleri ve dinlenme aktivitelerini bu sınıfa dâhil etmek mümkündür.

Çeşitli kriterlere göre rekreasyon

- a) Sosyolojik içeriğe göre: İster geleneksel ister belirli bir halk kitlesinin ortak bir amaçla katılım sağladığı rekreasyon etkinliklerini kapsar.
- b) Katılımcı sayılarına göre: Grup-kitlesel, bireysel ya da aile şeklinde katılım gerçekleştirilen etkinliklerdir.
- c) Zamanına göre: Dönemsel katılım sağlanabilen boş zaman etkinlikleridir (yaz-kış ya da özel bir gün). Bu sınıftan etkinlikler aynı zamanda dönemsel olduğu gibi günlük, haftalık, hafta sonları ile başlayıp emeklilik sürecini bile kapsayacak kadar açık uçlu, uzun süreçli rekreasyon etkinliklerini de kapsamaktadır.
- d) Biyolojik yaşa göre: Farklı yaş grupları arasında, kendi enerji seviyelerine bağlı olarak ve zamanlarının genişlikleri ile ilişkili olarak tercih ettikleri aktivitelerden oluşmaktadır.

Özel işlevlere göre rekreasyon

- a) Ticari rekreasyon: Katılımın para karşılığı sağlandığı aktivitelere ticari rekreasyon denilebilir.
- b) Sosyal rekreasyon: Yapılan farklı etkinlikler dâhilinde kişilerin bir araya gelerek yaptıkları etkinliklerdir.
- c) Uluslararası rekreasyon: Uluslararası seyahatlerin ve farklı uluslardan kişilerin katıldığı etkinliklere uluslararası rekreasyon demek mümkündür.

- d) Estetik rekreasyonu: Bu rekreasyon türünde kişilerin estetik amaçlı sanatsal olaylarını izlemek amaçlı katıldıkları aktivitelere yer verilmektedir.
- e) Fiziksel rekreasyonu: Bu rekreasyon türünde ister açık isterse kapalı alanlarda yapılabilen her tür sportif etkinliğin yer almaktadır.
- f) Orman rekreasyonu: Orman rekreasyonuna piknik yapmak, doğa yürüyüşüne katılmak, avcılık ya da trekking gibi faaliyetler dahildir.

2.4.3. Rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri

Geçmişten günümüze insanın çalışma koşullarının ve mesai saatlerinin uzunluğunun dışında kalan zaman dilimini nasıl değerlendirdiği ve bu değerlendirme biçiminin ne kadar fayda sağladığı sorusu pek çok araştırmanın konusu olmuştur. Bunca araştırmaya rağmen hala bu sorunun önemi günden güne artış göstermektedir. Bu bağlamda kişilerin kendilerini özgür biçimde ifade ettikleri ve gönüllülük esasına dayanan bu boş zaman değerlendirme aracına sayısız sebepten dolayı ihtiyaç duyulmaktadır. Yine kişilerin rekreasyona neden ihtiyaç duyduğunu araştırmayı yapan Ardahan (2017) bedensel, psikolojik ve sosyal güdüleyici yönleri değerlendirilerek ihtiyaçları listelemiştir. Araştırmamızda ise bu ihtiyaçlar bireysel ve toplumsal olarak iki başlıkta irdelenmiştir.

Bireysel açıdan rekreasyon ihtiyacı

- a) Fiziksel sağlık: Fiziksel sağlık açısından; fazla enerjinin atılması ile birlikte rahatlık sağlanmasına ek olarak vücut kompozisyonunun, motorik becerilerin gelişiminin, koordinasyon ve daha pek çok becerinin gelişiminde bu türden rekreasyona ihtiyaç duyulmaktadır.
- b) Zihinsel ve duygusal sağlık: Kişinin bedensel ve ruhsal sağlığına zarar verebilecek duyguların (stres, kaygı vb.) boşaltımı ve duygusal açıdan engellerin ortadan kaldırılması için rekreasyona ihtiyaç duyulmaktadır.
- c) Bilgi gelişimi: Rekreasyonun doğası gereği kişi bu zaman dilimlerinde eğitime de yönelebilir ve bu bilgi gelişimi alanı konusunda kısıtlama yoktur. Rekreasyonel alanlarda “uygulayarak öğrenim” bakımından pek çok olanak yer alır. Bu olanaklar boyama yapmaktan sosyal iletişimin geliştirilmesine kadar pek çok öğretiyi içerir. Öğrenim süreçleri, direkt olarak deneme yolu ile daha kolay başlar, hızlı bir şekilde sürer ve daha kısa bir zamanda tamamlanabilir.

- d) Karakter gelişimi (kişilik): Rekreasyonun kişiye katkısı yalnızca fiziksel değildir. Bu tür aktivitelere dahi olmak kişinin özsaygısını, özgüvenini, atılganlık düzeyini, kontrolünü, azmini, cesaretini olumlu yönde geliştirdiği gibi karakteristik özelliklerinin de gelişmesinde katkıda bulunur. İnsan, rekreasyona katıldığında sorumluluk almayı ve bu sorumlulukları yerine getirmeyi öğrenmektedir. Bu aldığı sorumluluklar insanın bir sonraki gününde ve gelecekteki yaşantısında da kullanabileceği daha pek çok beceriyi de öğretme potansiyeline sahip rekreasyon ile kazanılabilir ve bu sebeple insan rekreasyona ihtiyaç duyar.
- e) Estetik ve manevi gelişim: Kişi güzel, doğru ve estetik olanı da arar ve bu arayışlarla da rekreasyona ihtiyaç duyar. Araştırmanın önceki bölümlerinde de söz ettiğimiz üzere rekreasyonda konu kısıtlaması olmadığı için kişi estetiği de maneviyatı da bu etkinliklerde arama eğilimine sahiptir, çünkü ihtiyaç duyar.
- f) Macera: Her zaman yeni ve heyecan verici olanın peşinde olan kişiler aradıkları o macera duygusunu da rekreasyon çatısı altında katıldıkları aktivitelerin içerisinde bulabilirler (Tekin, Tekin ve Çalışır, 2017).

Toplumsal açıdan rekreasyon ihtiyacı

- a) Toplumsal dayanışma ve bütünleşme: Toplum içerisindeki mevcut yapı, o toplumun temelini oluşturan kişilerin birbirleri ile olan ilişkileri ve yaşam şartlarını devam ettirdikleri ortamları daha iyi koşullara taşıyabilmek adına ortaya koyulan mücadeleyle yakın ilişki içerisinde (Tekin ve diğerleri, 2017). Rekreasyon etkinliği olarak kabul edilen tüm aktiviteler, gruplar arası çatışmanın azalması için önemli bir rolü üstlenmektedir. Rekreasyon etkinlikleri kişinin hangi gruptan ya da etnik kökene bağlı olduğuna dikkate almadan bireylerin tanışmalarına, farklı gruplardan insanlarla dostluklar kurmalarına ve ortak amaçlar etrafında işbirliği yapmaları için bir fırsat niteliğindedir. Yani bir rekreasyon aktivitesine katıldığınız takdirde bir profesörle bir işçinin, bir fabrikatörle bir öğrencinin ya da bir tamirci, farklı ırklardan insanlarla farklı dinlere mensup insanların bir arada olduğunu görmek mümkündür. Çünkü rekreasyon sayesinde tüm bu insanlar aynı saflarda eşitlik altından yer alabilmektedir. Bu durum dayanışmayı ve bütünleşmeyi sağladığı kadar toplumun motivasyonunu da yüksek tutmak için bir araçtır. Öyle ki, gelişmiş ülkelerde bu olumlu birleşimin sağlanması için bu alanda çeşitli gençlik örgütlenmeleri gönüllü olarak kurulmuş ve hizmet vermeye başlamıştır (Karaküçük, 2014).

- b) Demokratik bir toplumun yaratılması: Rekreasyon kavramını tanımlarken değinilen özgür katılım ilkesi ve kişiye seçim hakkının tanınması, kişinin gerçek bir hazza/doyuma erişmesi, yaratıcı yanlarını gelişmesi ve demokrat hedeflere ulaşmaya yardımcı olur. Kişilerin rekreasyon etkinliklerinde elde edeceği bir takım kazanımlar ve belirli kurallar dahilinde yaşama, bu kurallara adapte olma ve uygulamada zorlanmama, başkalarına saygı duyarken o kişilerin haklarını da gözetme ve bu sayede medeni bir toplumun oluşumuna bu etkinlikler katkı sağlamaktadır. Tüm bu kazanımlara ek, bireysel tutumların birleşiminin sonucunda yurttaşlık bilincinin de geliştirilmesi muhtemel bir neticedir (Kılbaş, 2004).
- c) Sosyal uyumun sağlanması: Yukarıda da bahsedildiği üzere rekreasyon sosyal sınıf gözetmeksizin tüm katılımcıları çevreler. Rekreasyonun küçük, orta ve büyük denilebilecek her türden grubu içermesinden kaynaklı olarak belirli sosyal ilişkilerin ve iletişimin geliştirilebilmesi açısından bu türden faaliyetler en uygun ortamı katılımcılarına sunmaktadır (Tekin ve diğerleri, 2017).

2.4.4. Rekreasyonun yararları

Rekreasyonun en temelinde yatan fayda şüphesizdir ki yaşam kalitesi üzerinde sağladığı artırıcı etkililerdir. Bu etki çerçevesinde rekreasyon hem birey hem de toplum açısından pek çok kazanımın olduğu herkes tarafından kabul görmektedir. Rekreasyon aracılığıyla sağlanan faydalar hiç bir zaman tek taraflı gelişim sağlamaz. Yani bir etkinlikle aynı anda gerek bedensel, ruhsal, psikolojik gerekse toplumsal açıdan yarar elde etmek mümkündür. Bu sebeple rekreasyonun faydalarını kesin çizgilerle birbirlerinden ayırtırmak ya da gruplandırmak pek mümkün olmaz. Fakat rekreasyonun sağladığı faydaların daha net anlaşılması amacıyla fiziksel, psikolojik ve sosyal yararlar şeklinde ayrı ayrı irdelemek mümkündür. Rekreasyonun fizik, zihin, biliş ve sosyal açıdan kazanımlar sağladığı pek çok yerli/yabancı kaynaklı araştırmalarla ispatlanmıştır (Tütüncü, 2012).

Araştırmamızda da çeşitli kaynakların sınıflandırmaları ile elde edilen rekreasyonun yararları: fiziksel yararlar, psikolojik yararlar, bilişsel yararlar ve sosyal yararlar olmak üzere üç başlıkta incelenmiştir (Gül, 2020; Can, 2015; Arslan, 2013).

Fiziksel yararlar

- a) Obezite riskinde azalma
- b) Kronik hastalıklara ilişkin riskin azaltılması
- c) Kalp hastalıkları riskinde azalma
- d) Bağışıklık sisteminde güçlenme
- e) Yaşamsal beklentileri yükseltme

Psikolojik yararlar

- a) Depresyonu azaltma
- b) Stresi yönetimi
- c) Yaşam kalitesinin artırması
- d) Özsaygının artması
- e) Kişisel ve manevi gelişim
- f) Yaşam doyumunun artması

Bilişsel yararlar;

- a) Sosyal becerilerin gelişmesi
- b) Sorun çözme becerisinde gelişme
- c) Yaratıcılığı artırma

Sosyal yararlar

- a) Toplumu güçlendirme
- b) Suçu önleme ve suç oranlarını azaltma
- c) Gönüllülüğe teşvik etme
- d) Sosyal bağların güçlendirilmesi
- e) Aile bireylerini birleştirme
- f) Kültürel çeşitliliği artırma ve uyumu sağlama
- g) Engelli bireyleri destekleme
- h) Yaşlıları destekleme
- i) Olumsuz davranışlardan uzaklaşma

- j) Ekonomiye destekleme
- k) Çevre bilincini geliştirme

2.5. Gelecek Zaman Algısı

Gelecek zaman algısının temel araştırma alanı kişilerin geleceklere ilişkin tutumlarını ve bu tutuma bağlı etkenleri tespit etmektir. Gelecek zaman algısında, zaman konusunda kişilerin geleceklere ilişkin algıladıkları dün, bugün ve yarın arasında güçlü bir bağ vardır ve bütün olarak algıladıkları için karar verme safhasında dikkate alınan zamandır. Bu zamansal bağ insanın psikolojik süreçleriyle ilişiktir (Husman ve Shell, 2008). Özetle gelecek zaman algısı; kişinin belirli bir zaman aralığındaki mevcut psikolojik geleceğine ve geçmişine ilişkin görüşlerinin tümünü ifade etmektedir (Phan, Ngu ve McQueen, 2020).

2.5.1. Zamanın algılanması ve gelecek zaman algısı

Zamanın algılanmasına ilişkin konular her zaman araştırmacıların ilgi odağında olmuştur. Bu durumun en somut örneği, eski medeniyetlerin birbirinde farklı metotlarla zamanı algılama ve takvimleri oluşturma çabalarıdır. Her çağda merak konusu olan zamanın algılanması her boyutta yaşanmış, merak edilmiş ve bir çerçeveye oturtulmaya çalışılmıştır (Avşaroğlu, 2016).

Zaman, ilginç ve gizemli bir kavramdır. Bu ilginç ve gizemli olgunun algılanmasına yönelik Albert Einstein uzay ve zamanın, ayrılmaz bir şekilde dört boyutlu bir uzay-zaman sürekliliğinde birleştirildiğini savunur. Budist felsefe, geçmişin ve geleceğin olmadığı felsefi konumu tutar; sadece şimdiki an. Bu inanç, geçmiş olayları düşünmememiz, geleceği düşünmememiz ve planlamamamız gerektiği anlamına gelir. Aksine, Doğulu farkındalık ve meditatif uygulama anlayışlarıyla paralel olarak her şey burada ve şimdidir. Şimdiki anda yaşıyoruz. Yazarlar bu felsefi öncülü takdir ediyor, ancak kendi kişisel inançlarımızın, araştırma geliştirmemizin ve mesleki deneyimlerimizin Budist felsefesinden farklı olduğunu iddia ediyor ve modern zaman fiziğinin doğrusal olmasının önemini kabul ediyor ve kabul ediyoruz (Master, 2010).

Zamanın algılanmasına ilişkin Aristoteles'den Eflatun'a Gazali'den, Farabi'ye değin doğulu ve batılı pek çok filozof zamanı ve mekânı zihni ve akli veya fiziki ve varlıksal bir olgu

niteliğinde değerlendirmişlerdir. Aynı zamanda onları, insan ve varlıktan ayrı “mutlak bir varlık” olarak olgu ya da varlık türü şeklinde değerlendirmişlerdir. Bahsi geçen düşünürlerin dönemlerinde zaman ve mekân unsurları hesaplanmaksızın, fizik ya da metafizik olaylarının düşünülemeyeceği görüşü yaygındı. İnsanoğlu, kendisini bunlarla mutlak anlamda sınırlandırılmış gibi hissetmek mecburiyetindeydi. Fakat Einstein'ın izafiyet teorileri ile beraber klasik ve ortaçağın fiziğinin ve felsefesinin pek çok kavramları gibi zaman ve mekân kavramlarında da kökten sarsılma yaşanmıştır. Bu teoriyle artık, zaman ve mekân mutlak değil izafi (göreceli) olarak ortaya konulmuştur. Buradan da anlaşılabileceği üzere gerçek zaman ve mekânın bireysel farklılıklara dayalı biçimde değiştiği, bu konuda da onların ötesine geçilebileceği anlaşılmaktadır (Bayraktar, 1989).

Her çağda merak konusu olan zamana ilişkin algıların da bireysel farklılıklara bağlı değişiklik gösterdiği bilinmektedir ve bu algının gelecek zamana ilişkin olanının da tanımına yönelik görüşler çeşitlilik göstermektedir. Zimbardo ve Boyd (1999) gelecek zaman algısını, gelecekteki arzu edilen sonuçları öngörme, tahmin etme ve planlama kapasitesi olarak tanımlamışlardır. Avcı ve Erden'e (2009) göre ise gelecek zaman algısı bireyin yakın veya uzak gelecek zamana yönelik beklentilerinin, hedeflerinin o günkü eylemlerinin üzerindeki etkisi olarak tanımlamışlardır. Bu tanımlamalardaki gelecek zaman kavramı fiziksel zamanı tasvir edilerek karşımıza çıksa bile gelecek zaman algısının temelinde öznel bir yapısı olan psikolojik zaman ile ilişkili bir özellik yer almaktadır. Bu sebeple kişiler arasındaki gelecek zaman algısı farklılaşmaktadır. Başka bir deyişle kısa zaman algısı olan insanlar, daha uzun zaman algısı olanlara kıyasla on yıllık bir süreci değerlendirirken psikolojik açıdan daha uzak olarak algılayabilirler. Bu algı farklarından kaynaklı olarak, uzun gelecek zaman algısı olan kişilerin kendi gelecekleri için daha çok planı bulunmakla birlikte bu planlar daha uzun vadeli olarak kişide belirmektedir (Üstün ve diğerleri, 2016).

2.5.2. Zaman algısının gelişimi

Zamana ilişkin algı da tıpkı dil becerisi doğuştan sahip olunana yetenekler arasındadır. Bu zaman algısı, dil ile benzer biçimde sosyal etkileşimlerle gelişim gösterdiği için öğrenilmesi gerekli olan ve hayati bir kavramdır. Zaman, somut bir kavram olmadığı için çocukların yetişkinlik dönemlerine dek tam manada anlamaları mümkün değildir. Bu durumun iki nedeninin olduğu bilinmektedir; ilki, çocukların zamanla ilişkisi bulunmayan kavramları daha önce edinmesinden kaynaklanır. Diğer nedense zaman olgusunun mekân ve nicelik

kavramlarına benzer biçimde kendiliğinden gelişmeleridir. Birçok araştırmacı, çocukların zaman algılarının 5 ila 12 yaşları arasında gelişmekte olduğunu belirtmektedirler. Lakin erişkinlerin zaman anlayışları ve kullanım biçimlerinde çeşitlilik söz konusudur. Bu tarzdaki çeşitliğin kullanımı yaklaşık olarak 10 yaşlarındaki çocuklarda görülmeye başlar. Bir çocuk bireyin erken yaşlarından itibaren zamanı kavraması gününün belli zamanları ile bazı olayların arasındaki bağlantıyı anlamasını sağlamaktadır. Bu nedenden ötürü gelişen ülkelerde sürdürülen eğitim/öğretim sistemleri içerisinde çocukların zaman algısının gelişimine ilişkin planlamalar ve programlar dikkate alınmaktadır. Bu konuda verilebilecek en ideal örnek, ABD’de zaman olgusu için 3 temel kavram kategorize edilmiştir. Bunlar; saat, takvim ve kronoloji olarak sınıflandırabiliriz (Safran ve Şimşek, 2009).

2.5.3. Gelecek zaman algısının bireysel ve kültürel farklılıkları

Kişiler arasında gelecek zaman algılarına ilişkin bir takım farklılıklar olabilir. Bazı kimseler uzun ve derin bir gelecek zaman algısına sahip iken bazıları daha kısa gelecek zaman algısına sahiplerdir. Bunun beraberinde uzun süreli gelecek zaman algısı olan kişiler geleceklerindeki hedeflerinin çoğunluğunu uzak geleceği belirleme eğiliminde iken kısa gelecek zaman algısı olanlar daha yakın zamanda gerçekleştirebilecekleri gelecek hedeflerini tercih ederler (Simons, Vansteenkiste, Lens ve Lacante, 2004). Yani gelecek zaman algısı kişiden kişiye değişmektedir. Örneğin, iki aylık bir periyot bazı inşalara göre çok yakın bir zaman iken bazıları için çok uzak bir geleceği nitelendiriyor olabilir (Phan ve diğerleri, 2020).

Gelecek zaman algısındaki farklılıklar farklı değişkenlere göre de çeşitli sonuçlar doğurabilir. Bunlardan ilki cinsiyet bakımından bir farklılık olup olmadığıdır. Gjesme’nin (1979) yaptığı araştırma neticesinde cinsiyet değişkenine ilişkin gelecek zaman algısında büyük farklılıklar mevcuttur. Bu durumu açıkların kadınların ev, aile ve çocuk benzeri hususlara daha yoğun biçimde yönelerek geleceğe dair hayal kurarken, erkeklerde para kazanma ve kariyer yapma konularına ilişkin gelecekte beklenenlerinin olduğu yönünde sonuçlar tespit edilmiştir. Bu verilerin değişmesi için kadınların toplum genelinde daha etkin rol almaları ve toplumdaki kadın-erkek kavramlarının yarattığı hiyerarşik düzenin değişerek eşit düzeyde seyretmesi cinsiyetler arası gelecek zaman algısı arasındaki mevcut farkın azalacağını işaret etmektedir (Eagly ve Mitchell, 2004). Bazı araştırmalarda ise gelecek zaman algısıyla kişilerin sosyo-ekonomik durumları arasında bir ilişkinin olduğu rapor

edilmiştir. Bazı veriler ise gelecek zaman algısı ile sosyo-ekonomik seviye arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını işaret etmektedir (Boni ve Calabuig, 2017; Kaya, 2014).

Bireysel etkenlerin yanı sıra biyolojik ve kültürel etkenlerin de kişilerin gelecek zaman algılarını etkilediğini işarete den araştırmalar da konuyla ilgili literatürde mevcuttur (Greene ve DeBacker, 2004; McInerney, 2004). Shirai ve Beresneviciene'nin (2005) araştırmasında Japon, Belçikalı ve Litvanyalı genç bireylerin gelecek zaman algılarını tespit etme amacıyla karşılaştırmışlardır. Japon gençlerin günübirlik plan yapma eğilimine sahip bir kültürden gelmeleri, bu kişilerin bu gelecek algısı türünde Belçikalı ve Litvanyalı katılımcılara oranla yüksek düzeyde günlük plan eğilimli kişiler olduklarını işaret etmiştir. Nurmi, Poole ve Seginer (1995) ise Avustralyalı ve Finlandiyalı kişilerin geleceğe yönelik beklentileri konusunda bir çalışma gerçekleştirip, her iki gruptan kadın katılımcıların geleceklerindeki aile ve iş hayatlarına yönelik beklentilerinin her iki grupta yer alan erkeklere oranla daha yüksek ortalama puanlarda olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Dahası, bu araştırmada yer alan erkek katılımcıların anı yaşama eğilimli kişiler oldukları da tespit edilen anlamlı sonuçlar arasındadır. Seginer ve Halabi-Kheir'in (1998) araştırmalarında İsraili Yahudiler ve Araplar yer almıştır ve bu kişilerin gelecek zaman algıları karşılaştırmıştır. Sonuçlar incelendiğinde ise İsraili Yahudilerin sahip oldukları gelecek zaman algılarının batı kültüründen toplumların verdikleri yanıtlara benzer olduğunu, ancak İsraili Araplardan daha farklı oldukları belirlenmiştir.

2.5.4. Gelecek zaman algısının alt boyutları

Husman ve Shell (1996), gelecek zaman algısını açıklamak üzere beş alt boyutta açıkla yapmışlardır. Bunlar; “değer”, “genişlik”, “bağlılık”, “hız” ve “algılanan araçsallık” olarak adlandırılmıştır. Avcı ve Erden (2009) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Gelecek Zaman Algısı” sonucunda bu alt boyutlar 4'e indirilmiştir. Bunlar ise “değer”, “genişlik”, “bağlılık” ve “hız” olarak adlandırılmıştır.

Değer: Bu alt boyut kişinin uzak ya da yakın geleceğindeki hedeflerine verdiği değer olarak tanımlanmaktadır. İnsan hedeflerine ne kadar zaman harcadıysa o denli çaba sarf etmesi gerekmektedir ve hedeflerine yönelik verdiği değer duygusu da ne kadar ön plandaysa aynı oranda hedeflerine de bağlanır. Kişinin geleceğine ve hedeflerine vermiş olduğu değer o andaki zamanla paralel olarak kişinin yapısını da şekillendirir (Husman ve Shell, 1996).

Genişlik: Kişi ne kadar uzak gelecek için hedef tespiti yapıyorsa bu aralık kişinin gelecek zaman algısının genişlik alt boyutunu ifade eder. İnsanlar arasında çeşitli açıdan farklılıklar olduğu gibi gelecek zaman algıları da birbirinden farklıdır çünkü kişinin yakın ya da uzak gelecek için yaptıkları planlar da değişmektedir. Örneğin kimi insanlar hedeflerini bir yıllık periyotlarla yaparken kimileri bir ay sonrası için plan yapmayı tercih etmektedir. Bu durum da kişilerin gelecek algılarının genişliğini açıklanmaktadır (Husman ve Shell, 1996).

Bağlılık: Bağlılık alt boyutu, kişinin geleceğe yönelik hedeflerine ilişkin o andaki eylemleriyle arasındaki ilişkiyi ifade etmektedir. Bu gelecek hedefleri aracılığıyla kişi, daha fazla çaba harcamakta ve gelecekteki hedeflerine daha sistemli ve daha çabuk ulaşma fırsatı elde etmektedir (Avcı ve Erden, 2009).

Hız: Hız alt boyutu gelecek zaman algısına ilişkin kişilerin zamanının geçme hızını o kişinin nasıl algılandığıyla ilgilidir. Düzenli olarak hedefleri uğruna emek sarf eden kişilerin hedeflerine erişmek için zamanları çoktur. İşlerini her zaman son dakikaya kadar erteleyen kişilerse zamanın çok hızlı geçmiş olduğunu ve hedeflerine ulaşma adına az zamanı kalmış gibi hissederler (Gjesme, 1979).



3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Spor yöneticisi adaylarının gelecek zaman algılarının boş zaman yönetimine etkisinin incelendiği araştırma nicel yöntemle hazırlanmıştır. Betimsel araştırma modelinden yararlanılan araştırmada ilişkisel tarama modeli deseni kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini ortaya çıkarmayı hedeflemektedir (Karasar, 2013).

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2020-2021 akademik yılında Ankara ilindeki devlet üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültelerinin Spor Yöneticiliği Bölümünde öğrenim görmekte olan 383 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcıların yarısından fazlası erkek (%54,3), 4. Sınıf öğrencisi (%44,6), 4'lük sistem üzerinden 3.01 ila 3.50 arasında not ortalamasına sahip olan (%45,4), aylık geliri 0-750 TL arasında olan (%42,3), anne ve baba eğitim durumu çoğunlukla ilkokul mezunu (%60,6; %37,6) olan katılımcılar oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem grubu seçiminde kolay örnekleme yöntemi seçilmiştir. Katılımcılara ait demografik değişkenler Çizelge 3.1'de yer almaktadır.

Çizelge 3.1. Katılımcıların demografik değişkenlerine yönelik sıklık ve yüzdelik dağılımları

	Değişken	N=(383)	
		f	%
Cinsiyet	Erkek	208	54,3
	Kadın	175	45,7
Sınıf	1	79	20,6
	2	91	23,8
	3	42	11,0
	4	171	44,6
Akademik Başarı	2.01-2.50	53	13,8
	2.51-3.00	116	30,3
	3.01-3.50	174	45,4
	3.51-4.00	40	10,4
Aylık Gelir	0-750 TL	162	42,3
	751- 1500 TL	68	17,8
	1501-2500 TL	50	13,1
	2501-4000 TL	55	14,4
	4001 TL ve üzeri	48	12,5
Anne Eğitim Durumu	İlkokul	232	60,6
	Ortaokul	65	17,0
	Lise	51	13,3
Baba Eğitim Durumu	Üniversite	35	9,1
	İlkokul	144	37,6
	Ortaokul	96	25,1
	Lise	100	26,1
	Üniversite	43	11,2

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama sürecinde cinsiyet, sınıf, akademik başarı, aylık gelir düzeyi, anne ve baba eğitim durumunu içeren sorulardan oluşan kişisel bilgi formunun yanı sıra “Boş Zaman Yönetimi” ve “Gelecek Zaman Algısı” ölçekleri kullanılmıştır.

3.3.1. Boş zaman yönetimi ölçeği

Wang, Kao, Huan, Wu tarafından 2011 yılında geliştirilen, Akgül ve Karaküçük tarafından 2015 yılında Türkçe’ye uyarlanan Boş Zaman Yönetimi Ölçeği 15 madde ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçüm aracında yer alan 1-6 arasındaki maddeler amaç belirleme ve yöntem, 7-9 arasındaki maddeler değerlendirme, 10-12 arasındaki maddeler boş zaman tutumu ve 13-15 arasındaki maddeler ise programlama alt boyutunu oluşturmaktadır. Ölçüm aracı hiç katılmıyorum seçeneğinden tamamen katılıyorum seçeneğine uzanan 5’li Likert tipi bir yapıdadır. Ölçek maddeleri puanlanırken programlama alt boyutunda yer alan maddeler ters kodlanmaktadır. Boş zaman yönetimi ölçeğine yönelik iç güvenirlik katsayısı toplam puanlarda .84, amaç belirleme ve yöntem alt boyutunda .89, değerlendirme alt boyutunda .74, boş zaman tutumunda .78 ve programlama alt boyutunda ise .74 olarak belirlenmiştir.

3.3.2. Gelecek zaman algısı ölçeği

Husman ve Shell (1996) tarafından geliştirilen gelecek zaman algısı ölçeğinin Türkçe’ye uyarlaması Avcı ve Erden tarafından 2009 yılında gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda 27 maddeden oluşan ölçüm aracı Türkçe literatüre kazandırılmıştır. Ölçeğin, bağlılık (12 madde), değer (7 madde), genişlik (5 Madde) ve hız (3 Madde) olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır. Gelecek algısı ölçeği toplam puanları için iç güvenirlik katsayısı .74, bağlılık alt boyutu için .88, değer alt boyutu için .70, genişlik alt boyutu için .72, hız alt boyutu için .70 olarak belirlenmiştir.

3.4. Verilerin Toplanması

Veriler 2020-2021 eğitim öğretim yılında Ankara ilinde Spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören 403 öğrenciden ilgili sınıfların sosyal medya gruplarına ulaşılarak Google Forms yöntemiyle online olarak toplanmıştır. Elde edilen veriler incelenmiş ve 383 katılımcıya ait veri araştırmaya dâhil edilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin dağılımları Kolmogorov Smirnov Shaphiro Wilk ve Skewness Kurtosis testleriyle incelenmiş, yapılan analizler verilerin sonucu verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiş (Tabachnick ve Fidell, 2013) ve analizler parametrik testler ile gerçekleştirilmiştir.

Verilerin elde edilme aşamasında değişkenler kategorik olarak sınıflandırılmış, bu yönde toplanan demografik verilere yönelik analizler betimsel istatistikler yüzde ve frekans hesaplamalarıyla Çizelge 3.1’de verilmiştir. Değişkenler ile veri toplama araçları arasında yapılan analizlerde ise ikili grup karşılaştırmaları bağımsız örneklem T testiyle ve üç ve üzeri grup karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile gerçekleştirilmiştir. Grup içi farklılıklar post hoc testleriyle değerlendirilirken, Tukey (HSD) testlerinden yararlanılmıştır. Spor yöneticiliği öğrencilerinin gelecek zaman algılarının boş zaman yönetimine etkisinin ve ilişkisinin incelenmesi üzere pearson korelasyon analizi ve regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan analizler SPSS 22 Paket Programı ve Excel Veri Tabanı ile gerçekleştirilmiştir.



4. BULGULAR

Çizelge 4.1. Ölçüm araçlarına dair aritmetik ortalama, standart sapma ve basıklık çarpıklık değerleri

	N=(383)					
	Min.	Max.	$\bar{x}$	s	Skewness	Kurtosis
Boş Zaman Yönetimi	1,80	5,00	3,76	0,65	-0,416	-0,042
Amaç Belirleme ve Yöntem	1,00	5,00	3,69	0,95	-0,520	-0,131
Değerlendirme	1,00	5,00	3,80	0,87	-0,609	0,305
Boş Zaman Tutumu	1,00	5,00	4,14	0,92	-1,027	0,391
Programlama	1,00	5,00	3,48	1,11	-0,568	-0,420
Gelecek Zaman Algısı	2,04	4,67	3,55	0,45	-0,047	-0,135
Bağlılık	1,42	5,00	3,94	0,80	-0,551	-0,714
Değer	1,29	5,00	3,37	0,68	-0,239	0,086
Hız	1,00	5,00	3,28	1,08	-0,144	-0,820
Genişlik	1,00	5,00	3,04	0,78	-0,007	0,180

Çizelge 4.1’de yer alan boş zaman yönetimi ve gelecek zaman algısı ölçeklerine dair aritmetik ortalama, standart sapma ve basıklık çarpıklık değerleri incelendiğinde katılımcıların ortalama düzeyde boş zaman yönetimi ($3,76 \pm 0,65$) ve gelecek zaman algısı ($3,55 \pm 0,45$) ortaya koydukları belirlenmiştir. Katılımcılar boş zaman yönetimi ölçeğinde en yüksek alt boyut puanını boş zaman tutumu alt boyutunda ($4,14 \pm 0,92$) elde ederken, en düşük alt boyut puanını ise programlama alt boyutundan almışlardır ($3,48 \pm 1,11$). Gelecek zaman ölçeği incelendiğinde en yüksek alt boyut puanı bağlılık alt boyutunda iken ($3,94 \pm 0,80$), en düşük alt boyut puanı ise genişlik alt boyutunda yer almaktadır ($3,04 \pm 0,78$).

Çizelge 4.2. Boş zaman yönetimi ölçeği ile cinsiyet değişkeni arasındaki bağımsız örneklem T testi sonuçları

	N=(383)					
	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	s	t	p
Boş Zaman Yönetimi	Erkek	208	3,80	0,66	1,431	0,153
	Kadın	175	3,71	0,64		
Amaç belirleme ve yöntem	Erkek	208	3,80	0,96	2,367	0,018*
	Kadın	175	3,57	0,93		
Değerlendirme	Erkek	208	3,85	0,86	1,293	0,197
	Kadın	175	3,74	0,89		
Boş zaman tutumu	Erkek	208	4,16	0,90	0,647	0,518
	Kadın	175	4,10	0,95		
Programlama	Erkek	208	3,40	1,21	-1,373	0,171
	Kadın	175	3,56	0,99		

p<0.05

Spor yöneticiliği öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre boş zaman yönetiminin incelendiği Çizelge 4.2’de BZY’nin cinsiyete göre farklılaştığı görülmektedir. Buna göre BZY alt boyutlarından olan amaç belirleme ve yöntem alt boyutu ile cinsiyet arasındaki anlamlı farklılıkta erkeklerin, kadınlara oranla daha yüksek puanlar ortaya koyduğu görülmektedir.

($t=2,367$; $p<0,018$). BZY alt boyutlarından olan programlama alt boyutunda ise kadınların, erkeklere oranla daha yüksek puanlar ortaya koyduğu görülmektedir ($t=-1,373$; $p<0,171$).

Çizelge 4.3. Gelecek zaman algısı ölçekleri ile cinsiyet değişkeni arasındaki bağımsız örneklem T testi sonuçları

		N=(383)				t	p
Gelecek Zaman Algısı		Cinsiyet	n	$\bar{x}$	s		
		Erkek	208	3,51	0,48	-1,756	0,080
		Kadın	175	3,60	0,40		
Bağlılık		Erkek	208	3,85	0,85	-2,374	0,018*
		Kadın	175	4,05	0,73		
Değer		Erkek	208	3,41	0,70	1,276	0,203
		Kadın	175	3,32	0,66		
Hız		Erkek	208	3,19	1,05	-1,871	0,062
		Kadın	175	3,39	1,10		
Genişlik		Erkek	208	3,05	0,84	0,353	0,725
		Kadın	175	3,02	0,70		

$p<0,05$

Cinsiyet değişkenine göre gelecek zaman algılarının incelendiği Çizelge 4.3'te gelecek zaman algısının cinsiyete göre farklılaştığı görülmektedir. GZA ölçeği alt boyutlarından bağlılık alt boyutu ($t=-2,374$; $p<0,018$) ve hız alt boyutu ($t=-1,871$; $p<0,062$) ile cinsiyet değişkeni arasındaki istatistiksel olarak anlamlı farklılıkta kadın katılımcıların daha yüksek bağlılık düzeyi sergiledikleri görülmektedir.

Çizelge 4.4. Boş zaman yönetimi ölçeği ile sınıf değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

		N=(383)				F	p	Tukey
		Sınıf	n	$\bar{x}$	s			
Boş Zaman Yönetimi	1. sınıf	79	3,62	0,65	3,758	0,011*		1<4 2<4
	2.sınıf	91	3,68	0,66				
	3. sınıf	42	3,69	0,70				
	4. sınıf	171	3,88	0,62				
	Toplam	383	3,76	0,65				
Amaç Belirleme ve Yöntem	1. sınıf	79	3,60	1,01	1,609	0,187		
	2.sınıf	91	3,58	0,94				
	3. sınıf	42	3,61	1,00				
	4. sınıf	171	3,81	0,91				
	Toplam	383	3,69	0,95				
Değerlendirme	1. sınıf	79	3,69	0,94	1,917	1,126		
	2.sınıf	91	3,79	0,89				
	3. sınıf	42	3,60	0,86				
	4. sınıf	171	3,90	0,83				
	Toplam	383	3,80	0,87				
Boş zaman tutumu	1. sınıf	79	3,81	1,05	5,239	0,001*		1<3 1<4
	2.sınıf	91	4,08	0,94				
	3. sınıf	42	4,23	0,95				
	4. sınıf	171	4,29	0,80				
	Toplam	383	4,14	0,92				
Programlama	1. sınıf	79	3,39	1,00	1,044	0,373		
	2.sınıf	91	3,38	1,05				
	3. sınıf	42	3,40	1,15				
	4. sınıf	171	3,59	1,18				
	Toplam	383	3,48	1,11				

$p<0,05$

Katılımcıların sınıf değişkeni ile BZY ve GZA ölçekleri arasındaki ANOVA testi bulguları incelendiğinde BZY ölçeği toplam puanlarında ($F=3,758; p<0,011$) ve BZY ölçeği alt boyutlarından boş zaman tutumu alt boyutu ($F=5,239; p<0,001$) ile sınıf değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Yapılan Post Hoc testleri 1. Sınıf, 2. Sınıf, 3. Sınıf ve 4. Sınıf grupları arasında anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Tüm anlamlı farklılıkların 4. sınıf öğrencilerinin boş zaman yönetimi diğer sınıflar göre daha olumlu olduğunu göstermektedir. Bulgular 1. Sınıfların ise daha düşük boş zaman yönetimi düzeyi sergiledikleri yönündedir. Dolayısıyla sınıf düzeyi arttıkça boş zaman yönetiminin olumlu gelişim gösterdiği söylenebilir.

Çizelge 4.5. Gelecek zaman algısı ölçeği ile sınıf değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

		N=(383)						
	Sınıf	n	$\bar{x}$	s	F	p	Tukey	
Gelecek Zaman Algısı	1. sınıf	79	3,59	0,49	1,665	0,174		
	2.sınıf	91	3,46	0,43				
	3. sınıf	42	3,55	0,36				
	4. sınıf	171	3,58	0,45				
	Toplam	383	3,55	0,45				
Bağlılık	1. sınıf	79	4,00	0,85	1,160	0,325		
	2.sınıf	91	3,81	0,82				
	3. sınıf	42	3,93	0,72				
	4. sınıf	171	3,98	0,79				
	Toplam	383	3,94	0,80				
Değer	1. sınıf	79	3,35	0,66	0,770	0,511		
	2.sınıf	91	3,29	0,59				
	3. sınıf	42	3,37	0,60				
	4. sınıf	171	3,42	0,75				
	Toplam	383	3,37	0,68				
Hız	1. sınıf	79	3,29	1,08	0,813	0,487		
	2.sınıf	91	3,17	0,99				
	3. sınıf	42	3,16	1,10				
	4. sınıf	171	3,36	1,12				
	Toplam	383	3,28	1,08				
Genişlik	1. sınıf	79	3,09	0,70	0,467	0,705		
	2.sınıf	91	3,05	0,74				
	3. sınıf	42	3,10	0,62				
	4. sınıf	171	2,99	0,86				
	Toplam	383	3,04	0,78				

$p<0,05$

Gelecek zaman algısı ölçeği ile sınıf değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmemiştir.

Çizelge 4.6. Boş zaman yönetimi ölçeği ile akademik başarı değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

N=(383)							
	Ortalama	n	$\bar{x}$	s	F	p	Tukey
Boş Zaman Yönetimi	2.01-2.50 ¹	53	3,55	0,54	7,096	0,000*	1<2<3<4
	2.51-3.00 ²	116	3,61	0,73			
	3.01-3.50 ³	174	3,87	0,60			
	3.51-4.00 ⁴	40	3,97	0,62			
	Toplam	383	3,76	0,65			
Amaç Belirleme ve Yöntem	2.01-2.50 ¹	53	3,45	0,92	6,595	0,000*	1<2<3<4
	2.51-3.00 ²	116	3,46	1,04			
	3.01-3.50 ³	174	3,86	0,86			
	3.51-4.00 ⁴	40	3,96	0,94			
	Toplam	383	3,69	0,95			
Değerlendirme	2.01-2.50 ¹	53	3,66	0,87	4,889	0,002*	2<1<3<4
	2.51-3.00 ²	116	3,60	0,96			
	3.01-3.50 ³	174	3,91	0,80			
	3.51-4.00 ⁴	40	4,10	0,80			
	Toplam	383	3,80	0,87			
Boş zaman tutumu	2.01-2.50	53	4,05	0,90	0,553	0,646	
	2.51-3.00	116	4,08	0,96			
	3.01-3.50	174	4,18	0,94			
	3.51-4.00	40	4,24	0,76			
	Toplam	383	4,14	0,92			
Programlama	2.01-2.50	53	3,16	1,01	1,044	0,132	
	2.51-3.00	116	3,45	1,15			
	3.01-3.50	174	3,56	1,11			
	3.51-4.00	40	3,59	1,09			
	Toplam	383	3,48	1,11			

p<0.05

Spor yöneticiliği öğrencilerinin akademik ortalamaları ve dolayısıyla akademik başarıları ile BZY ölçeği arasındaki ANOVA testi sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Buna göre; BZY toplam puanları (F= 7,096; p<0,000), amaç belirleme ve yöntem (F=6,595; p<0,000) ve değerlendirme (F= 4,889; p<0,002) alt boyutlarında ortaya çıkan anlamlı farklılıklara yönelik grup içi farklılıklar post hoc analizleriyle test edilmiştir. Analizler grup içi farklılıkların tüm gruplar arasında olduğunu gösterirken, en düşük ortalamaya sahip öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin en yüksek ortalamaya sahip öğrencilere oranla daha düşük olduğu görülmektedir.

Çizelge 4.7. Gelecek zaman algısı ölçeği ile akademik başarı değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

N=(383)							
	Ortalama	n	$\bar{x}$	s	F	p	Tukey
Gelecek Zaman Algısı	2.01-2.50 ¹	53	3,42	0,48	6,680	0,000*	1<2<3<4
	2.51-3.00 ²	116	3,45	0,43			
	3.01-3.50 ³	174	3,64	0,43			
	3.51-4.00 ⁴	40	3,66	0,43			
	Toplam	383	3,55	0,45			

Çizelge 4.7. (devam). Gelecek zaman algısı ölçeği ile akademik başarı değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

	N=(383)					F	p	Tukey
	Ortalama	n	$\bar{x}$	s				
Bağlılık	2.01-2.50 ¹	53	3,67	0,83	5,981	0,001*	1<2<4<3	
	2.51-3.00 ²	116	3,78	0,83				
	3.01-3.50 ³	174	4,09	0,76				
	3.51-4.00 ⁴	40	4,07	0,74				
	Toplam	383	3,94	0,80				
Değer	2.01-2.50	53	3,31	0,60	0,674	0,569		
	2.51-3.00	116	3,33	0,61				
	3.01-3.50	174	3,39	0,77				
	3.51-4.00	40	3,48	0,58				
	Toplam	383	3,37	0,68				
Hız	2.01-2.50 ¹	53	2,96	1,02	6,154	0,000*	1<2<3<4	
	2.51-3.00 ²	116	3,05	1,06				
	3.01-3.50 ³	174	3,47	1,09				
	3.51-4.00 ⁴	40	3,54	0,97				
	Toplam	383	3,28	1,08				
Genişlik	2.01-2.50	53	3,22	0,72	1,214	0,304		
	2.51-3.00	116	3,05	0,76				
	3.01-3.50	174	2,99	0,80				
	3.51-4.00	40	2,98	0,81				
	Toplam	383	3,04	0,78				

p<0.05

Gelecek zaman algısı ve akademik ortalama değişkeni arasındaki anlamlı farklılıklar toplam puanlarda ($F=6,680$; $p<0,000$), bağıllık alt boyutunda ($F=5,981$; $p<0,001$) ve hız alt boyutunda ($F=6,154$; $p<0,000$) ortaya çıkmaktadır. BZY ölçeğinde yer alan sonuçlarla benzer şekilde grup içi farklılıklar tüm gruplar arasındadır ve akademik başarı düzeyi arttıkça gelecek zaman algısında da paralel olarak olumlu görünüm sağlandığı söylenebilir.

Çizelge 4.8. Boş zaman yönetimi ile aylık gelir değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

		N=(383)						
	Aylık Gelir	n	$\bar{x}$	s	F	p	Tukey	
Boş Zaman Yönetimi	0-750 TL ¹	162	3,64	0,66	3,395	0,010*	1<3<2	
	751- 1500 TL	68	3,72	0,60				
	1501-2500 TL	50	3,84	0,54				
	2501-4000 TL ²	55	3,95	0,62				
	4001 TL ve üzeri ³	48	3,91	0,75				
	Toplam	383	3,76	0,65				
Amaç Belirleme ve Yöntem	0-750 TL ¹	162	3,53	0,99	3,066	0,017*	1<2	
	751- 1500 TL	68	3,71	0,85				
	1501-2500 TL	50	3,71	0,74				
	2501-4000 TL ²	55	4,02	0,91				
	4001 TL ve üzeri	48	3,81	1,12				
	Toplam	383	3,69	,95				

Çizelge 4.8. (devam). Boş zaman yönetimi ile aylık gelir değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

	N=(383)				F	p	Tukey
	Aylık Gelir	n	$\bar{x}$	s			
Değerlendirme	0-750 TL	162	3,68	,89	2,850	0,024*	1<2
	0-750 TL ¹	68	3,76	0,84			
	751- 1500 TL	50	3,74	0,75			
	1501-2500 TL	55	4,09	0,92			
	2501-4000 TL ²	48	3,97	0,87			
	Toplam	383	3,80	0,87			
Boş zaman tutumu	0-750 TL ¹	162	3,99	1,01	3,560	0,007*	1<2
	751- 1500 TL	68	4,03	0,98			
	1501-2500 TL	50	4,25	0,77			
	2501-4000 TL	55	4,31	0,77			
	4001 TL ve üzeri ²	48	4,47	0,70			
	Toplam	383	4,14	0,92			
Programlama	0-750 TL	162	3,48	0,92	1,304	0,268	
	751- 1500 TL	68	3,37	1,06			
	1501-2500 TL	50	3,77	1,14			
	2501-4000 TL	55	3,32	1,41			
	4001 TL ve üzeri	48	3,48	1,32			
	Toplam	383	3,48	1,11			

p<0.05

Çizelge 4.8’de yer alan boş zaman yönetimi ve gelecek zaman algısı ölçekleri ile aylık gelir değişkeni arasındaki analiz sonuçları, katılımcıların aylık gelirine göre boş zaman yönetimlerinde ve gelecek zaman algılarında farklılık olduğu yönündedir. Buna göre tüm alt boyutlarda ve toplam BZY puanlarında aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. Post Hoc analizlerinde elde edilen bulgular 0-750 ve 751-1500 TL arasında aylık geliri olan grubun diğer gelir gruplarına oranla daha düşük BZY düzeyi sergilediklerini göstermektedir.

Çizelge 4.9. Gelecek zaman algısı ölçeği ile aylık gelir değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

	N=(383)				F	p	Tukey
	Aylık Gelir	n	$\bar{x}$	s			
Gelecek Zaman Algısı	0-750 TL	162	3,57	0,44	6,680	0,674	
	751- 1500 TL	68	3,57	0,44			
	1501-2500 TL	50	3,47	0,45			
	2501-4000 TL	55	3,53	0,48			
	4001 TL ve üzeri	48	3,55	0,46			
	Toplam	383	3,55	0,45			
Bağlılık	0-750 TL	162	4,02	0,71	0,783	0,537	
	751- 1500 TL	68	3,90	0,82			
	1501-2500 TL	50	3,82	0,83			
	2501-4000 TL	55	3,89	0,86			
	4001 TL ve üzeri	48	3,90	0,97			
	Toplam	383	3,94	0,80			

Çizelge 4.9. (devam) Gelecek zaman algısı ölçeği ile aylık gelir değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

	Aylık Gelir	N=(383)			F	p	Tukey
		n	$\bar{x}$	s			
Değer	0-750 TL	162	3,38	0,71	0,048	0,996	
	751- 1500 TL	68	3,35	0,64			
	1501-2500 TL	50	3,35	0,71			
	2501-4000 TL	55	3,39	0,70			
	4001 TL ve üzeri	48	3,36	0,63			
	Toplam	383	3,37	0,68			
Hız	0-750 TL	162	3,25	1,05	0,174	0,952	
	751- 1500 TL	68	3,27	0,92			
	1501-2500 TL	50	3,40	1,17			
	2501-4000 TL	55	3,29	1,19			
	4001 TL ve üzeri	48	3,26	1,20			
	Toplam	383	3,28	1,08			
Genişlik	0-750 TL ¹	162	2,97	0,68	3,017	0,018*	2<1<3
	751- 1500 TL	68	3,27	0,68			
	1501-2500 TL ²	50	2,84	0,72			
	2501-4000 TL	55	3,00	0,98			
	4001 TL ve üzeri ³	48	3,18	0,93			
	Toplam	383	3,04	0,78			

p<0.05

Aylık gelire göre GZA alt boyutlarından genişlik alt boyutunda ortaya çıkan anlamlı farklılık post hoc testleriyle incelenmiş, grup içi farklılıkların 1500 ila 2500 TL arasında aylık geliri olan katılımcıların 0-750 TL, 751-1500 TL, 2501-4000 TL ve 4001 TL ve üzeri aylık geliri olan katılımcılara oranla daha düşük gelecek zaman algısı ortaya koyduklarını gösterir nitelikte olduğu saptanmıştır.

Çizelge 4.10. Boş zaman yönetimi ölçeği ile anne eğitim durumu değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

	Anne Eğitim Durumu	N=(383)			F	p
		n	$\bar{x}$	s		
Boş Zaman Yönetimi	İlkokul	232	3,74	0,68	2,025	0,110
	Ortaokul	65	3,84	0,58		
	Lise	51	3,62	0,61		
	Üniversite	35	3,93	0,64		
	Toplam	383	3,76	0,65		
	İlkokul	232	3,69	0,97	2,241	0,083
Amaç Belirleme ve Yöntem	Ortaokul	65	3,74	0,84		
	Lise	51	3,45	0,94		
	Üniversite	35	3,99	0,97		
	Toplam	383	3,69	0,95		
	İlkokul	232	3,73	0,92	1,985	0,116
Değerlendirme	Ortaokul	65	3,85	0,81		
	Lise	51	3,82	0,77		
	Üniversite	35	4,11	0,79		
	Toplam	383	3,80	0,87		

Çizelge 4.10. (devam) Boş zaman yönetimi ölçeği ile anne eğitim durumu değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

N=(383)						
	Anne Eğitim Durumu	n	$\bar{x}$	s	F	p
Boş zaman tutumu	İlkokul	232	4,12	0,89	1,235	0,297
	Ortaokul	65	4,31	0,96		
	Lise	51	3,98	0,92		
	Üniversite	35	4,11	1,05		
	Toplam	383	4,14	0,92		
Programlama	İlkokul	232	3,47	1,11	0,261	0,854
	Ortaokul	65	3,56	1,12		
	Lise	51	3,37	1,07		
	Üniversite	35	3,48	1,21		
	Toplam	383	3,48	1,11		

p<0.05

Katılımcıların anne eğitim durumları ile boş zaman yönetimleri arasında yapılan tek yönlü varyans analizi ANOVA bulguları incelendiğinde anne eğitim durumu ile boş zaman yönetimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı belirlenmiştir.

Çizelge 4.11. Boş zaman yönetimi ve gelecek zaman algısı ölçekleri ile anne eğitim durumu değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

N=(383)						
	Anne Eğitim Durumu	n	$\bar{x}$	s	F	p
Gelecek Zaman Algısı	İlkokul	232	3,56	0,48	0,291	0,832
	Ortaokul	65	3,55	0,46		
	Lise	51	3,58	0,37		
	Üniversite	35	3,49	0,35		
	Toplam	383	3,55	0,45		
Bağlılık	İlkokul	232	3,97	0,80	0,368	0,777
	Ortaokul	65	3,87	0,81		
	Lise	51	3,91	0,72		
	Üniversite	35	3,87	0,91		
	Toplam	383	3,94	0,80		
Değer	İlkokul	232	3,36	0,69	0,701	0,552
	Ortaokul	65	3,41	0,68		
	Lise	51	3,45	0,62		
	Üniversite	35	3,25	0,72		
	Toplam	383	3,37	0,68		
Hız	İlkokul	232	3,33	1,04	0,696	0,555
	Ortaokul	65	3,12	1,07		
	Lise	51	3,28	1,23		
	Üniversite	35	3,23	1,14		
	Toplam	383	3,28	1,08		
Genişlik	İlkokul	232	2,97	0,75	1,682	0,170
	Ortaokul	65	3,20	0,72		
	Lise	51	3,12	0,71		
	Üniversite	35	3,05	1,06		
	Toplam	383	3,04	0,78		

p<0.05

Katılımcıların anne eğitim durumları ile gelecek zaman algıları arasında yapılan tek yönlü varyans analizi ANOVA bulguları incelendiğinde anne eğitim durumu ile GZA arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı belirlenmiştir.

Çizelge 4.12. Boş zaman yönetimi ölçeği ile baba eğitim durumu değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

N=(383)							
	Baba Eğitim Durumu	n	$\bar{x}$	s	F	p	Tukey
Boş Zaman Yönetimi	İlkokul	144	3,75	0,68	3,172	0,024*	2<1
	Ortaokul ¹	96	3,90	0,63			
	Lise ²	100	3,61	0,63			
	Üniversite	43	3,79	0,60			
	Toplam	383	3,76	0,65			
Amaç Belirleme ve Yöntem	İlkokul	144	3,74	0,99	3,348	0,019*	2<1
	Ortaokul ¹	96	3,84	0,91			
	Lise ²	100	3,44	0,95			
	Üniversite	43	3,75	0,82			
	Toplam	383	3,69	0,95			
Değerlendirme	İlkokul	144	3,80	0,95	0,876	0,453	
	Ortaokul	96	3,86	0,91			
	Lise	100	3,69	0,79			
	Üniversite	43	3,91	0,70			
	Toplam	383	3,80	0,87			
Boş zaman tutumu	İlkokul	144	4,07	0,95	1,271	0,284	
	Ortaokul	96	4,29	0,84			
	Lise	100	4,10	0,91			
	Üniversite	43	4,07	1,03			
	Toplam	383	4,14	0,92			
Programlama	İlkokul	144	3,41	1,16	1,216	0,304	
	Ortaokul	96	3,66	1,03			
	Lise	100	3,40	1,14			
	Üniversite	43	3,45	1,05			
	Toplam	383	3,48	1,11			

p<0.05

Baba eğitim durumu ve BZY arasındaki ANOVA testi bulguları katılımcıların babalarının eğitim durumlarının BZY düzeyini farklılaştırdığı belirlenmiştir. Buna göre boş zaman yönetimi ölçeği toplam puanlarında (F=3,172; p<0,024) ve amaç belirleme ve yöntem alt boyutunda (F=3,348; p<0,019) ortaya çıkan anlamlı farklılıkların ortaokul mezunu ve lise mezunu olan grup arasında olduğu belirlenmiştir. Grup içi farklılıklar incelendiğinde babaları ortaokul mezunu olan grubun daha yüksek BZY düzeyi sergiledikleri saptanmıştır.

Çizelge 4.13. Gelecek zaman algısı ölçeği ile baba eğitim durumu değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi ANOVA testi sonuçları

		N=(383)						
		Baba eğitim durumu	n	$\bar{x}$	s	F	p	Tukey
Gelecek Zaman Algısı	İlkokul	144	3,59	0,48	0,786	0,502		
	Ortaokul	96	3,55	0,46				
	Lise	100	3,50	0,43				
	Üniversite	43	3,54	0,36				
	Toplam	383	3,55	0,45				
Bağlılık	İlkokul	144	4,02	0,83	1,290	0,278		
	Ortaokul	96	3,98	0,76				
	Lise	100	3,83	0,81				
	Üniversite	43	3,86	0,75				
	Toplam	383	3,94	0,80				
Değer	İlkokul	144	3,41	0,70	0,231	0,875		
	Ortaokul	96	3,34	0,68				
	Lise	100	3,35	0,59				
	Üniversite	43	3,34	0,82				
	Toplam	383	3,37	0,68				
Hız	İlkokul ¹	144	3,39	1,12	2,955	0,032*	2<1	
	Ortaokul	96	3,28	1,06				
	Lise ²	100	3,03	0,98				
	Üniversite	43	3,49	1,12				
	Toplam	383	3,28	1,08				
Genişlik	İlkokul	144	2,93	0,85	2,407	0,067		
	Ortaokul	96	3,00	0,65				
	Lise	100	3,20	0,79				
	Üniversite	43	3,11	0,71				
	Toplam	383	3,04	0,78				

p<0.05

Baba eğitim durumu GZA arasındaki ANOVA testi bulguları katılımcıların babalarının eğitim durumlarının GZA düzeyini farklılaştırdığı belirlenmiştir. Gelecek zaman algısı ve baba eğitim durumu arasındaki anlamlı farklılığın hız alt boyutunda babaları üniversite mezunu katılımcıların GZA düzeylerinin yüksek olduğu gözlemlenmektedir (F=2,955; p<032). Grup içi farklılıkların babaları ilkokul mezunu olan ve lise mezunu olan katılımcılar arasında olduğu görülmektedir. Babası ilkokul mezunu olan öğrencilerin lise mezunu olan öğrencilere nazaran daha yüksek gelecek zaman algısı ortaya koyduğu belirlenmiştir.

Çizelge 4.14. Boş zaman yönetimi ve gelecek zaman algısı ölçekleri arasındaki pearson korelasyon analizi sonuçları

Boş Zaman Yönetimi	1									
Amaç Belirleme ve Yöntem	.872**	1								
Değerlendirme	.797**	.729**	1							
Boş Zaman Tutumu	.545**	.283**	.362**	1						
Programlama	.374**	.051	.015	.006	1					
Gelecek Zaman Algısı	.310**	.206**	.171**	.154**	.299**	1				
Bağlılık	.328**	.161**	.145**	.157**	.447**	.834**	1			
Hız	.056	.092	.097	.016	-.082**	.516**	.056	1		
Değer	.314**	.212**	.171	.072	.367**	.519**	.574**	-.118**	1	
Genişlik	-.173 **	-.044**	-.087**	.015	-.379**	-.004**	-.416**	.342**	-.483**	1

p<0,05*; p<0,01*

Boş zaman yönetimi ve gelecek zaman algısı ölçekleri arasındaki ilişkinin belirlendiği Çizelge 4.14 incelendiğinde toplam GZA ve BZY puanları arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde ilişki olduğu ($r=.310$) görülmektedir. Amaç belirleme ve yöntem, değerlendirme, boş zaman tutumu ve programlama alt boyutları ile GZA arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde ilişki olduğu ($r=.206$; $r=.171$; $r=.154$; $r=.299$) belirlenmiştir. GZA ölçeğinin Genişlik alt boyutunda ise BZY toplam puan, amaç belirleme ve yöntem, değerlendirme, programlama, GZA toplam, bağlılık ve değer alt boyutlarında negatif yönlü orta düzey ilişki tespit edilmiştir.

Çizelge 4.15. Boş zaman yönetimi ve gelecek zaman algısı ölçekleri arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları

	B	Std. Error	β	t	p	Zero-order r	Partial r
Constant	2,638	,136		19,44	,000		
Amaç belirleme ve yöntem	,069	,033	,146	2,080	,038*	,206	,106
Değerlendirme	,012	,037	,023	0,321	,749	,171	,016
Boş zaman tutumu	,050	,025	,103	2,014	,045	,154	,103
Programlama	,118	,019	,290	6,061	,000*	,299	,298
R=0,370							
R ² = 0,137							
F _(14,944) =0,000	p<0,001						

Bağımlı değişken: Gelecek zaman algısı

Gelecek zaman algısının boş zaman yönetimi üzerindeki etkisinin belirlendiği çoklu regresyon analizi bulguları incelendiğinde gelecek zaman algısının amaç belirleme ve yöntem alt boyutu ($\beta = 0,069$, $t = 2,080$; $p < 0.05$) ile programlama alt boyutunu ($\beta = 0,118$, $t = 6,061$; $p < 0.01$) anlamlı biçimde yordadığı belirlenmiştir. Elde edilen bulguya göre gelecek zaman algısının boş zaman yönetimini açıklamada etkili olduğu değerlendirilmektedir. Buna göre; 4 değişken üzerinden toplam varyansın %14 açıklandığı belirlenmiştir.



5. TARTIŞMA

Üniversite öğrencileri üzerine yapılan pek çok araştırmanın, boş zaman yönetimlerine hâkim olduklarını işaret ettiği düşünülürken, bir takım çalışmanın sonucunda ise boş zaman yönetimi konusunda yeterli bilgi sahibi olmadıkları ya da pasif faaliyetlere dâhil oldukları düşünülmektedir (Demir ve Alpullu, 2020). Literatürdeki çalışmaların çeşitliliği kadar elde edilen sonuçların da çeşitliliği gelecek zaman algısı değişkenini konu edinen araştırmalarda da mevcuttur. Spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinin örneklemini oluşturduğu bazı çalışmaların sonucunda, bahsi geçen öğrencilerin gelecek zaman algılarının yüksek olduğu kadar düşük olduğu verilerle karşılaşmak da mümkündür (Demirel ve diğerleri, 2016; Yıldız, Şekerci ve Kırtepe, 2020). Bu hususta araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulguların konu ile ilgili literatürde yer alan çeşitli araştırmalar ışığında tartışılmasına yer verilmiştir.

Araştırma grubunun cinsiyet değişkenine göre boş zaman yönetiminin incelendiği verilerde cinsiyet değişkenine ilişkin farklılık tespit edilmiştir. Buna göre BZY ölçeğinin alt boyutlarından olan amaç belirleme ve yöntem alt boyutunda erkek katılımcıların ortalama puanları kadınlara oranla daha yüksek olarak bulunmuştur. BZY alt boyutlarından olan programlama alt boyutunda ise kadınların, erkeklere oranla daha yüksek puanlar ortaya koyduğu tespit edilmiştir. BZY ölçeğinin BZY ve cinsiyet değişkenleri konu alınarak Yaşartürk, Akyüz ve Karataş'ın (2018) BESYO öğrencilerini örneklem aldığı araştırma da amaç belirleme ve yöntem alt boyutunda erkek katılımcıların lehine sonuçlanmıştır. Ancak Çuhadar, Demirel, Er ve Serdar'ın, (2019) araştırma sonuçları, öğrencilerin BZY ölçeğinin hiçbir alt boyunda cinsiyet değişkenine ilişkin farklılaşma olmadığını işaret etmektedir. Aynı zamanda Çakır'ın (2017) üniversite öğrencilerinin BZY çeşitli demografik değişkenlerle değerlendirdiği araştırma sonucunda, cinsiyet değişkeni bakımında anlamlı farklılığa ulaşılmamıştır. Bir diğer araştırma sonucu ise spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman yönetimlerine ilişkin verilerin kadın katılımcıların lehine olduğu yönündedir (Yılmaz, 2018). Nitekim bu hususta çeşitli etkenlerin olduğunu ifade eden Aitchison (2005), özellikle kadınların spor ve boş zaman yönetimi deneyimlerinin hem yapısal hem de kültürel faktörler tarafından şekillendirildiğini vurgulamıştır. Tüm bu verilere dayanarak cinsiyet değişkeninin tümüyle BZY konusunda yordayıcı bir değişken olmadığı düşünülmektedir.

Cinsiyet değişkenine ilişkin katılımcıların gelecek zaman algıları incelendiğinde GZA ölçeğinin alt boyutlarından bağlılık ve hız alt boyutunda anlamlı farklılığa ulaşılmıştır ve bu fark kadın katılımcıların erkeklere oranla daha yüksek bağlılık düzeyine sahip olmalarından kaynaklanmaktadır. GZA ölçeği alt boyutlarından ve hız alt boyutu cinsiyet değişkeni arasındaki istatistiksel olarak anlamlı farklılıkta kadın katılımcıların daha yüksek bağlılık düzeyi sergilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Konu ile ilgili literatürde bu değişkene bağlı farklı araştırma sonuçları mevcuttur. Demirel ve diğerlerinin (2016) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerine yönelik bir çalışmasının sonucunda katılımcıların cinsiyet değişkenine ilişkin GZA ölçeğinin “genişlik” alt boyutunda kadınların lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ancak Yıldız ve diğerlerinin (2020) spor bilimleri fakóltesi öğrencilerinin gelecek zaman algı düzeylerini incelediği çalışmada aynı ölçeğin “hız” alt boyutunda erkek katılımcıların lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Araştırma sonuçlarının çeşitliliğinin bireysel farklılıklardan kaynaklı olduğu düşünölmektedir. Bu bağlamda Shirai ve Beresneviciene’nin (2005) farklı ölkelerden bireylerle çalıştığı araştırma sonucunda cinsiyetin GZA konusunda bir yordayıcılığının olmadığı ve toplumsal olarak bu normların değişkenlik göstereceği sonucunu ortaya koymuştur. Örneğin; bahsi geçen araştırmada Japonların kısa vadeli ve günlük hedefler oluşturma eğilimine sahip oldukları bir költürden gelmelerinden kaynaklı olarak Japon genç bireylerin hedef oluşturma eğiliminin Belçikalı ve Litvanyalı gençlere kıyasla daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların sınıf değişkenine ilişkin BZY ölçeği alt boyutlarından hem BZY toplam puanlarda hem de boş zaman tutumu alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Tüm anlamlı farklılıkların 4. sınıf öğrencilerinin boş zaman yönetiminin diğer sınıflara kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bulgular 1. Sınıfların ise daha düşük boş zaman yönetimi düzeyi sergiledikleri yönündedir. Dolayısıyla sınıf düzeyi arttıkça boş zaman yönetiminin olumlu gelişim gösterdiği söylenebilir. Küçükesmen, şimşek ve Türkoğlu’nun (2020) üniversite öğrencilerinin BZY araştırdıkları çalışmanın sınıf değişkenine bağlı verilerinde anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Fakat ortalama puanlar sınıf düzeyi ile BZY arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu işaret etmektedir. Baycan’a (2020) göre sınıf düzeyinin artışı ile zaman yönetiminin farklılaşmasının nedeni bireysel farklılıklardan kaynaklanmaktadır. Araştırmacı aynı zamanda bu bireysel farklılıkların en önemlisinin bir spor branşı ile ilgilenme ve öğrenim görölen çevrenin rekreatif etkinlik

alanlarını ve fırsatlarını keşfedip adapte olma ile de ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Duran, Güler ve Çavuşoğlu (2020) da bu değişkenin gruplararası farklılığa neden olduğu ve spora yoğun katılımın BZY üzerinde etkili bir unsur olduğu vurgusunu yapmışlardır.

Katılımcıların sınıf değişkenine ilişkin gelecek zaman algıları incelendiğinde GZA ölçeğinin alt boyutlarından hiçbirinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Araştırma sonuçlarımızla paralellik gösteren bir çalışma sonucunda da beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin gelecek zaman algıları sınıf düzeyi değişkenine ilişkin hiçbir istatistiki farklılık göstermemiştir (Aksoy, 2021). Üniversite öğrencilerinin gelecek zaman algılarını araştıran başka bir çalışma da yine benzer sonuçlar elde ederek sınıf düzeyi ve öğrenim türü (normal/ikinci öğretim) gibi eğitim odaklı değişkenlerde anlamlı farklılığın bulunmadığını ifade etmiştir (Aktaş, 2021). Elde edilen araştırma sonuçlarına dayanarak sınıf düzeyinin üniversite öğrencilerinde gruplar arası bir farka sebep olmadığı düşünülmektedir.

Spor yöneticiliği öğrencilerinin akademik ortalamalarına ve dolayısıyla akademik başarılarına ilişkin BZY ölçeği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Buna göre; BZY toplam puanları, amaç belirleme ve yöntem ve değerlendirme alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Analizler grup içi farklılıkların tüm gruplar arasında olduğunu gösterirken, en düşük ortalamaya sahip öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin en yüksek ortalamaya sahip öğrencilere oranla daha düşük olduğu görülmektedir. Araştırma sonuçlarımıza paralellik gösteren Yıldız ve Tanrıverdi'nin (2018) çalışma sonuçları, öğrencilerin genel akademik not ortalamalarının artışı ile boş zaman yönetiminin ilişkili olduğunu göstermektedir. Köse ve Uzun-Dönmez'in (2019) üniversite öğrencilerinin günlük zaman yönetimlerini araştırdıkları çalışmanın sonucunda da kişinin akademik not ortalaması/başarısı bakımından zaman yönetimine ilişkin alt boyutlarda anlamlı olmamakla birlikte en yüksek ortalamaya sahip olan grup "3,51-4,00" arası ortalamaya sahip olan gruptur. Spor yöneticiliği bölümü öğrencileri özelinde araştırma yapan Yılmaz, Yoncalık ve Bektaş'ın (2010) bulguları boş zaman yönetimi ile öğrencilerin akademik not ortalaması/başarısı arasında korelasyon olduğunu işaret etmektedir. Tüm bu veriler göz önünde bulundurularak öğrencilerin akademik not ortalamalarının yüksek oluşu ile doğru zaman yönetiminin ilişik konular olduğu düşünülmektedir. Aynı zamanda, araştırma sonuçlarımızla paralellik gösteren Hartman, Barcelona, Trauntvein ve Hall, (2020) bulguları öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin

akademik başarı ile ilişkili olduğunu ve ilişkiyi kurma adına fiziksel aktivitelere düzenli katılımın destekleyici bir unsur olduğunu ifade etmişlerdir.

Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin gelecek zaman algıları akademik ortalama değişkenine ilişkin incelendiğinde anlamlı farklılıklar toplam puanlarda, bağlılık alt boyutu ve hız alt boyutunda tespit edilmiştir. Bu bağlamda araştırma grubunda yer alan spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinden akademik not ortalaması 3.51-4.00 arası olan grubun hem gelecekteki hem de yakın zamanlı hedeflerine bağlılığının yüksek olduğu ve bu zaman dilimindeki hızın akışına ilişkin algılarının yüksek olduğu söylenebilir. Dursun, Özkan ve Körler-Başkaya, (2019) araştırma sonuçları çalışmamızı destekler niteliktedir. Bu sonuçlar, öğrencilerin akademik not ortalamalarının yüksek oluşu ile birlikte gelecek algılarının da yüksek olduğunu ifade etmektedir. GZA ve akademik başarı konulu araştırma sonuçları yalnızca yerli literatürde değil aynı zaman yabancı kaynaklarda da benzerlik göstermektedir. Nuttin ve Lens'in (1985) bu konudaki araştırma sonuçları, uzak zaman algısına sahip olan kişilerin hedeflerini elde etme süreçlerinde, tükenmişlik, boş verme, motivasyon kaybı gibi sorunlarla karşılaşmadığı yönündedir. Buna bağlı olarak da akademik başarısı yüksek kişilerin kendileri için belirledikleri uzak hedeflerin beraberinde akademik başarılarının da yüksek olduğunu söylemek mümkündür.

Katılımcıların aylık ortalama gelirlerine bağlı olarak BZY ölçeğinin alt boyutlarından elde eden bulgular incelendiğinde, spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin aylık gelirlerine göre boş zaman yönetimlerinde gruplar arası anlamlı farklılıkların olduğu görülmektedir. Buna göre bütün alt boyutlarda ve toplam BZY puanlarında aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. Post Hoc analizlerinden elde edilen bulgular 0-750 TL ve 751-1500 TL arasında aylık geliri olan grubun diğer gelir gruplarına oranla daha düşük BZY düzeyi sergilediklerini göstermektedir. Yazıcı ve Alpullu (2020) öğrencilerin boş zamanlarını etkili bir biçimde yönetmeleri adına maddi imkânlarının belirli bir refah seviyesinde olmasının gerektiğini ifade etmişlerdir. Bahsi geçen araştırma sonucunda aylık ortalama geliri "2001-5000 TL" arası olan öğrencilerin etkili biçimde boş zaman yönetimi yapabildiğine ulaşılırken, bu meblağın altında kazanan grubun yetersiz para kazanımından, üzerinde gelir elde eden grubun ise fazla para kazanmak adına boş zamanlarını etkili yönetemedikleri düşünülmüştür. Ayyıldız-Durhan, Akgül ve Karaküçük (2017) ise bu verilerin aksine sonuçlar elde ederek boş zaman yönetiminin bireysel bir tutumun sonucu olduğunu ve kişinin maddi kazancı ile ilişkisinin bulunmadığını ifade etmektedir. Yasartürk

(2019) ise önceki iki bulgudan farklı bir sonuç elde ederek spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin elde ettiği gelirin artışı ile sosyalleşme ve sosyal etkinliklere katılım gibi faaliyetlerin de artacağını ve dolayısıyla daha etkili bir boş zaman yönetimi ile birlikte optimal düzeyde boş zaman doyumu elde edeceklerini ifade etmiştir. Tüm bu veri çeşitliliğini Atasoy, Öncü ve Kılıç'ın (2015) araştırma sonuçlarını örnek göstererek açıklamak mümkündür. Şöyle ki; kişinin maddi gelire atfettiği güç ile ilişkili olarak boş zamanını yönetme biçimi, motivasyonu ve algısı gibi bazı değişkenler ilişkilidir. Sonuç olarak, kişinin boş zamanını yönetme biçimini belirlerken gelirin etkisinde kalabileceği düşünülmektedir.

Aylık gelire göre GZA ölçeği alt boyutlarından yalnızca genişlik alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Post hoc testleriyle, grup içi farklılıkların 1500 ile 2500 TL arasında aylık geliri olan katılımcıların 0-750 TL, 2501-4000 TL ve 4001 TL ve üzeri aylık geliri olan katılımcılara oranla daha düşük gelecek zaman algısı ortaya koydukları saptanmıştır. Sonuç olarak maddi geliri yüksek olan kişilerin, hedeflerini ne kadar uzak zamana yönelik planladığını temsil eden genişlik alt boyutunda istatistiki açıdan fark olduğu söylenebilir. Bu veriyi destekler nitelikte pek çok yabancı kaynak düşük sosyo-ekonomik sınıftan öğrencinin, daha geniş imkanlara sahip bireylere oranla daha düşük gelecek zaman algısına sahip olduklarını rapor etmiştir (Lomranz, Shmotkin ve Katznelson, 1983). Boni ve Calabuig (2017) da bu verilere ek olarak geleceğin spor profesyonellerinin eğitim süreçlerinde ekonomik koşulların önemine vurgu yapmışlardır. Nitekim yerli kaynaklarda da benzer sonuçlara rastlamak mümkündür. Bu konuda örnek teşkil edecek araştırmalardan birisi Kaya'nın (2014) üniversite öğrencilerinin gelecek zaman algılarını araştırdığı çalışmadır. Bu araştırma sonucunda maddi durumunu düşük olarak algılayan kişilerin gelecek zaman algıları orta ve yüksek olarak algılayan gruplardan daha düşük düzeyde tespit edilmiştir. Tüm bu veriler ışığında maddi kazancın, öğrencilerdeki gelecek zaman algısını olumlu yönde etkilediğini söylemek mümkündür.

Katılımcıların anne eğitim durumları ile boş zaman yönetimleri arasında yapılan tek yönlü varyans analizi bulguları incelendiğinde anne eğitim durumu ile boş zaman yönetimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. Ancak baba eğitim durumuna ilişkin bulgular incelendiğinde, katılımcı grupları arasında anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Buna göre boş zaman yönetimi ölçeği toplam puanlarında ve amaç belirleme ve yöntem ve değerlendirme alt boyutunda ortaya çıkan anlamlı farklılıkların ortaokul

mezunu lise mezunu ve üniversite mezunu olan grup arasında olduğu belirlenmiştir. BZY değerlendirme alt boyutunda babası üniversite mezunu olan grubun diğer gruplara oranla daha yüksek BZY düzeyi sergiledikleri saptanmıştır. Grup içi farklılıklar incelendiğinde babaları ortaokul mezunu olan grubun lise mezunu olan gruba göre daha yüksek BZY düzeyi sergiledikleri saptanmıştır. Özdemir, Özсарı ve Topuz'un (2018) araştırma sonuçlarında BZY ölçeğinin programlama alt boyutunda hem anne eğitim hem de baba eğitim değişkenlerine bağlı istatistiki açıdan anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu farklar ebeveynleri ortaöğretim mezunu olanların lehine sonuçlanmıştır. Bu bağlamda spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman yönetimlerine ilişkin tutumlarını araştıran Akyüz'ün (2015) çalışmasında, katılımcıların anne eğitim durumlarının artışı ile BZY de paralel olarak artarken, Sanin'in (2019) spor yönetimi bölümü öğrencilerinin boş zaman tutumlarını araştırdığı çalışmada katılımcıların anne ve baba eğitim durumlarına ilişkin verilerde istatistiki açıdan anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Akova ve Çakmak'a (2015) göre kişinin boş zaman yönetimi ve boş zamanlarına ilişkin tutumlarını düzenlemelerinde eğitim önemli bir unsurdur. Bu duruma Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi çerçevesinde ele alırsak eğitimin kişiler üzerindeki etki gücü daha net anlaşılmaktadır. Çünkü Maslow'a göre; eğitim, kişinin potansiyelini geliştirmesine ve var olan potansiyelini ortaya çıkarmasına yardımcıdır (Tekke, 2019). Sonuç olarak; örneklem gruplarının da farklılığı göz önünde bulundurularak, bahsi geçen çalışmaların ve araştırma sonuçlarımızın paralellik göstermemesi olası bir durumdur. İlgili veriler ışığında eğitimin ve eğitilmiş kişilerin çevrelerindeki kişilerin BZY üzerinde önemli bir etken olduğu düşünülmektedir.

Çalışma grubunun gelecek zaman algıları, anne eğitim durumlarına bağlı olarak incelendiğinde elde edilen bulgulara istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. Ancak baba eğitim durumlarına ilişkin bulgular incelendiğinde, katılımcıların babalarının eğitim durumlarının GZA düzeyini farklılaştırdığı tespit edilmiştir. GZA ve baba eğitim durumu arasındaki bu anlamlı farklılık hız alt boyutundan kaynaklanmaktadır. Hız alt boyutunda babası üniversite mezunu olan grubun GZA düzeyleri, diğer gruplara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Grup içi farklılıkların babaları ilköğretim mezunu olan ve lise mezunu olan katılımcılar arasında olduğu görülmektedir. Babası ilköğretim mezunu olan öğrencilerin lise mezunu olan öğrencilere oranla daha yüksek GZA ortaya koyduğu belirlenmiştir. Bayav (2018) üniversite öğrencilerinin gelecek zaman algılarının üzerinde anne ve babaların eğitim düzeylerinin etkili bir unsur olduğunu vurgulamıştır. Araştırmacı ailenin önemini vurgularken, bireyin temel olarak yaşamsal kazanımlarını aileden edindiğini ve bu sebeple gelecek zaman

algısının da kişinin ailesinin eğitim durumundan/tutumlarından etkilenebileceğini ifade etmiştir. Tüm bu nicel verilere ek olarak Ilgar ve Cihan'ın (2019) spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin sektörel beklentilerine, mesleki belirsizliklerine ve gelecek kaygılarına ilişkin yaptığı nitel araştırma sonuçları da araştırma sonuçlarımızı destekler niteliktedir. Araştırma kapsamında yapılan mülakatta bir öğrenci “*Öğrenciler lisede aile ve öğretmenleri tarafından doğru alanlara yönlendirilmelidir*” ifadelerini kullanırken bir diğeri ise “*Sınav sonucunda atanamazsam, ailemden ve çevreden baskı geleceğinden çekiniyorum*” sözlerini kullanarak ailelerine yönelik beklenti ve sorumluluklarını dile getirmişlerdir. Ehtiyar, Ersoy, Akgün ve Karapınar'ın (2017) üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutumlarının araştırmak amaçlı yaptıkları çalışmada “geleceğe yönelik tutum ve olumlu gelecek beklentisi” ile psikolojik iyilik hali arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu tespit etmişlerdir ve bu değişkenlerin de aile bireyleri ile ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir. Dahası, Aydın-Yıldırım'ın (2021) üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerini araştırdığı çalışmanın sonucunda, anne ve baba tutumu değişkenlerinde demokratik yaklaşım sergileyen ebeveynlerin amaç belirleme ve yöntem ve değerlendirme alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğunu tespit etmiştir. Bu sebeplerle üniversite öğrencilerinin gelecek zaman algılarının bireysel farklılıklar da göz önünde bulundurularak ebeveyn eğitim durumlarından ve tutumlarından etkilenebileceği düşünülmektedir.

BZY ve GZA ölçekleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda toplam GZA ve BZY puanları arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde ilişki olduğu görülmektedir. Amaç belirleme ve yöntem, değerlendirme, boş zaman tutumu ve programlama alt boyutları ile GZA arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir. GZA ölçeğinin Genişlik alt boyutunda ise BZY toplam puan, amaç belirleme ve yöntem, değerlendirme, programlama, GZA toplam, bağlılık ve değer alt boyutlarında negatif yönlü orta düzey ilişki tespit edilmiştir. Bu verilere istinaden konu ile ilgili literatür incelendiğinde, araştırmamızda kullanılan BZY ve GZA ölçeklerinin birlikte kullanıldığı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak ölçeklere ilişkin yapılan korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde bulgularımızla paralellik gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Bunlardan birisi Yıldız ve Tanrıverdi'nin (2018) üniversite öğrencilerinin BZY araştırdığı çalışmadır. Bahsi geçen bu araştırma sonucunda BZY ölçeğinin amaç belirleme ve yöntem, değerlendirme, programlama alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Baykut-Öteleş (2018) ise amaç belirleme ve yöntem ve programlama alt boyutları arasında negatif yönlü düşük düzeyli ilişki tespit etmiştir.

Araştırmanın istatistiki açıdan ilişki bulunan diğer verileri ise alt boyutlar arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkilerin varlığını işaret etmektedir. Çuhadar (2020) da üniversite öğrencilerinin BZY ölçeği alt boyutları arasında pozitif yönlü ilişki olduğunu tespit etmiştir. GZA konulu bazı araştırma sonuçları da ölçeğin alt boyutları arasında istatistiki açıdan anlamlı ilişki olduğunu belirtmektedir. Bu hususta araştırma sonuçlarımızla birebir örtüşen Kaya'nın (2014) üniversite öğrencilerinin GZA araştırdığı çalışmanın sonucunda, genişlik alt boyutuna bağlı negatif yönlü, diğer alt boyutlara bağlı olarak da pozitif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir. Harmandar-Demirel, Serdar ve Demirel'in (2020) araştırmaları sonucunda, GZA ölçeğinin alt boyutları arasında pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. Çetin'in (2021) üniversite öğrencilerinin GZA araştırdığı çalışmanın sonucunda da tüm alt boyutlar arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Yukarıda belirtilen korelasyon değerlerinin araştırıldığı ortak bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak hem BZY yönetimini hem de gelecek zaman ile ilgili değişkenleri kapsayan Çuhadar ve diğerlerinin (2019) araştırma sonuçları, öğrencilerin BZY ölçeğinin amaç belirleme ve yöntem, değerlendirme, boş zaman tutumu ve programlama alt boyutları ile kişilerin gelecek beklentileri arasında pozitif yönlü ilişki olduğunu işaret etmektedir. Tüm bu yerli kaynaklara ek olarak Codina ve Pestana'nın (2019) boş zamana adanma ve zaman perspektifi konulu araştırmalarının sonuçları, üniversite öğrencilerinin etkili boş zaman yönetimi ile geleceklerini şekillendirmelerinin ve geleceğe yönelik zaman algılarının olumlu yönde etkilendiğini ifade etmektedir. Dahası, García ve Ruiz (2015) de bu verileri destekleyerek boş zaman yönetimi ile gelecek zaman algısı arasında ilişkinin varlığını araştırma sonuçları ile ifade etmektedir. Bu ilişkiyi Başar Sarıipek'in (2016) de ifade ettiği gibi; sistemli bir boş zaman yönetiminin kişinin gelecek zaman algısı üzerinde olumlu etkiler uyandıracağı görüşü ile açıklamak mümkündür. Nitekim bireyin öz disiplin ve denetimi ile kişinin daha pragmatik boş zaman yönetimi sağlayacağı ve buna bağlı olarak geleceğe ilişkin görüşlerinin de olumlu yönde şekilleneceği düşünceleri desteklenmektedir.

Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin gelecek zaman algılarının boş zaman yönetimlerine etkisinin ve ilişkisinin incelenmesi üzere pearson korelasyon analizine ek olarak regresyon analizinden faydalanılmıştır. Gelecek zaman algısının boş zaman yönetimi üzerindeki etkisinin belirlendiği çoklu regresyon analizi bulguları incelendiğinde gelecek zaman algısının amaç belirleme ve yöntem alt boyutu ile programlama alt boyutunu anlamlı biçimde yordadığı tespit edilmiştir. Arslan'ın (2013) bu husustaki araştırma sonuçları, etkin

biçimde değerlendirilen boş zaman yönetiminin kişilerin geleceğini planlamada ve programlamada aktif rol oynadığı yönündedir. Gao, Gan, Whittal ve Lippke (2020) ise üniversite öğrencilerini örneklem aldıkları araştırmalarında bu konuyu covid 19 pandemi sürecini örnek vererek açıklamıştır. Araştırmacılar, üniversite öğrencilerinin pandemi sürecinde boş zaman yönetimini etkili kullanamamanın internet bağımlılığı gibi olumsuz durumlara neden olduğunu ve bu duruma bağlı olarak geleceğe ilişkin algılarının olumsuz yönde etkilediğini ifade etmişlerdir. Sonuç olarak, kişinin boş zaman yönetiminin gelecek zaman algısının yordayıcısı olduğu düşünülmektedir. Nurmi'nin (1991) de dediği gibi “beklenti karar almak için en güçlü motivasyondur”.





6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin gelecek zaman algılarının boş zaman yönetimine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yapılan istatistiksel analizler sonucunda bazı değişkenlere bağlı gruplar arası anlamlı farklılar ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Araştırmanın bu bölümünde elde edilen sonuçlara ve bu sonuçlara ilişkin sunulan önerilere yer verilmiştir.

Araştırmaya ilişkin yer verilen değişkenlere göre elde edilen bulgular ile konu ile ilgili literatürde yer alan araştırma sonuçlarının tartışılması neticesinde cinsiyet değişkeninin tümüyle BZY ve GZA konusunda yordayıcı bir değişken olmadığı ve toplumsal olarak bu normların değişkenlik gösterebileceği sonucuna ulaşılmıştır. BZY ve GZA'nın sınıf değişkeni açısından irdelenmesi neticesinde de araştırma sonuçlarına dayanarak sınıf düzeyinin üniversite öğrencilerinde gruplar arası bir farka sebep olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ancak, BZY ve GZA akademik başarı bazında incelendiğinde not ortalaması yüksek olan kişilerin gelecek zaman algılarının yüksek oluşuna ek boş zaman yönetimi hususunda da diğer gruplara kıyasla daha başarılı oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bir diğer sonuç ise aylık gelir durumunun spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin gelecek zaman algılarına ilişkin pozitif yönde etki sağlayabileceği ve boş zaman yönetimini daha etkili biçimde yapmalarına katkı sağlayabileceği neticesidir. Aynı zamanda konu ile ilgili literatürde yer alan araştırmalar ile bulgularımız arasında benzerlik gösteren diğer değişkenler anne ve baba eğitim durumu olmuştur. Elde edilen veriler neticesinde ise ebeveyn eğitim düzeylerinin kişilerin BZY ve GZA üzerinde etki sahibi olup gruplar arasında farklılığa yol açabileceği düşünülmektedir.

Çalışmada elde edilen sonuçlar, araştırmamızın ana problem cümlesine yanıt niteliğindedir ve bu verilere göre; spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin boş zaman yönetimleri ile gelecek zaman algıları arasında pozitif yönde bir etki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Başka bir ifadeyle spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin etkili boş zaman yönetimleri ile geleceğe ilişkin zaman algıları paralellik göstermektedir. Tüm bu elde edilen verilerin neticesinde konu ile ilgili kişi, kurum ve kuruluşlara ilişkin yapılan önerilere aşağıda maddeler halinde değinilmiştir.

- Spor Yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin GZA'larını geliştirmek amacıyla, hedef belirlemenin ve bu hedefe yönelik çalışmanın önemi konusunda konferans veya paneller düzenlenmesi, yine bu konuda drama çalışmalarının yapılması, öğrencilerin akademik başarılarını artırmalarına yardımcı olabilir,
- Gençlik Spor Bakanlığı veya Yerel yönetimler üniversitelerin spor yöneticiliği bölümü öğrencileri ile ortak bir proje yürüterek boş zamanlarını etkin ve verimli bir şekilde değerlendirerek gerek kişisel gelişimlerine gerekse toplumsal kalkınmaya fayda sağlayabilir,
- Cinsiyetler arasındaki BZY ve GZA algısına ilişkin farkların tespitinin yapılabilmesi için kişilerin bu iki değişkene verdikleri yanıtlara ek görüşlerinin alındığı karma metot araştırmaların yapılması,
- Spor Yöneticiliği bölümü öğrencilerine kendilerini emellerine ulaşımdan alıkoyacak çevresel çeldiricilerin üstesinden gelme yolları konusunda bilgilendirici toplantılar düzenlenmesi, öğrencilerin akademik başarılarını artırmasına fayda sağlayabilir,
- Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerine akademik not ortalamalarının düşük olmalarının BZY ve GZA üzerinde sınırlayıcı ve ümitsizlik yaratmayacak bir etken olduğu konusunda akademisyenlerin öğrencilere telkinlerde bulunmaları,
- Ülkemizin gelecekte sportif anlamda gelişmesinde etkin rol oynayacak olan spor yöneticisi adaylarına daha fazla istihdam alanı yaratılması,
- Üniversite düzeyinde Spor Bilimleri Fakültesi çatısı altında BZY etkinliklerinin düzenlenmesi,
- Tüm bölümlerde rekreasyon konulu derslere hem BZY hem de GZA değişkenlerinin birlikte entegre edilerek işlenmesi,
- Gelecek araştırmalarda daha geniş kapsamlı örneklem grupları ve farklı değişkenlerle bu çalışmaların yinelenmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Açıkdilli, R. (2019). *Türkiye’de ve Avrupa ülkelerinde rekreasyon eğitiminin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya, 19.
- Adair, J., and Adair, T. (1996). *Zaman Yönetimi* (Çeviren: Güngör, B.). Ankara: Öteki Yayınevi, 81.
- Addington, J. E. (1996). *%100 Düşünce Gücü* (Çeviren: Çetinkaya, B.). İstanbul: Akaşa Yayınları, 54.
- Ağaoğlu, Y. S. (2002). *Türkiye’deki üniversitelerin rekreasyon programlarının geliştirilmesi*. Doktora Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun, 146,160.
- Aitchison, C. C. (2005). Feminist and gender research in sport and leisure management: Understanding the social–cultural nexus of gender–power relations. *Journal of Sport Management*, 19(4), 422-441.
- Akgül, B. M. (2011). *Farklı kültürlerdeki bireylerin boş zaman aktivitelerine yönelik tutumlarının değerlendirilmesi: Ankara-Londra örneği*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 91-92.
- Akgül, B. M., ve Karaküçük, S. (2015). Boş zaman yönetimi ölçeği: Geçerlik- güvenirlik çalışması. *International Journal of Human Sciences*, 12(2), 1867-1880.
- Akova, O., ve Çakmak, T. F. (2015). Boş zaman paradigmasının Maslow’un İhtiyaçlar Hiyerarşisi yaklaşımıyla ilişkisi ve tarihsel süreç içindeki gelişimi. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 3(2), 28-36.
- Aksoy, B. (2021). *Beden eğitimi ve spor öğretmenleri adaylarında gelecek zaman algısı ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesinde Bursa Uludağ üniversitesi örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa, 45.
- Aktaş, H. (2021). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin gelecek zaman algısı ile akademik erteleme davranışı arasındaki ilişki: Gümüşhane Üniversitesi örneği. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 10(20), 271-299.
- Akyüz, H. (2015). *Üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarının incelenmesi (Bartın üniversitesi örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın, 89.
- Andıç, H. (2009). *Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile akademik başarıları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar, 37-39.
- Ardahan, F. (Ed.). (2017). *Her Yönüyle Rekreasyon*. Ankara: Detay Yayıncılık, 135.
- Argan, M. (2007). *Eğlence Pazarlaması*. Ankara: Detay Yayıncılık, 7.

- Arslan, S. (2013). *Serbest Zaman-Rekreasyon ve Serbest Zaman Eğitimi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 145-149.
- Atasoy, L. K., Öncü, E., ve Kılıç, K. S. (2015). *Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarında Serbest Zaman Algısı ve Engelleri*. 3. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Eskişehir Anadolu Üniversitesi, 5-7 Kasım 2015, Eskişehir, 18-23.
- Avcı, S., ve Erden, M. (2009). Gelecek zaman algısı ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(37), 1-4.
- Avşaroğlu, S. (2016). Zamanın Algılanması ve Psikoterapi. Sargın, N., Avşaroğlu, S., ve Ünal, A. (Ed.). *Eğitim ve Psikolojiden Yansımalar*. Konya: Çizgi Kitabevi Yayınları, 104.
- Ayan, N. (2009). *Sakarya emniyet müdürlüğü il merkezinde görevli polis memurlarının serbest zaman değerlendirme*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya, 4-14.
- Aydın-Yıldırım, T. (2021). Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin okudukları bölüm ve bazı sosyodemografik değişkenlere göre boş zaman yönetimlerinin incelenmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(2).
- Aytaç, Ö. (1997). *Modern Toplumda Boş Zaman Olgusu. Dünya'da ve Türkiye'de Sosyolojik Gelişmeler*. Ankara: Sosyoloji Derneği Yayınları, 341-357.
- Ayyıldız-Durhan, T. A., Akgül, B. M., ve Karaküçük, S. (2017). Rekreatif amaçlı yüzme sporuyla uğraşan bireylerin boş zaman yönetimleri üzerine bir değerlendirme. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 8-16.
- Bahadır, M. (2016). Antikçağ'dan günümüze boş zaman üzerine bir değerlendirme. *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 103-116.
- Başar-Sarıipek, D. (2016). Zaman baskısı altında çalışma ve boş zaman algısı. *Yönetim ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 14(4), 112-127.
- Bayav, O. (2018). *Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerinin gelecek zaman algısı üzerindeki etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Lefkoşa, 17.
- Baycan, D. Y. (2020). *Üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyumu ve sağlık algısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın, 53.
- Baykut-Öteleş, Ş. (2018). Üniversite öğrencilerinin zaman kullanma becerilerinin akademik performans üzerine etkisi: Sakarya Üniversitesi örneği. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(8), 12-21.
- Bayraktar, M. (1989). *Tasavvuf ve Modern Bilim*. İstanbul: Seha Neşriyat, 13.
- Bayramlı, Ü. (2009). *Zaman Yönetimi* (2. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 121.

- Bedir, F. (2016). *Boş zaman (rekreasyonel) aktivitelerinin stresin üstesinden gelebilme rolünün incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum, 22.
- Boni, A., and Calabuig, C. (2017). Education for global citizenship at universities: Potentialities of formal and informal learning spaces to foster cosmopolitanism. *Journal of Studies in International Education*, 21(1), 22-38.
- Burton, C. A., and Bucher, R. D. (1974). *Recreation for Today's Society*. New Jersey: Prentice-Hall, 42.
- Can, E. (2015). Boş zaman, rekreasyon ve etkinlik turizmi ilişkisi. *İstanbul Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 1-17.
- Claessens, B. J., Eerde, W. V., Rutte, C. G., and Roe, R. A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review* 36(2), 255-276.
- Codina, N., and Pestana, J. V. (2019). Time matters differently in leisure experience for men and women: Leisure dedication and time perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(14), 2513.
- Covey, S. R. (2009). *Habits of Highly Effective Leaders People* (3rd revised edition). New York: Simon and Schuster, 31-147.
- Covey, S. R., Merrill, A. R., and Merrill, R. R. (1998). *Önemli İşlere Öncelik* (Çeviren: Deniztekin, O.). İstanbul: Varlık Yayınları, 243.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İyi Düşün Doğru Karar Ver* (18. Baskı). İstanbul: Sistem Yayıncılık, 216.
- Çakır, V. O. (2017). Üniversite öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 17-27.
- Çetin, F. (2021). *Üniversite öğrencilerinin gelecek zaman algıları ile kişilik özellikleri ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya, 22.
- Çeyiz, S., ve Özbek, O. (2014). Küreselleşme ve spor etkileşimi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 1), 487-495.
- Çuhadar, A. (2020). *Sosyal medya kullanımı ve boş zaman yönetimi ilişkisinin incelenmesi: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman, 66-72.
- Çuhadar, A., Demirel, M., Er, Y., ve Serdar, E. (2019). Lise öğrencilerinde boş zaman yönetimi ve gelecek beklentisi ilişkisi. *Journal of International Social Research*, 12(66), 112-123.
- Demir, C., ve Çevirgen, A. (2006). *Turizm ve Çevre Yönetimi: Sürdürülebilir Gelişme Yaklaşımı*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 3.

- Demir, G., ve Alpulu, A. (2020). Üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetiminin değerlendirilmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 5(1) , 94-102.
- Demirel, M., Işık, U., Demirel, D. H., Üstün, Ü. D., ve Gümüşgöl, O. (2016). Gelecek zaman algısı: Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerine yönelik bir çalışma. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 10-15.
- Doğan, İ. (2007). *Sosyoloji Kavramlar Ve Sorunlar* (7. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 551-570.
- Duran, Ü. B., Güler, C., ve Çavuşoğlu, S. B. (2020). Tenis oyuncularında boş zaman yönetimi ve yaşam doyumu. *Turan: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 12(48), 302-313.
- Dursun, A. , Özkan, M. S. ve Körler-Başkaya, Y. (2019). Ergenlerin gelecek beklentilerinin yordayıcısı olarak: Psikolojik semptomlar ve akademik başarı. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1) , 121-144.
- Eagly, A. H., and Mitchell, A. A. (2004). *Social Role Theory of Sex Differences and Similarities: Implications for the Sociopolitical Attitudes of Women and Men*. In M. A. Paludi (Ed.), *Praeger Guide to the Psychology of Gender*. Westport, C. T.: Praeger, 183-206.
- Ehtiyar, R. V., Ersoy, A., Akgün, A., ve Karapınar, E. (2017). Üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutum ve olumlu gelecek beklentilerinin psikolojik iyilik halleri üzerindeki etkisi. *Mediterranean Journal of Humanities*, 7(2), 251-262.
- Ekici, S. (1997). *Yükseköğretim gençliğinin serbest zamanlarını değerlendirme alışkanlıkları ve turizme katılımları üzerine bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 123-134.
- Elias, N. (2000). *Zaman Üzerine* (Çeviren: Atayaman V.). İstanbul: Ayrıntı Yayınlar, 240.
- Er, Y., Demirel, M., ve Çuhadar, A. (2020). Investigation of leisure management skills and leisure boredom in university students in terms of different variables. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(6), 49-54.
- Eranıl, A. K., ve Özcan, M. (2018). Lise öğrencilerinin boş zaman yönetimi becerisinin incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(6), 779-785.
- Festjens, A., and Janiszewski, C. (2015). The value of time. *Journal of consumer Research*, 42(2), 178-195.
- Gao, L., Gan, Y., Whittal, A., and Lippke, S. (2020). Problematic internet use and perceived quality of life: findings from a cross-sectional study investigating work-time and leisure-time internet use. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 40-56.
- García, J. A., and Ruiz, B. (2015). Exploring the role of time perspective in leisure choices: What about the balanced time perspective?. *Journal of Leisure Research*, 47(5), 515-537.

- Gershuny, J. (2011). *Time-Use Surveys and the Measurement of National WellBeing*. Centre for Time Use Research. University of Oxford, Swansea, UK: Office for National Statistics, 27.
- Gjesme, T. (1979). Future time orientation as a function of achievement motives, ability, delay of gratification, and sex. *The Journal of psychology*, 101(2), 173-188.
- Greene, B. A., and DeBacker, T. K. (2004). Gender and orientations toward the future: Links to motivation. *Educational Psychology Review*, 16(2), 91-120.
- Güçlü, N. (2001). Zaman yönetimi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 7(25), 87-106.
- Gül, T. (2020). İşgörenlerin iş, yaşam doyumu ve rekreatif faaliyete katılımı etkileyen çalışma sosyolojisi algılarının incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (41), 530-549.
- Gürbüz, M. ve Aydın, A. H. (2012). Zaman Kavramı ve Yönetimi. *KSÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(2), 1-20.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., ve Dinç, Y. (2003). *Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi*. Ankara: Detay Yayıncılık, 25.
- Halıcı, A., Parasız, Ö., ve Yetim, A. (2020). Sayılarla Türkiye’de spor yöneticiliği eğitimi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 25(4), 299-312.
- Hall, C. M., and Page, S. J. (1999). *The Geography of Tourism and Recreation: Environment, Place and Space*. London, and New York: Routledge, 3.
- Harmandar-Demirel, D., Serdar, E., ve Demirel, M. (2020). The relationship between future time perception and optimism: An example of physical education and sports school students. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(8), 109-116.
- Hartman, C. L., Barcelona, R. J., Trauntvein, N. E., and Hall, S. L. (2020). Well-being and leisure-time physical activity psychosocial factors predict physical activity among university students. *Leisure Studies*, 39(1), 156-164.
- Haynes, M. E. (1999). *Kişisel Zaman Yönetimi* (Çeviren: Bülbül, Y.). İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım, 7.
- Husman, J. E., and Shell, D. F. (1996). Beliefs and perceptions about the future: A conceptualization and measurement of future time perspective. *The XXVI International Congress of Psychology*, Montreal, Canada.
- Husman, J. E., and Shell, D. F. (2008). Beliefs and perceptions about the future: A measurement of future time perspective. *Learning and individual differences*, 18(2), 166-175.
- Ilgar, E. A., ve Cihan, B. B. (2019). Spor yöneticiliği programlarında öğrenim gören öğrencilerin sektörel beklenti, mesleki belirsizlik ve gelecek kaygılarının incelenmesi: fenomenolojik bir çözümleme. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(1), 81-92.

- İnternet: Türk Dil Kurumu. (2021a). *Zaman*. Web: <https://sozluk.gov.tr/> adresinden 18 Aralık 2021’de alınmıştır.
- İnternet: Türk Dil Kurumu. (2021b). *Rekreasyon*. Web: <https://sozluk.gov.tr/> adresinden 21 Aralık 2021’de alınmıştır.
- Karakullukçu, Ö. F. (2009). *Adalet Bakanlığı çalışanlarının eğitim düzeylerine göre boş zaman değerlendirme alışkanlıkları*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2.
- Karaküçük S. (2014). *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitapevi, 79-90.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 114.
- Kaya, İ. (2013). *Çekim unsurları ile rekreatif alışveriş, tatmin ve yeniden satın alma niyeti arasındaki ilişki*. Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir, 11-14.
- Kaya, S. (2014). *Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin yordayıcısı olarak yalnızlık ve gelecek zaman algısı*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat, 21-22.
- Kılbaş, Ş. (2004). *Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 17,19,91-94,105-108.
- Kırtepe, A. (2011). *Fırat Havzasında bulunan bazı üniversitelerde öğrenim görmekte olan öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirme etkinliklerine katılımlarının ve beklentilerinin tespiti*. Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ, 12-13.
- Kocabaş, İ., ve Erdem, R. (2003). Yönetici adayları öğretmenlerin kişisel zaman yönetimi davranışları. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(2), 191-202.
- Koçyiğit, M., ve Yıldız, M. (2014). Yerel yönetimlerde rekreasyon uygulamaları: Konya örneği. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 2), 211-223.
- Köktaş, Ş. (2004). *Rekreasyon “Boş Zamanı Değerlendirme”* (3.Baskı). Ankara: Nobel Yayınları, 92.
- Köse, B., ve Uzun-Dönmez, M. (2019). Spor bilimlerinde okuyan öğrencilerin zaman yönetimi davranışları. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 82-87.
- Köybaşı, N. (2006). *Boş zaman sosyolojisi ve boş zamanları değerlendirme aracı olarak dinlence turizmi ve kültür turizmine katılan yerli turistlerin karşılaştırmalı sosyolojik analizi*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir, 70-71.
- Kraus, R. (1998). *Recreation and Leisure in Modern Society* (4th Ed.). United States of America: Pearson Scott Foresman, 46, 186-204.

- Kuykendall, L., Boemerman, L., and Zhu, Z. (2018). *The Importance of Leisure for Subjective Well-Being, Handbook of Well-Being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers, 1.
- Kuzu, V. (2019). *Sosyal bilgiler öğretmenlerinin boş zaman değerlendirme etkinlikleri ile mesleki iş doyumu arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Uşak Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uşak, 32-37.
- Küçükkesmen, E., Şimşek, A., ve Türkoğlu, M. E. (2020). Önlisans öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine göre boş zaman yönetimi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (38), 202-231.
- Lafargue, P. (1999). *Tembellik Hakkı* (Çeviri: Günyol, V.). İstanbul: Cumhuriyet Gazetesi Yayınları, 72-83.
- Lens, W., and Tsuzuki, M. (2005). The Role of Motivation and Future Time Perspective in Educational and Career Development. *The International Conference on "Careers in Context: New Challenges and Tasks for Guidance and Counseling"*, sunulmuş bildiri 14-16 September, Lissabon, Portugal.
- Lomranz, J., Shmotkin, D., and Katznelson, D. B. (1983). Coherence as a measure of future time perspective in children and its relationship to delay of gratification and social class. *International Journal of Psychology*, 18(1-4), 407-413.
- Marx, K. (1997). Boş Zaman Üzerine Seçmeler. *Cogito*, 12.
- Master, S. Y. (2010). *The Dharma Drum Lineage of Chan Buddhism: Inheriting the Past and Inspiring the Future*. Taipei: The Sheng Yen Education Foundation, 11-27.
- Mayer, J. (1995). *Time Management for Dummies*. Foster City, CA: International Data Group.
- McInerney, D. M. (2004). A discussion of future time perspective. *Educational Psychology Review*, 16(2), 141-151.
- Mercanoğlu, A. O., ve Şimşek, K. Y. (2020). Rekreasyon tanımının Google arama motoru sonuçlarına göre değerlendirilmesi. *Gsi Journals Serie B: Advancements in Business and Economics*, 3(1), 75-84.
- Metin, T. C., Kesici, M., ve Kodaş, D. (2013). Rekreasyon olgusuna akademisyenlerin yaklaşımları. *Journal of Yaşar University*, 30(8), 5021-5048.
- Mieczkowski, Z. (1990). *World Trend in Tourism and Recreation*, New York: Peter Lang Publishing, USA.
- Nurmi, J. E. (1991). How do adolescents see their future? A review of the development of futureorientation and planning. *Developmental Review*, 2, 1-59.
- Nurmi, J. E., Poole, M. E., and Seginer, R. (1995). Tracks and transitions-a comparison of adolescent future-oriented goals, explorations, and commitments in Australia, Israel, and Finland. *International Journal of Psychology*, 30(3), 355-375.

- Nuttin, J., and Lens W. (1985). *Future Time Perspective And Motivation: Theory And Research Method*. Belgium: Lawrence Erlbaum Associates.
- O'Neill, J. (1986). The disciplinary society: From Weber to Foucault. *The British Journal of Sociology*, 37(1), 47-52.
- Özdemir, M., Özsari, A., ve Topuz, R. (2018). Taekwondo sporcularının boş zaman yönetiminlerinin bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 26-31.
- Parker, D. S. (1976). *The Sociology of Leisure*. London: George Allen & Unwin, 17-28.
- Phan, H. P., Ngu, B. H., and McQueen, K. (2020). Future time perspective and the achievement of optimal best: reflections, conceptualizations, and future directions for development. *Frontiers in Psychology*, 11, 1037.
- Russell, B. (1999). *Aylaklığa Övgü* (Çeviri: Ergin, M.). İstanbul: Cem Yayınevi, 12-25.
- Russell, R. V., and Frances, K. S. (1996). Leisure as Burden: Sudanese refugee women. *Journal of Leisure Research*, 28(2), 108-121.
- Safran, M., ve Şimşek, A. (2009). Çocuklarda zaman algısının gelişimi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1(6), 542-548.
- Samdahl, D. M. (1991). Issues in the measurement of leisure: A comparison of theoretical and connotative meanings. *Leisure Sciences*, 13(1), 33-49.
- Sanin, B. (2019). *Türkiye'deki Meslek yüksekokulları Spor yönetimi programı öğrencilerinin boş Zaman Faaliyetlerine yönelik tutumlarının İncelenmesi* (Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi, 94-95).
- Seginer, R., and Halabi-Kheir, H. (1998). Adolescent passage to adulthood: Future orientation in the context of culture, age, and gender. *International Journal of Intercultural Relations*, 22(3), 309-328.
- Shaw, B. (1971). *The Road to Equality: Ten Unpublished Lectures and Essays*, Beacon Press, 1884-1918.
- Shirai, T., and Beresneviene, D. (2005). Future orientation in culture and socio-economic changes: Lithuanian adolescents in comparison with Belgian and Japanese. *Baltic Journal of Psychology*, 6(1), 21-32.
- Simons, J., Vansteenkiste, M., Lens, W. and Lacante, M. (2004). Placing motivation and future time perspective theory in a temporal perspective. *Educational Psychology Review*, 16(2), 121-139.
- Sivan, A., and Ruskin, H. (2000). *Leisure Education, Community Development and Populations with Special Needs*. New York: CABI, 181-187.
- Smith, J. (1998). *Daha İyi Nasıl Zaman Yönetimi?*. (Çev. A. Çimen). İstanbul: Timaş Yayınları.

- Soylu, A., ve Öztürk-Göl, M. (2010). Yönetim inovasyonu. *Sosyoekonomi*, 11(11), 113-130.
- Şahin, H. M. (2002). *Beden Eğitimi ve Sporda Temel Kavramlar Sportif-Tıbbi-Sosyal Terimler Sözlüğü*. Gaziantep: Gaziantepspor Kulübü Yayınları.
- Şenel, E. (2021). Boş zaman, rekreasyon ve turizm. *INSAC Advances in Social and Education Sciences*, 91.
- Tabachnick, B. G., and Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics*: International edition. Pearson, 112-114.
- Tekin, A., Tekin, G., ve Çalışır, M. (2017). *Rekreasyonel Spor*. Karaküçük, S., Kaya, S., Akgül, B. (Ed.). *Rekreasyon Bilimi 2*. Ankara: Gazi Kitabevi, 16-27.
- Tekke, M. (2019). Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisinin en son düzeyleri: kendini gerçekleştirme ve kendini aşmışlık. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 7(4) , 1704-1712.
- Tengilimlioğlu, D., Tutar, H., Altınöz, M., Başpınar, N. ve Erdönmez, C. (2003). *Zaman Yönetimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Topakkaya, A. (2012). Zaman kavramı bağlamında Platon-Aristoteles karşılaştırması. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (13), 219-232.
- Tribe, J. (2011). *The Economics of Recreation, Leisure and Tourism* (4. Baskı). Oxford: Butterworth-Heinemann, 2-10.
- Tütüncü, Ö. (2012). Rekreasyon ve rekreasyon terapisinin yaşam kalitesindeki rolü. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 23(2), 248-252.
- Üstün, Ö. (2018). *Rekreasyon liderlik türlerinin İstanbul Beykoz halkının rekreasyon aktivitelerine katılımları üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 7-9.
- Üstünova, K. (2005). Türkçede zaman kavramı ve işlenişi. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(9), 187-201.
- Vale, L. J. (1992). *Architecture, Power, and National Identity*. New Haven, Conn.: Yale University Press, 145-147.
- Wang, W. C., Kao C. H., Huan, T. C and Wu, C. C (2011). Free time management contributes to better quality of life: A study of undergraduate students in Taiwan. *Journal of Happiness Studies*, 12(4), 561-573.
- Yasartürk, F. (2019). Analysis of the relationship between the academic self-efficacy and leisure satisfaction levels of university students. *Journal of Education and Training Studies*, 7(3), 106-115.
- Yaşartürk, F., Akyüz, H., ve Karataş, İ. (2018). Rekreasyon bölümü öğrencilerinin boş zaman yönetimi ile akademik başarılarını etkileyen örgütsel faktörler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 233-243.

- Yavaş, Ü., Öztürk, G., Açık, C. H., ve Özer, M. (2012). Tıp fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin değerlendirilmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 11(1), 5-10.
- Yazıcı, A., ve Alpullu, A. (2020). Boş zaman egzersiz aktivitelerinin çalışma ve gelir durumuna göre incelenmesi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 2(2), 109-113.
- Yetim, G. (2014). *Boş zaman ilgileniminin boş zaman tatmini ve sadakati üzerine etkisi: Eskişehir'deki fitness merkezleri üzerine araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir, 1.
- Yıldız, M., Sahan, H., Tekin, M., Devecioğlu, S., ve Yazar, D. N. (2012). Examination of recreation levels of university students with regard to various variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 320-325.
- Yıldız, M., Şekerci, T. ve Kırtepe, A. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin gelecek zaman algı düzeylerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 255- 262.
- Yıldız, S., ve Tanrıverdi, H. (2018). Boş Zaman Yönetimi Ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. 18. *Ulusal Turizm Kongresi*, 18-22 Ekim 2017, Mardin, 833-834.
- Yılmaz, İ., Yoncalık, O., ve Bektaş, F. (2010). Zaman yönetimi davranışı ve akademik başarı arasındaki ilişki (Spor yöneticiliği bölümü öğrencileri örneğinde). *Sport Sciences*, 5(3), 187-194.
- Yılmaz, O. (2018). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman değerlendirme alışkanlıkları ve zaman yönetim becerilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli, 69.
- Zimbardo, P. G., and Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288.



EK-1. Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Bu anket çalışması, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri tezli yüksek lisans programı kapsamında **Doç. Dr. Serkan KURTİPEK** danışmanlığında **Seyfettin YILMAZ** tarafından yürütülmektedir.

Bu çalışmanın amacı, Spor Yöneticiliği Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin gelecek zaman algılarının boş zaman yönetimine etkisi olup olmadığının incelenmesidir.

Kimliğinizi belirtmeksizin vereceğiniz cevaplar yalnızca bu araştırma kapsamında kullanılacaktır. Sorulara verdiğiniz cevaplar tamamen gizli olup araştırma sadece bilimsel amaçlı yapılacak ve vereceğiniz yanıtlar 3. kişilerle kesinlikle paylaşılmayacaktır.

Lütfen her ifade için yalnızca bir seçenek işaretleyiniz ve boş madde bırakmayınız. Değerli vaktinizi ayırarak araştırmaya yapmış olduğunuz katkı için şimdiden teşekkür ederim.

Yüksek Lisans Öğrencisi: Seyfettin YILMAZ

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Serkan KURTİPEK

1. Cinsiyetiniz?: Kadın () Erkek ()

2. Kaç Yaşındasınız? :

3. Sınıfınız? : 1. Sınıf () 2. Sınıf () 3. Sınıf () 4. Sınıf ()

4. Genel Başarı Durumunuz? : 2.01-2.50 () 2.51-3.00 () 3.01-3.50 () 3.51-4.00 ()

5. Aylık Kişisel Geliriniz? : 0-750 TL () 751- 1500 TL () 1501-2500 TL ()

2501-4000 TL () 4001 TL ve Üzeri ()

6. Annenizin Eğitim Durumu? : İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()

7. Babanızın Eğitim Durumu? : İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()

EK-2. Boş Zaman Yönetimi Ölçeği

		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1.	Boş zaman için amaç belirlerim.	1	2	3	4	5
2.	Boş zamanımda yapabileceklerimin listesini yaparım.	1	2	3	4	5
3.	Boş zaman için öncelikleri belirlerim.	1	2	3	4	5
4.	Boş zamanımı günlük veya haftalık olarak düzenlerim.	1	2	3	4	5
5.	Boş zaman aktiviteleri ile ilgili bilgi toplarım.	1	2	3	4	5
6.	Boş zamanımda yapabileceğim aktiviteleri düzenlerim.	1	2	3	4	5
7.	Bekleme zamanlarımı kullanırım.	1	2	3	4	5
8.	Boş zaman kullanımımı değerlendiririm.	1	2	3	4	5
9.	Zamanımın bir bölümünü boş zaman aktiviteleri için korurum.	1	2	3	4	5
10.	Boş zamanlar anlamlıdır.	1	2	3	4	5
11.	Boş zamanlar mutluluk vericidir.	1	2	3	4	5
12.	Boş zaman kullanımı önemlidir.	1	2	3	4	5
13.	Boş zamana yönelik program yapmanın zaman kaybı olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
14.	Boş zamanın önceden kestirilemez olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
15.	Boş zamanımda ne yapacağımı bilmiyorum.	1	2	3	4	5

EK-3. Gelecek Zaman Algısı Ölçeği

		Tamamen katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1.	Şimdiki kararlarımızda geleceği düşünmek gerekmez.					
2.	Gelecekte elde edilecekler, şimdi yaşananlardan daha önemlidir.					
3.	Altı ay, çok kısa bir süre gibi gelir.					
4.	Gelecek Kasım ayı, çok yakın görünüyor.					
5.	Gelecekteki hedeflerin gerçekleşebilmesi için bugünden adım atılmalıdır.					
6.	Hayatta en önemli şey insanın uzun zaman sonra neler hissedeceği.					
7.	Kişinin 10 yıl sonra ulaşmak istediği hedeflerinin olması çok da önemli değildir.					
8.	Geleceği düşünmek gerekmez.					
9.	Şans verilse, bugüne dair isteklerimin gerçekleşmesinden geleceğe dair ümidimin gerçekleşmesini tercih ederim.					
10.	Yaz tatili çok uzak görünüyor					
11.	Bir teslim tarihi olmadan, iş bitirmem zor görünüyor.					
12.	Kişinin 10 yıl sonra ulaşmak istediği hedeflerinin olması önemlidir.					
13.	Geleceğe dair plan yapmayı sevmem.					
14.	Kişinin hayatı sonundaki başarılarıyla anılması, bugünkü başarılarıyla anılmasından					

EK-3. (devam) Gelecek Zaman Algısı Ölçeği

	iyidir.					
15.	Şu anın zevki, geleceğin getireceklerinden daha önemlidir.					
16.	İşleri her zaman son ana bırakırım.					
17.	Gelecek için plan yapmak zaman israfıdır.					
18.	Uzun vadeli hedefler, kısa vadeli hedeflerden daha önemlidir.					
19.	Geleceğe yönelik planlarımız, su anki hareket tarzımızı belirler.					
20.	Çoğu zaman öğretim dönemi hiç bitmeyecek gibi gelir.					
21.	Geleceğe dair planlarım üzerinde çok düşünüyorum.					
22.	Geleceğe yönelik tasarruf yapmak, su an istediğini almaktan önemlidir.					
23.	Gelecek için kaygılanmak anlamsızdır.					
24.	Gelecek Ekim ayı, çok uzak görünüyor.					
25.	İnsanın bugün yaptıkları, 10 yıl sonrasını çok az etkiler.					
26.	Ancak sıkışmış hissedince, harekete geçerim.					
27.	Geleceği pek düşünmem.					

EK-4. Etik Komisyon Raporu

Evrak Tarih ve Sayısı: 22.10.2021-E.198707



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : E-14574941-302.08.01-198707
Konu : Seyfettin YILMAZ

22.10.2021

Sayın Doç. Dr. Serkan KURTİPEK
Spor Yöneticiliği Bölümü Başkanlığı - Öğretim Üyesi

Enstitümüz Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı Spor Yönetim Bilimleri Programı yüksek lisans öğrencisi Seyfettin YILMAZ'ın etik komisyon başvurusu ile ilgili olarak Üniversitemiz Etik Komisyonu'nun cevabi yazısı ekte gönderilmektedir.
Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Adviye Gülçin SAĞDIÇOĞLU CELEP
Enstitü Müdürü

Ek:Etik Komisyon Yazısı ve Eki

DAĞITIM

Gereği:

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne Spor
Yöneticiliği Anabilim Dalı Başkanlığına

Bilgi:

Sayın Doç. Dr. Serkan KURTİPEK

Belge Doğrulama Kodu :BS5CKR3MPY

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi : <https://belgedogrulama.gazi.edu.tr/belgedogrulama.aspx>



Tunus Cad. No:35 Kat: 3 ve 4 P.K. 06540 Çankaya/ANKARA
Tel:0 (312) 202 33 87 Faks:0 (312) 202 82 20
e-Posta :saglikb@gazi.edu.tr İnternet Adresi :http://saglikb.gazi.edu.tr/
Kep Adresi: gaziuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için :Devrim Topuz
Bilgisayar İşletmeni
Telefon No:0(312)2023254



Bu belge,güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK-4. (devam) Etik Komisyon Raporu

Evrak Tarih ve Sayısı: 22.10.2021-E.198394



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Etik Komisyonu

Sayı : E-77082166-302.08.01-197494
Konu : Bilimsel ve Eğitim Amaçlı

21.10.2021

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı **Yüksek Lisans Öğrencisi Seyfettin YILMAZ'ın**, Doç.Dr.Serkan KURTİPEK'in danışmanlığında yürüttüğü "*Spor Yöneticisi Adaylarının Gelecek Zaman Algılarının Boş Zaman Yönetimine Etkisi*" adlı tez çalışması ile ilgili konu Komisyonumuzun 21.09.2021 tarih ve 14 sayılı toplantısında görüşülmüş olup,

İlgilinin çalışmasının, yapılması planlanan yerlerden izin alınması koşuluyla yapılmasında etik açıdan bir sakınca bulunmadığına oybirliği ile karar verilmiş ve karara ilişkin imza listesi ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi rica ederim.

Araştırma Kod No: 2021 - 944

Prof. Dr. İsmail KARAKAYA
Komisyon Başkanı

Ek:1 Liste

DAĞITIM

Gereği:

Sayın Doç. Dr. Serkan KURTİPEK

Bilgi:

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne

Belge Doğrulama Kodu :BSLCK6HYFY

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi : <https://belgedogrulama.gazi.edu.tr/belgedogrulama.aspx>

Emniyet Mahallesi Bandırma Caddesi No :6/1 06560 Yenimahalle/ANKARA
Tel:0 (312) 202 20 57 - 0 (312) 2... Faks:0 (312) 202 38 76
İnternet Adresi :<http://etikkomisyon.gazi.edu.tr/>
Kep Adresi: gaziuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için :Nursel Güner
Genel Evrak Sorumlusu
Telefon No:202 20 57



Bu belge,güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, Adı : YILMAZ, Seyfettin
Uyruğu : T.C.

Eğitim Derecesi	Eğitim Birimi	Mezuniyet tarihi
Yüksek Lisans	Gazi Üniversitesi/ Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı	Devam ediyor
Lisans	Bartın Üniversitesi / BESYO	2019
Lise	Sincan Anadolu Lisesi	2015

İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
2022-devam ediyor	Bartın Üniversitesi	Araştırma Görevlisi
2021	Yenimahalle Halk Eğitim Merkezi/Ankara	Dart Antrenörü

Yabancı Dil

İngilizce

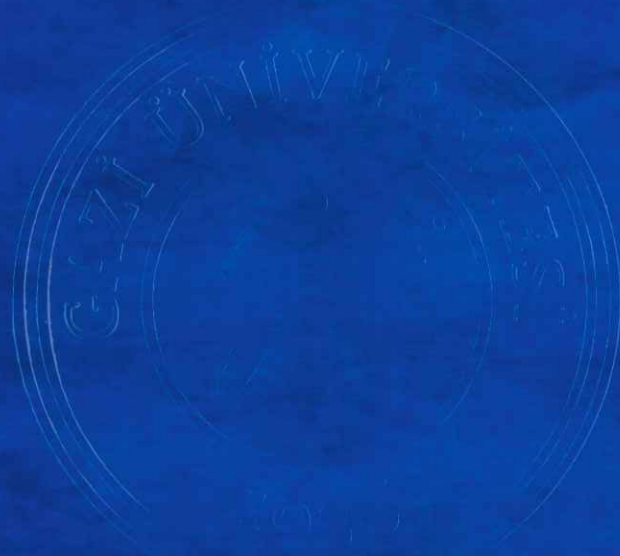
Yayınlar

Uluslararası hakemli dergilerde yayımlanan makaleler

Yılmaz, S., Kurtipek, S., ve Güngör, N. B. (2022). Investigation of the effects leisure management of sport manager candidates on achievement goal orientations. *Journal of Human Sciences*, 19(2), 208-220.



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..



GAZİ İSMAIL AKKURBAN

