



**SAĞLIKLI YAŞAM VE SPOR MERKEZLERİNE KATILAN BİREYLERİN
SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YÖNELİK TUTUMLARI VE
KARŞILAŞTIKLARI PROBLEMLER: ANKARA İLİ ÖRNEĞİ**

Murat UYGURTAŞ

**DOKTORA TEZİ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

MART, 2017

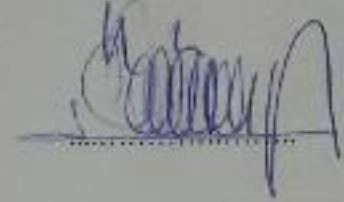
JÜRİ ONAY SAYFASI

Murat UYGURTAŞ tarafından hazırlanan "Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları Ve Karşılaştıkları Problemler: Ankara İli Örneği" adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ ile Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında DOKTORA TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Prof. Dr. Özhay GÜVEN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Doktora Tezi olduğunu onaylıyorum



Başkan : Prof. Dr. Ali Ahmet DOĞAN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kırıkkale Üniversitesi

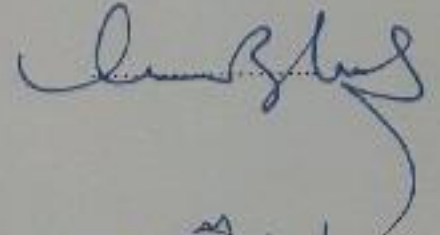
Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Doktora Tezi olduğunu onaylıyorum



Üye : Doç. Dr. Latif AYDOS

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

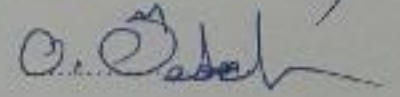
Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Doktora Tezi olduğunu onaylıyorum



Üye : Doç. Dr. Oğuz ÖZBEK

Spor Yönetim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Doktora Tezi olduğunu onaylıyorum



Üye : Yrd. Doç. Dr. Erdoğan YILMAZ

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Doktora Tezi olduğunu onaylıyorum



Tez Savunma Tarihi: 06/03/2017

Jüri tarafından kabul edilen bu tezin Doktora Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Mustafa ASLAN
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

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.

(İmza)
Murat UYGURTAŞ
06.03.2017

**SAĞLIKLI YAŞAM ve SPOR MERKEZLERİNE KATILAN BİREYLERİN SERBEST
ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YÖNELİK TUTUMLARI VE KARŞILAŞTIKLARI
PROBLEMLER: ANKARA İLİ ÖRNEĞİ**

(Doktora Tezi)

Murat UYGURTAŞ

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Mart 2017

ÖZET

Bu araştırmada, Ankara ilindeki sağlıklı yaşam ve spor merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumlarının ve yaşadıkları problemlerin demografik özelliklerine göre karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından geliştirilen “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği (SZEKTÖ)” ve “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi (SZEKPA)” kullanılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde istatistiksel yöntem olarak; frekans, yüzde dağılımları, Ki Kare testi, iki bağımsız grup için t-Testi, ikiden fazla bağımsız grup olduğunda tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Buna bağlı olarak gruplar arasındaki farkı bulmak amacıyla da Tukey LSD ve Dunnett C testleri uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumun, erkeklerin kadınlara göre olumlu olduğu belirlenmiştir. Serbest zaman etkinliklerine katılımda yaşla birlikte bilişsel tutumun arttığı, duyuşsal tutumun ise azaldığı gözlemlenmiştir. Öğrenim durumlarına göre serbest zaman etkinliklerine katılımda tutumların, istatistiki açıdan anlamlı ve lisansüstü düzey lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların etkinliklere katılımlarında, anne ve babalarının da etkili oldukları belirlenmiştir. Evli bireylerin bekâr bireylere göre daha olumlu tutum içinde oldukları da gözlemlenmiştir. Bu ayrılığın bilgiye dayalı tutumda anlamlı olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Gelir düzeyleri arttıkça etkinliklere katılıma yönelik tutumun daha olumlu olduğu belirlenmiştir. Kamu sektörü çalışanlarının diğer meslek gruplarına göre olumlu tutum içinde oldukları görülmüştür. Çalışma süreleri açısından daha tecrübeli çalışan bireylerde olumsuz tutum gözlemlenmiştir. Serbest zaman etkinliklerine katılımda cinsiyetler açısından maddeler bazında ekonomik, bireysel ve tesis problemleri alt başlıklarında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Serbest zaman etkinliklerine katılan 18-24 yaş arası katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları ekonomik problemlerin 25-30 yaş gurubu arası katılımcılara oranla daha olumsuz olduğu görülmektedir. Öğrenim durumlarına göre ise lisans öğrenim düzeyindeki katılımcıların diğer öğrenim düzeyindeki katılımcılara göre daha fazla problemlerle karşılaştıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Bilim Kodu : 1301.6.003

Anahtar Kelimeler: Sağlıklı Yaşam Merkezleri, Serbest Zaman, Rekreasyon, Tutum, Problem

Sayfa Adedi : 130

Danışman : Prof. Dr. Özbay GÜVEN

THE ATTITUDES OF INDIVIDUALS' THAT PARTICIPATE IN WELLNESS AND
FITNESS CENTERS TOWARDS LEISURE ACTIVITIES AND THE PROBLEMS THEY
ENCOUNTER

(Ph. D. Thesis)

Murat UYGURTAŞ

GAZİ UNIVERSITY
INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES
March 2017

ABSTRACT

The aim of this study is to determine the attitudes of individuals that participate in wellness and fitness centers towards leisure activities and the problems they had and to analyze whether their attitudes and behaviours differentiate or not by comparing according to the independent variants obtained from their personal knowledges. The research was evaluated with quantitative research patterns that included descriptive and scanning method aiming to determined the available situation. In this research “Leisure Activities Attitude Scale (LAAS)” and “Leisure Activities Problem Questionnaire (LAPQ)” which all developed by the researcher as data collection mean were used. In the research , t-test for the independent groups, percent distribution, frequency as statistical method, one way variance analysis were used in the evaluation of the data obtained from “Wellness and Fitness Centers Participants” Leisure Activities Attitude Scale (LAAS)”, “Wellness and Fitness Centers Participants “ Leisure Activities Problem Questionnaire (LAPQ)”. Besides, in one way variance analysis, Tukey LSD and Dunnett C Test were applied to find out in which groups there are differences between the units. Meaningfulness level in the analysis was taken as 0.05. Findings indicated that the the attitudes towards leisure activities according to the test results, it was determined that men are positively than women. Leisure Activities participation increased with age in the cognitive behavior has been observed to decrease the affective attitude. T-test results revealed statistically significant difference in “cognitive” (on behalf of college graduate and) sub-dimension of LAAS. It was described that in terms of marital status they were married, unmarried individuals in more positive attitudes than those individuals. Income levels, attitudes towards participation increased activity was determined to be more positive. In particular, public sector employees were found to have a positive attitude compared to other occupational groups. When evaluated in terms of working time in more experienced staff members it was observed negative attitude. According to the Chi Square test, significant differences have emerged in the sub-headings of economic, individual and institutional problems on the basis of gender in participation in leisure time activities. Participants in the free time activities of the 18-24 age group appear to be more unfavorable than the participants in the 25-30 age group. According to the educational status, the participants at the undergraduate level reached more problems than the participants at the other level.

Science Code : 1301.6.003
Key Words : Wellness and Fitness Centers, Leisure, Recreation, Attitude, Problem.
Page Number : 130
Supervisor : Prof. Dr. Özbay GÜVEN

TEŞEKKÜR

Bu tezin hazırlanmasında, araştırma konusunun belirlenmesinde başından sonuna kadar desteğini esirgemeyen ve bilgilerini paylaşan başta danışmanım Prof. Dr. Özbay GÜVEN' e, izleyeceğim yol konusunda desteğini esirgemeyen Doç. Dr. Özer YILDIZ' a, yöntem ve analiz konusunda bilgilerini paylaşan Doç. Dr. Oğuz ÖZBEK' e, manevi desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen Prof. Dr. Ali Ahmet DOĞAN ve Doç. Dr. Bülent GÜRBÜZ' e, ölçeklerin uygulanmasında her türlü kolaylığı sağlayan başta İbrahim Taner ÖZDEMİR ve Metin AÇER olmak üzere tüm sağlıklı yaşam ve spor merkezi çalışanlarına teşekkürlerimi sunuyorum.

Tüm süreçte varlığını esirgemeyen ve en zor zamanlarda da yanımda olan eşim Ebru UYGURTAŞ'a ve değerli aileme teşekkürlerimi sunuyorum.



İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
ÇİZELGELERİN LİSTESİ.....	x
1. GİRİŞ.....	1
2. GENEL BİLGİLER	11
2.1 Serbest Zamanın Tanımı, Tarihi, Gelişimi ve İşlevleri	11
2.1.1 Serbest zamanın tanımı	11
2.1.2 Serbest zamanın tarihsel gelişimi.....	14
2.1.3 Serbest zamanı değerlendirmenin olumlu işlevleri.....	16
2.1.4 Serbest zaman etkinlikleri ve yararları.....	18
2.2 Kentsel Rekreasyon.....	20
2.2.1 Kentleşme.....	22
2.2.2 Kent yaşamı ve serbest zaman.....	22
2.2.3 Spor ve rekreasyon alanlarının planlanması.....	22
2.3 Sağlıklı Yaşam Merkezleri.....	23
2.3.1 Türkiye’deki sağlıklı yaşam merkezleri politikaları.....	23
2.3.2 Kentsel yaşam ve sağlıklı yaşam merkezleri.....	23
2.4 Tutum.....	23

	Sayfa
2.4.1 Tutum.....	23
2.4.2 Tutumların gelişimi.....	24
2.4.3 Tutum ve davranış ilişkisi.....	26
2.4.4 Tutumun ölçülmesi.....	26
2.4.5 Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumlar.....	26
2.5 Araştırmanın Konusu İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	30
2.5.1 Yurt dışında yapılan araştırmalar.....	31
2.5.2 Yurt içinde yapılan araştırmalar.....	35
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	39
3.1 Araştırmanın Modeli	39
3.2 Evren ve Örneklem.....	39
3.2.1 Evren.....	39
3.2.2 Örneklem.....	40
3.3 Veri Toplama Araçları.....	41
3.3.1 Kişisel bilgi formunun hazırlanması.....	42
3.3.2 Açık uçlu soru formunun hazırlanması.....	43
3.3.3 Serbest zaman etkinliklerine katılımı tutum ölçeği (SZEKTÖ)'nin hazırlanması.....	44
3.3.4 Ölçeğin (SZEKTÖ) geçerlik çalışması.....	44
3.3.5 Ölçeğin (SZEKTÖ) güvenirlik çalışması.....	47

Sayfa

3.3.6 Serbest zaman etkinliklerine katılımda problem anketi (SZEKPA)'nin hazırlanması.....	49
3.4 Verilerin toplanması ve bilgisayar ortamına aktarılması.....	50
3.5 Verilerin istatistiksel analizi ve değerlendirilmesi	50
4. BULGULAR	53
4.1 Araştırma Grubunun Demografik Özellikleri	53
4.2. Araştırma Grubunun Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği (SZEKTÖ) Puanlarının Analiz Sonuçları	54
4.3. Araştırma Grubunun Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi (SZEKTÖ) Puanlarının Analiz Sonuçları.....	58
4.4. Araştırma Grubunun Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına Yönelik Tutum ve Problemlerinin Demografik Özelliklerine Göre Analizleri	64
5. TARTIŞMA	81
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	91
KAYNAKLAR.....	97
EKLER.....	107
EK-1 Etik Komisyon Raporu	108
EK-2 Kişisel Bilgi Formu	109
EK-3 Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği	110
EK-4 Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi	111
EK-5 Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezlerinin İlçelere Göre Dağılımı	113
EK-6 Ankara 2014-2023 Kalkınma Planı.....	116
EK-7 Çalışmanın Uygulandığı Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezleri	117
EK-8 Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği Taslağı	118
EK-9 Bireysel Görüşme Formu	120
EK-10 Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü İzin Yazısı	124
EK-11 Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezleri Olur Yazıları	125
ÖZGEÇMİŞ.....	129

ÇİZELGELERİN LİSTESİ

Çizelge	Sayfa
Çizelge 3.1. Ankara İli Merkezinde Spor Merkezlerinde Serbest Zaman Etkinliklerine Katılan Bireylerin İlçelere ve Cinsiyetlerine Dağılımı.....	40
Çizelge 3.2. Araştırmaya Katılan Bireylerin İlçelere ve Cinsiyetlerine Göre Dağılımı.....	41
Çizelge 3.3. Ölçeğin (SZEKTÖ) Faktör (Döndürülmüş Temel Bileşenler) Analizi Sonuçları.....	45
Çizelge 3.4. Ölçeğin (SZEKTÖ) Güvenirlilik Analizi Sonuçları.....	48
Çizelge 3.5. Ölçeğin (SZEKTÖ) Madde Toplam Test Korelasyonu Sonuçları....	48
Çizelge 4.1. Araştırma Grubunun Demografik Özellikleri.....	53
Çizelge 4.2. Araştırma Grubunun Ölçeğin (SZEKTÖ) Duyuşsal Tutum Boyutundaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri.....	55
Çizelge 4.3. Araştırma Grubunun Ölçeğin (SZEKTÖ) Bilişsel Tutum Boyutundaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri.....	56
Çizelge 4.4. Araştırma Grubunun Ölçeğin (SZEKTÖ) Davranışsal Tutum Boyutundaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri.....	57
Çizelge 4.5. Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Ekonomik ve Zaman Problemleri Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri.....	58
Çizelge 4.6. Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Psikolojik Problemler Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri	60
Çizelge 4.7. Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Bireysel Problemler Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri	61

Çizelge	Sayfa
Çizelge 4.8. Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Tesis Problemleri Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri	63
Çizelge 4.9. Araştırma Grubunun Cinsiyetlerine Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi	65
Çizelge 4.10. Araştırma Grubunun Yaş Gruplarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi.....	66
Çizelge 4.11. Araştırma Grubunun Öğrenim Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi.....	67
Çizelge 4.12. Araştırma Grubunun Annelerinin Öğrenim Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi.....	68
Çizelge 4.13. Araştırma Grubunun Babalarının Öğrenim Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi.....	69
Çizelge 4.14. Araştırma Grubunun Medeni Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi.....	70
Çizelge 4.15. Araştırma Grubunun İktisadi Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi.....	71
Çizelge 4.16. Araştırma Grubunun Gelir Düzeylerine Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi.....	72
Çizelge 4.17. Araştırma Grubunun Mesleklerine Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi.....	73
Çizelge 4.18. Araştırma Grubunun Çalışma Sürelerine Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi.....	74
Çizelge 4.19. Araştırma Grubunun Cinsiyetlerine Göre Serbest Zaman Etkinliklerinde Yaşadıkları Problemlere İlişkin Analiz.....	75
Çizelge 4.20. Araştırma Grubunun Yaş Gruplarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerinde Yaşadıkları Problemlere İlişkin Analiz.....	77
Çizelge 4.21. Araştırma Grubunun Öğrenim Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerinde Yaşadıkları Problemlere İlişkin Analiz.....	79

1. GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın konusuna yönelik problemin durumu, araştırmanın amacı, önemi, varsayımları, sınırlıkları ve tanımları alt başlıklarına yer verilmiştir.

Problem Durumu

Önceleri modern, sonraları post modern toplumlarda ön plana çıkmış temel konulardan birisi de insanın çalışma yaşamı ile birlikte elde ettiği sosyo-psikolojik çıktılar olmuştur (Kelly, 1990., Tordkilsen, 2005). Ancak, özellikle sanayi sonrası toplumlarda hızla gelişen bir konu olarak, insanın çalışması kadar “çalışma dışı” zaman da önemsenmektedir (Ceyhun, 2008. Kovacs, 2007). Bu bağlamda, “serbest zaman” kavramı ile birlikte ve bu zaman diliminde yapılan etkinliklere bağlı olarak elde edilen doyum gittikçe önemli hale gelmektedir. Serbest zaman alanına ilişkin artan çalışma isteği gün geçtikçe birçok alandan araştırmacının gündelik hayatında yer almaktadır. “Serbest zaman” basit ifadeyle bütünüyle kullanılmayan zaman dilimidir (Demiray, 1987). Serbest zaman bireyin hayatını devam ettirmek amacıyla ilgilenmesi gereken uğraşların dışında kişisel tercihlerine ayıracağı zaman olarak da tanımlanmaktadır. Bir başka tanıma göre serbest zaman gündelik yaşamın fizyolojik ihtiyaçlar, dinlenme ve çalışma dışında kalan, kişinin kendi tercihlerine göre kullanabileceği zamandır. Bu zamanın değerlendirilmesi ise, bireyin istediği bir haz ile ilgi alanına bağlı olarak doyum sağlamak amacı ile bireysel veya grupla bireyin kendi istediği bir zamanda yapılan etkinliklerdir (Karaküçük, 1999). Bu etkinlikler kişinin çalışma dışı zaman aralığında olup, serbest zamanın bir parçasıdır (Demir, Demir, 2007).

Serbest zaman alanında sıkça başvurulan iki sözcük olan serbest zaman ve rekreasyon, bir ölçüde benzeştiği halde, aynı şekilde de ifade edilememektedir. Rekreasyon, yukarıda tanımlanan serbest zamanın çeşitli etkinliklerle değerlendirilmesi olarak kabul edilmektedir. Aristo, serbest zaman etkinliğini, “belirli bir zaman dilimi içinde farklı bir amaç bulundurmadan, sadece yapmak için yapılan bir etkinliğin içinde bulunma durumu” olarak tanımlamıştır (Kraus, 1971). Fransız sosyologlarından Dumazedier de, serbest zaman etkinlikleri içeren rekreasyonu “Serbest zaman etkinliği, kişinin iş yaşamı, aile ortamı ve toplumsal ihtiyaçlar dışında, dinlenmek, bireysel gelişimini sağlamak ve topluma katılımını artırmak için kendi isteğiyle farklı şeyler ortaya koyma yeteneğini harekete geçiren bir etkinliktir” (Kraus, 1971).

Bireylerde ekonomik yarar sağlayabilme durumunun artması, çalışma koşullarının daha iyi hale getirilmesi ile ortaya çıkan serbest zamanın verimli bir şekilde değerlendirilmesi, şimdiki toplumların öncelikli ilgilenmesi gereken konularından biri olarak kabul edilmektedir. Bu durum, aynı zamanda gelişme unsurlarından birisi olarak ifade edilmektedir. İnsanların toplumsal ihtiyaçlarını gidermeleri, fiziksel ve ruhsal sağlıklarını koruyabilmeleri ciddi derecede serbest zamanda bulundukları etkinliklerle yüksek ilişkilidir (Howat, 2009). Kişileri yoğun, yorucu, rutin ve sıkıcı olan iş hayatının zararlı etkilerinden uzaklaştırmak; genellikle dinlendirici rahatlatıcı ve yeniden toparlayıcı özelliğe sahip olan rekreatif nitelikli serbest zaman etkinlikleriyle gerçekleşebilmektedir. Çalışmalarda, serbest zamanın olumlu kullanımının artmasının kendini gerçekleştirme ve ruhen sağlıklı kişilerin oluşmasına katkıda bulunduğu ifade edilmektedir (Passmore, 2001).

Bedensel etkinliklerin toplumlarda sosyal farklılaşma ve sosyal bütünleşme arasındaki uyumu sağlamada önemi çok büyüktür. Bu uyumu sağlamanın yanı sıra anlaşmazlıkların çözülmesi, olumsuz davranışların giderilmesi ve bunun gibi durumların toplum lehine dönüştürülmesi anlamında beden eğitimi ve spor önemli bir etken olarak karşımıza çıkmaktadır (Erkal, Güven ve Ayan, 1998). Bu açıdan toplumdaki kişilerin sağlıklı olması, bireysel olarak kendini ifade edebilmesi, yetenek ve beceri düzeylerinin farkında olabilmesi, var olan bu özelliklerini tümüyle gerçekleştirebilmesi için serbest zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirmesi gerekir. İnsan bedeninin sağlıklı olabilmesi ve aktifliği, bireyin hareketliliği ile içiçe olma durumu nedeniyle, bedensel etkinliklere katılmak çocukların ve gençlerin fiziksel, mental gelişimi ve topluma katılması, yetişkin ve yaşlıların sağlıklı yaşayabilmeleri için gerekli bir hal almıştır (Çamlıyer, 1992). Bu açıdan bakıldığında serbest zamanları değerlendirmenin öncelikli gayesi, bireye zindelik, mutluluk, dinlenme, eğlenme ve kişilik bütünlüğü aşılama ve böylelikle toplumun gelişmesine de olumlu yarar sağlamaktır.

Serbest zaman yaşamın her döneminde, özellikle çocukluk ve ergenlikte sosyal, fiziksel, zihinsel ve duygusal gelişim açısından çeşitli yararlar sunan bir kaynak olarak da görülmektedir. Yetişkinlik döneminde ise serbest zaman etkinlikleri genel doyum düzeyini arttıran ve stres ve rutinden kurtulmaya katkı sağlayan bir etken olarak da düşünülmektedir (Passmore, 2001).

Bununla birlikte, serbest zamanın birçok özellikle etkileşimi incelenmiştir. Serbest zaman fiziksel, mental (stres, kaygı) ve sosyal iyilik (wellness) düzeyi üzerine (Ho, 1996. Trenberth,

1999), yaşam doyumu (Edginton, 2002., Llyod, 2002), yaşam kalitesi (Llyod, 2002., Ngai, 2005) ve iş doyumu (Pearson, 1998) üzerine olumlu etkileri birçok araştırmacı tarafından ispatlanmıştır.

Bedensel etkinlikler, serbest zaman değerlendirme etkinlikleri içinde en çok tercih edilenidir (Pulur, 2003). Bu türdeki etkinliklerin benzemesi sebebiyle, toplumun her kesiminden bireyin her türlü bedensel etkinlik ihtiyaçlarını karşılayabilecek içeriğe ve niteliğe sahip bir sosyal durumdur. Serbest zaman etkinlikleri, her türlü etkinlik alanlarında, materyal kullanarak ya da kullanmadan, şiddetli ya da hafif, bireysel ve/veya grup olarak, zamana karşı veya zaman kavramı içermeyen, ulusal ya da uluslararası yapılabilen ve daha birçok özelliği, çeşitli, niteliği ve sosyalliği ile bireylere türlü etkinlik seçeneği sunabilmektedir. Bütün bu özelliklerine ek olarak bedensel etkinlikler bireylere sorumluluk alabilme ve ortak amaç doğrultusunda birlikte hareket etme becerileri de sağlamaktadır. Bu sayede bireyler, topluma katılabilme ve kendini ait hissetme gibi duyguları toplumsal ilişkilerine de bilinçli bir şekilde yansıtabilmektedirler (Erkal ve Ark., 1998).

Serbest zaman etkinlikleri bir taraftan popüler ve yaygın oluşuyla, diğer yandan da genç kuşaklar ve çeşitli sınıflar üzerindeki etkisiyle önemli bir toplumsal olgudur. Kimi için eğlence, saygınlık, dinlenme kaynağı olan bu etkinlikler, kimi için ise bir kazanç kaynağı da olabilmektedir. Tüketime dayalı toplumlarda ise bu durum, ya bir serbest zamanları değerlendirme etkinliği ya da kar elde etme aracı olarak da görülebilmektedir.

Serbest zamanların sektöre dönüşmesi anlamında, kent yaşamında kitle sporuna yön veren sağlıklı yaşam merkezleri karşımıza çıkmaktadır. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte politik, ekonomik ve toplumsal hayat üzerindeki etkilediği durumlara benzer bir şekilde özellikle 1950'li yıllardan itibaren, Türkiye'de yoğun bir kentleşme durumu da dikkatlerden kaçmamaktadır. Tarımsal toprakların kentlere göç eden bireylere yetmemesi, daha verimli ortamlarda yaşama beklentisi, eğitim-sağlık vb. ihtiyaçların karşılanması gibi nedenlerle şehirlere akın eden nüfus, ülkemizde çağdaş şehircilik kavramının daha ciddiye alınmasını gerekli kılmıştır (Çelik, 2007). Kültür, sanat, sağlıklı yaşam merkezlerinin dışında serbest zaman değerlendirme etkinliklerini zenginleştiren alanlar aynı zamanda kentin kimliğini de yansıtmaktadır (Tatlıdil, 2009). Gelişmiş pek az Avrupa ülkesinin spor yönetim sistemlerine bakıldığında sağlıklı yaşam merkezlerinin halkın bedensel etkinliklere katılımı konusunda ve serbest zaman etkinliklerinin oldukça yoğunlaştıkları açıkça görülebilir (Akdenk, 1989).

Türk toplumu çok dinamik bir toplum olduğu için, bedensel etkinliklerin de Türk Tarihinde çok önemli bir yeri vardır. Cumhuriyetin ilk yıllarında sistemli bir durumda olmayan beden eğitimi ve spor etkinlikleri, Atatürk' ün çabalarıyla genç neslin kendilerini gerçekleştirebilecekleri fırsatları bulabilmesine imkân yaratacak etkinlikler haline gelmiştir. Çünkü Atatürk beden eğitimi ve sporun sadece bedensel etkinlik olarak düşünölemeyeceğini, bunun yanında bireylerin gelecekteki yaşamlarında da bunu bir yaşam biçimine dönüştüreceğini, düzenli ve disiplinli beceriler kazandıracak bir olgu olduğunun önemini vurgulamaktadır. Bu anlamda, beden eğitimi ve sporun sistemli bir şekilde toplumun eğitiminde kullanılması devletin temel görevleri arasında kabul edilmektedir (Güven, 2007).

Toplum bireylerinin sağlıklı yaşamlarını devam ettirmesi adına, halka açık yerlerde ve sağlıklı yaşam merkezlerinde beden eğitimi ve spor etkinliklerinde bulunan bireylerin servis kalitesi, daha fazla etkinlik seçeneğı, uzman eğitici yardımı ve sosyalleşme amaçlarından dolayı serbest zaman etkinlikleri için sağlıklı yaşam ve spor merkezlerini seçtikleri bilinmektedir (Howat, 2009). Bu durum Atatürk' ün sağlıklı bir toplumun yaşam biçimi olarak beden eğitimi ve sporu benimsemesi gerekliliğı düşüncesini günümüzde de destekler niteliktedir (Güven, 2007). Atatürk, sağlıklı ve güçlü bir toplumun bedensel etkinliklere katılımına bağılı olduğunu savunuyordu.

Türkiye'de normalin üzerinde bir şekilde gelişen kentleşmenin beklenen bir çıktısı olarak ortaya çıkan sorunlardan birisi de kentsel alanda yaşayan bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılabilecekleri alan ihtiyacıdır. Türkiye' de beden eğitimi ve sporun modernleşme çalışmaları Atatürk' ün 1927 de çıkarttırdığı Belediye Kanunu ile hız kazanmış, sporun yayılması ve toplumun bedensel etkinliklere katılımını sağlayacak tesislerin yapılması sağlanmıştır. Bu kanun sayesinde Ankara'daki stadyum, gençlik parkı ve hipodrom gibi modern spor tesisleri hayata geçirilmiştir (Güven, 2007). Bu tesislerde binicilik, atlı polo, Gazi Koşusu ve milletlerarası birçok etkinliğe sahne olmuş futbol müsabakaları düzenlenmiştir. Bu açıdan bakıldığında, Ankara, modern toplumların spor anlayışına uyum anlamında Avrupa standartlarında şekillenmeye başlayan bir kent durumundadır (Güven, 2004). Türkiye' de modern sporun temellerinin atılmasının izlerini taşıyan spor tesislerinde, topluma hizmet sunan sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin ve bu tesislerin topluma sundukları etkinliklere yönelik tutum ve yaşanan problemlerin önem arz ettiğı düşünölmektedir.

Yapılan çalışmalara incelendiğinde çalışan bireylerin ya da öğrencilerin katıldıkları serbest zaman etkinlikleri, katılım amaçları ve kazanımları gibi konularda sonuca gidilse de kentsel

yaşamın bir sonucu olan sağlıklı yaşam merkezlerinde serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları ve yaşadıkları problemler üzerine yapılan çalışmaların yetersizliği dikkat çekmektedir. Oysa ki bireylerin tutumu içinde bulundukları davranışsal, bilişsel ve duyuşsal durumla birlikte değişebilmektedir. Serbest zamana ilişkin etkinliğe katılım ise, serbest zamana ilişkin tutum, etkinliğe yönelik isteklendirme, karşılaşılan problemler ve bu kavramların

davranışsal ve sosyal düzenlemeleri ile ilişkilendirilmektedir (Barnett ve Klitzing, 2006). Buradan hareketle bu konuda kapsamlı bir çalışma yapılmamış olması dikkate alınarak, yapılmış olan bu çalışmanın, alandaki eksikliği giderebileceği düşünülmüş ve bu çalışmaya ihtiyaç duyulmuştur. Bu amaç doğrultusunda çalışmada, modern şehir planlamalarında sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin önemini betimlemeye yönelik uygulamalardaki örnekler değerlendirilmiş olup, bu alanlarda düzenlenen etkinliklere katılan bireylerin tutum ve karşılaştıkları problemler ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır.

Problem Cümlesi

Ankara ilindeki sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutum ve problemleri demografik özelliklerine göre farklılık göstermekte midir?

Bu problem doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır;

Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları;

1. Cinsiyetler açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?
2. Yaş grupları açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?
3. Öğrenim durumları açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?
4. Anne ve babalarının öğrenim durumları açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?
5. Medeni halleri açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?
6. İkamet ettikleri semtler açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?
7. Gelir düzeyleri açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?
8. Meslekleri açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?

9. Çalışma süreleri açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?

Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerinde karşılaştıkları problemler;

10. Cinsiyetler açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?

11. Yaş grupları açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?

12. Öğrenim durumları açısından karşılaştırıldığında anlamlı farklılık var mıdır?

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı; Ankara ilindeki sağlıklı yaşam ve spor merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumlarını ve yaşadıkları problemleri belirlemek, bu tutum ve problemlerin serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin kişisel bilgilerinden elde edilecek olan bağımsız değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymaktır.

Araştırmanın Önemi

Beden eğitimi ve sporun, bir toplumun beden ve ruh sağlığı açısından sağlıklı olmasında önemli bir yer tutması tartışmasızdır (Güven, 2007). Bedensel etkinliklerin yaş, cinsiyet, fiziksel yetersizlikler gözetmeksizin toplumun her kesiminde yaygınlaşmasını ve tüm yaşam süreci içinde düzenli olarak yapılabilmesi yönündeki önemli görevleri üstlenen merkezlerden bir tanesi de sağlıklı yaşam ve spor merkezleridir. Bu işlev ve sorumluluklarıyla sağlıklı yaşam ve spor merkezleri bireylerin kullanım amaçlarına yeterince hizmet edebilecek düzeyde olmaları beklenmektedir (Tuncay, 2000).

Türkiye’de hızlı şehirleşmenin olağan bir sonucu olarak ortaya çıkan problemlerden birisi de, kentsel alanda yaşayan insanların serbest zamanlarını değerlendirebilecek alan ihtiyacıdır. Bu araştırmada modern şehir planlamalarında serbest zaman etkinlikleri alanlarının önemini betimlemeye yönelik uygulamalardaki örnekler değerlendirilmiş olup, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde düzenlenen etkinliklere katılan bireylerin tutum ve karşılaştıkları problemler ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır.

Türkiye’de düzenli bedensel etkinliklere katılım alışkanlığı çok fazla yaygın değildir. Fakat son yıllarda sayıları bir hayli artan sağlıklı yaşam ve spor merkezleri, bireylerin düzenli

egzersiz yapmalarında etkili bir araç olarak görülmektedir. Bu kültürün yeterince yerleşmemiş olması da buralarda serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin bedensel etkinliklere katılırken yeterince verim almamasına yol açabilmektedir (Trenberth, 1999).

Bu anlamda bu çalışma kentsel yaşamın bir parçası olan sağlıklı yaşam merkezlerinde serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ve problemleri ortaya çıkararak, serbest zaman etkinliklerinin toplumsal yönüne farklı bir bakış açısı getirecektir.

Bununla birlikte serbest zaman etkinliklerinin bireysel ve toplumsal gelişimine olan faydaları da göz önünde bulundurulduğunda, yaşanan problemlerin çözümüne öneri getirerek serbest zaman etkinliklerinin kentsel yaşamda daha da fazla tercih edilmesi anlamında önemli olacaktır.

Araştırmanın Denenceleri

1. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılık vardır.
2. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile yaş grupları arasında anlamlı farklılık vardır.
3. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile öğrenim durumları arasında anlamlı farklılık vardır.
4. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile anne ve babalarının öğrenim durumları arasında anlamlı farklılık vardır.
5. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile medeni halleri arasında anlamlı farklılık vardır.
6. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile ikamet ettikleri semtler arasında anlamlı farklılık vardır.
7. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile gelir düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.
8. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile meslekleri arasında anlamlı farklılık vardır.

9. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile çalışma yaşları arasında anlamlı farklılık vardır.

10. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerinde yaşadıkları problemler ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılık vardır.

11. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerinde yaşadıkları problemler ile yaş grupları arasında anlamlı farklılık vardır.

12. Ankara ilindeki sağlıklı yaşam merkezlerine katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerinde yaşadıkları problemler ile öğrenim durumları arasında anlamlı farklılık vardır.

Araştırmanın Varsayımları

Bu çalışmanın planlanıp yürütülmesinde ve ulaşılabilecek olan bulguların değerlendirilmesinde aşağıda verilen varsayımlardan hareket edilmiştir;

- Araştırmaya katılan örneklem grubu “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği” ve “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi” nde yer alan ifadeleri gönüllü olarak doğru ve samimi bir şekilde değerlendirdikleri kabul edilmiştir.
- Seçilen örneklemin, evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma, aşağıda belirtilen sınırlılıklar dâhilinde planlanıp uygulanmıştır;

- Çalışma, Ankara ili Yenimahalle, Keçiören, Çankaya ve Etimesgut ilçelerindeki 17 sağlıklı yaşam ve spor merkezinde etkinliklere katılan 428 kişi ile sınırlandırılmıştır.
- Bu çalışma, araştırmacı tarafından geliştirilen “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği” ve “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi” nden elde edilecek verilerle sınırlıdır.
- Bu çalışmada elde edilen tüm bulgular, katılımcıların ölçek ve anket formuna verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.
- Serbest zaman etkinliklerine katılımda tutum ölçeği ve problem anketi, yalnızca okur-yazar katılımcıların tutum ve problemleri ile sınırlıdır.

Tanımlar

Araştırmanın konusuna yönelik olmak üzere, çalışma üzerinde genel tarama yapılırken okuyucuya bir bakış açısı kazandıracağının düşünüldüğü bazı terimler aşağıda açıklanmıştır.

Serbest Zaman: Bireyin, zorunlu ihtiyaçlarını karşıladığı zamanlar dışında kalan ve gönüllü olarak yaptığı aktiviteleri içeren zaman dilimidir (Kovacs, 2007).

Rekreasyon: Bireyin yeniden yapılanması, yenilenmesini içeren kavramdır (Tordkilsen, 2005).

Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezleri: Uzman eğitmenler liderliğinde, belirli bir ücret karşılığında spor ekipmanlarının halkın birçok kesimine sunulduğu, tüketici odaklı belirli bir tesis içinde yapılan spor organizasyonu türüdür (Alexandris ve Palialia, 1999).

2. GENEL BİLGİLER

2.1 Serbest Zamanın Tarihi, Gelişimi ve İşlevleri

2.1.1 Serbest zamanın tanımı

Serbest zaman kavramı kelime olarak İngilizce *Leisure* yani serbest olma, fırsat tanıma kelimesinden gelmiştir. Kavram zorlayıcılığın olmaması ya da serbestliğin olduğu durumlarla ilişkilendirilmiştir. Çalışma dışı zamanların artmasıyla birlikte serbest zaman kavramı daha çok tartışılmaya başlanmıştır. Sistemin de öngördüğü şekilde serbest zamanın verimli bir şekilde değerlendirilmesi bireyin üretken bir biçimde toplumda sürekliliğini sağlamaktadır (Veal, 1992).

Çalışan bireyler için serbest zamanın anlamı da genel olarak bu tanımlamaları içermektedir. Serbest zaman iş yaşamının insana verdiği olumsuz durumlardan kurtulmaya yarayan, toplumda var olmasını sağlayan ve insan için gittikçe önem kazanan bir kavram halini almıştır. Bu anlamda serbest zamanlar özellikle de çalışan bireylerin topluma uyum sağlamasında ve bir sonraki hayatına yeniden yapılanmasında önemli özgür bir alan yaratmaktadır (Bull, 2003).

Günümüzde serbest zaman en geniş tanımıyla rahatlama, dinlenme, sorunlu ihtiyaçların dışında kullanılan ve yine o zorunlu zamanlar için yeniden yapılanma olarak tanımlanmaktadır. Daha önce de belirtildiği gibi bu genel tanımdan yola çıkarak, serbest zamanın bireylere çalışma süresi dışında tanınmış olan bir hak, bu sebeple de çalışma hayatı ile ilişkilendirilebilen bir zaman dilimini çağrıştırmaktadır. Bu anlamda serbest zaman içinde doğaçlama, rutin hayatın baskısından kaçış ve özgürlüğü barındırır (Rojek, 1995).

Murphy'e (1997) göre serbest zaman kişinin isteği dâhilinde ya da zorunlu zamanlarının dışında; en yaygın anlamı ile, bireyin çalışma saatleri dışında kalan diğer zorunlu ihtiyaçlarının dışında (yemek yeme, dinlenme vs.) özgürce seçimini kullandığı aktivitelerle uğraşmasıdır. O bu konuyla ilgili olarak bireyin kendisine ayırdığı serbest zaman içinde kendini gerçekleştirmek ya da eğlenmek amaçlı katıldığı aktivitenin öznelliğini ve rahatlığını yaşadığını vurgular (Murphy, 1997).

Alanla ilgili çalışmalar yapan araştırmacıların çoğu 19. Yüzyıl gelişmelerinin ve endüstrileşmenin de etkisiyle kapitalist sistemle birlikte ele alınması gerekliliğini vurgulamışlardır. Bu bağlamda serbest zamanın yeni anlamları kazandığı önem sanayi devrimi

ile birlikte özellikle daha farklıdır. Günümüzdeki serbest zaman anlamı, içinde bulunduğumuz çağdaş çalışma hayatıyla bütünleşmiş durumdadır.

Serbest zaman, çalışma kavramının olmadığı ilkel toplumlarda Whitrow' un "İlkel insanlar mevcut an için yaşarlar, tıpkı bizlerin de eğlendiğimiz zamanlarda yaşaması gibi" sözleri ile tanımlanmaktadır. Çünkü serbest zaman hiçbir zaman avcı-toplayıcı ilkel toplumlarındaki gibi olamazdı (Zerzan, 2004). Serbest zaman, avcı-toplayıcı toplumların yaşadığı günden bugüne kadar, toplumların birbirlerine günlük yaşamı çevreleyen sistemin gerekliliklerinin aktarımı görevini üstlenmiş durumdadır. Serbest zaman bu süreç içinde tabaka, yaşam kalitesi, yeniden üretim, artı değer, medya gibi birçok kavramla da ilişkili hale gelmiştir. Çünkü serbest zaman kendi içinde her zaman rahatlamayı değil, farklılaşmayı da içermektedir. Bu nedenle serbest zaman, düşünce tarzını, ekonomik çıkarı, kültürel yapıyı, medyayı da içeren bir yaşam alanı olarak da kabul görmektedir (Aytaç, 2006).

Bu tanımlamalara ek olarak serbest zaman kavramı, tarihsel bir bakış açısıyla da tanımlanmıştır. Bu tanımlamada kavram sistemin gelişmesi sürecinin bir parçası olarak görülmektedir. Endüstrileşmenin öncesi ve sonrası ile ilişkilendirilen serbest zaman kavramının, modern anlamıyla çalışma yaşamından ayrılmaya başladığı savunulmaktadır (Burke, 1995). Başka bir deyişle iş yaşamında görev tanımlamalarının daha açık yapılması ve profesyonelleşmenin ön plana çıkması ile birlikte serbest zaman kavramı da önem kazanmıştır. Aynı zamanda Burke' e göre kavram antik çağa kadar uzanmakta, Grek Uygarlığından beri de kullanılıyor olması serbest zamanın önemini daha da artırmaktadır.

Hunnicut (1988) kavramı tanımlarken, sınıf ayrımına da değinmiştir. Serbest zamanları değerlendirmede özellikle 16. Yüzyılda üst sınıf soylularının etkin bir konumda olduğunu vurgulamıştır. Bu zamandan sonra sınıfların ilgi alanlarına yönelik tüketim araçlarını kullanmalarının farklılıklara da yol açtığını ifade etmiştir. Bununla birlikte Hunnicutt, çağdaş serbest zaman kavramının ortaya çıkışını toplumda statü ve farkındalık yaratmaya bağlı olduğunu da ileri sürmüştür. Tanımlamalardan kavramın tarihin farklı dönemlerinde insanlar için farklı anlamlar taşıdığını görmek mümkündür. Yani kavram tartışılırken ait olduğu dönem içinde grup ya da tabakalar arasında serbest zamanın ne anlam ifade ettiğini de tartışmanın gerekliliği ortaya çıkmıştır. Buna göre günümüzde ne ifade ettiği ile daha önceki dönemlerde nasıl anlamlandırıldığını ayrı ayrı tartışmak gerekmektedir (Hunnicut, 1988).

Tanımlamalardaki bu ayrım, 20. Yüzyılın başlarına kadar fark edilmemiş bir unsur olarak karşımıza çıkmakla birlikte, bu zamandan itibaren alanda daha fazla çalışmanın yapıldığını da eklemek gerekir. Barret (1989), serbest zaman kavramının iş yaşamının etkisi altında önemsiz bir hal almasına neden olduğunu ifade etmiştir. Çünkü tanımlamalara göre iş üzerinde durulması gereken bir konu, serbest zaman ise değersiz olarak tartışılmıştır. Bir başka deyişle serbest zaman aktiviteleri, kendisinden daha önemli bir kavram olan çalışmanın dışında kalan, ondan sonra ve onun için yapılan davranışlar olarak özellik kazanmıştır. Buradan hareketle Barret ayrıca tüketim unsuruna da değinmiştir. Serbest zaman kavramının tartışılmasında çalışma ile serbest zamanın iç içe girmiş olmasının da kaçınılmaz olduğunu ortaya koymaktadır (Barrett, 1988).

Graefe ve Parker (1997) insanların serbest zamanlarını daha verimli ve planlı bir şekilde geçirmeleri için başka kişiye/kişilere de ihtiyaç duyduğunu, bunun da bu alanla ilgili eğitim almış bireylerin yardımıyla sağlanmasının tüketimi artırdığını savunmaktadır (Graefe, 1997). Bu durumu Russel (1996) buna benzer şekilde, çalışma saatlerinin aşağıya çekilmesi durumunda, serbest zamanlarda toplumun ihtiyaç duyduğu tüketim araçlarına duyulan talebin de azalacağını ifade etmektedir. Bu tanımdan hareketle bireylerin hayatta kalabilmek için ihtiyacı olan araçlara ulaşabilecek durumda olmadığı için içinde bulunduğumuz sisteme de duyulan ihtiyaç azalacaktır (Russell, 1996).

İş yaşamı gibi baskıcı ve kesin çizgileri olmayan, tüketim araçlarına ihtiyaç duymadan, bireyin tamamen kendisi için gerçekleştirdiği sosyal ve kültürel etkinlikler de serbest zaman tanımlamaları içinde değerlendirilmektedir (Aydoğan, 2000). Başka bir deyişle bireyin kendini ifade etmek anlamında katıldığı bireysel ya da grup aktiviteleri serbest zamanlar içinde yapılmaktadır. Buna ek olarak Sayers (1989) serbest zaman etkinlikleri ile ilgili olarak, çalışmanın dışında yapılması, tüketim araçlarını kullanma zorunluluğunun olmaması ve ekonomik olarak bir baskının olmaması durumunda yapılan etkinlikler olması gerekliliğini ortaya koymuştur. Tanımlamalarında zorunluluk ile tüketim unsurunun arasındaki ilişki üzerinde durmuştur (Sayers, 1989).

Etkinlik olarak serbest zaman insanın fizyolojik ihtiyaçlarını yanı sıra, kişisel sorumlukları ya da diğer toplumsal görevlerinden arta kalan zamanlar içinde, bu görev ve sorumluluklarından kaçış amacıyla kendisini daha rahat ifade edebildiği bir alan olarak da tanımlanmaktadır (Aydoğan, 2000). Aydoğan serbest zamanı iç ve dış dünyanın uyumunu sağladığı, hayatının

kendisine yüklediği görevlerden sıyrılıp daha özgür olarak ifade edebildiği ve düşünebildiği hatta sorgulayabildiği bir zaman dilimi olarak tanımlamıştır.

2.1.2 Serbest zamanın tarihsel gelişimi

Teknoloji ile çalışma yaşamının bireyi daha sosyal hale getirmenin endişeli bir önerme halini aldığı günümüzde, zamanın insan gibi geliştirilebilir olup olmadığı da sorgulanmaktadır. Burada en önemli konu ise; zamanın neden olduğu temel baskı en etkili bir şekilde nasıl deneti altına alınabilir ya da değiştirilebilir? Oysa bunu düşünmek yerine neden bu algı bütünüyle ortadan kaldırılamaz? Zaman kavramının çalışma yaşamıyla birlikte insanların üzerine etkileyen bu baskısı teknolojiyle birlikte kendisini tamamen göstermiş ve gün geçtikçe bilimin de tatminkâr tanımlaması yapılmasından dolayı hayli karmaşık bir hal almıştır (Zerzan, 2004).

Bu karmaşıklık özellikle endüstriyel kapitalizm sürecinde de çalışan kesime uygulanan baskının da artmasıyla çalışma zamanı ve serbest zaman kavramlarını da kapsamıştır. Bu açıdan bakıldığında gelişmekte olan teknolojinin daha önce zaman tarafından gündelik hayatın içinde açılan boşluklardan ortaya çıktığı söylenebilir.

Çalışma ve serbest zaman arasındaki ikilem endüstriyel kapitalizmin bir ürünü olarak karşımıza çıkmaktadır. Sanayileşmiş bir toplum olarak, özel alanlarda ve diğer alanlarda çalışma ve serbest zamanlar için bir programlama yapma gereklilik halini almıştır. Serbest zaman ile ilişkilendirilen özgürlük, serbest bırakma, eğlenceli ve seçim yapma gibi kavramlar bulunurken; çalışma yaşamında ise kurallar ise zorlama, rutin ve kısıtlama gibi durumlar mevcuttur. Bu anlamda, serbest zaman ve çalışma arasındaki muhalefet ilişkinin çoğu zaman birbirlerine karışmış olması serbest zaman teorisinin araştırılmaya başlanmasına ve insanların serbest zamanlarının ortaya çıkarılması konusunda ihtiyaç göstermiştir (Laurier, 1999).

Serbest zaman çalışmaları Amerika Birleşik Devletleri, İngiltere ve Fransa'da son 25 yıl içinde hızlı bir şekilde artmıştır. Bu anlamda serbest zamanın, çağdaş uygarlık tarihinin bir sonucu olarak kabul edilebilir ve eğitim, bireyin sağlığını yeniden kazanması ve son dönemlerde eğlence ile ilişkili olduğu söylenebilir (Provonost, 2000).

Akademik disiplinlerde bu konu daha önceleri birçok açılardan ele alınmakla birlikte, serbest zaman serbest zamanın ekonomik olarak birey tarafından seçilen bölümü (Bull, 2003),

psikolojik bir tutum veya ruh hali (Csikszentmihalyi, 1989), kültürel bir olgu ve siyasi ve ekonomik bir sosyal değişim (Rojek, 1995. Csikszentmihalyi, 1989) olarak tanımlanmıştır.

Günümüzde ise serbest zaman genellikle daha açıkça çalışma zamanı dışındaki anlamları ile tanımlanmaya başlanmış ve daha geniş bir zaman kavramı olarak görülmeye başlanmıştır. Dolayısıyla çalışma dışı zamandan sıyrılarak daha geniş bir anlam ifade etmeye başlamıştır (Rojek, 1995). Daha açık olarak, insanın tüm zamanları içinde, bir etkinlikte bulunmak ya da bulunmamak arasında serbest bir seçim yapabildiği, yapmak ya da yapmamak istediği şeyleri belirleyebildiği, fakat yapılan işin mesuliyetini de yüklenebilecek, sorumlu davranışlar gösterebilmesi gereken zamandır (Graefe, 1997).

Serbest zamanın çalışma dışı zaman olması, bireylerin çalışma süreleriyle serbest zamanları arasındaki ilişkiyi belirlemektedir. Yani, çalışan bireylerin çalışma süreleri arttıkça serbest zamanları azalmakta, çalışma süreleri azaldıkça serbest zamanları artmaktadır. Bu konudaki çalışmalar, endüstrinin gelişmesiyle birlikte insanların gündelik hayatta ya da çalışma hayatında yaptığı birçok zorunlu eylemin makineler tarafından yapılmaya başlanması ile çalışma sürelerini azalttığını göstermektedir (Tordkilsen, 2005).

Çalışma yaşamına yönelik yapılan benzer çalışmalar, endüstrileşmiş ülkelerde yaşam koşullarının iyi hale geldiğini ve sağlık alanındaki gelişmeler ile birlikte ortalama yaşam süresinin de uzadığını göstermektedir. Bireyler çalışma zamanını kısaltarak daha önceki yıllara göre daha az çalışmakta ve ortalama yaşam süresinin üzerinde hayatlarına devam etmektedirler. Bu tür gelişmeler, toplumların serbest zamanlarında da bir artış olmasını sağlamakta, bu nedenle de serbest zamanı fazlalaşan bireyler daha fazla serbest zaman etkinliklerinde bulunma imkanı bulabilmektedir (Hall, 1999).

Bu tanımlarla birlikte serbest zaman çalışmaları, batılı ülkelerde çalışma yaşamında bulunan gençlere doğru yönelmiştir. Gençlerin okul yaşamından itibaren ders ve çalışma zamanı dışında kalan zamanlarında katıldıkları aktivitelerinin, onların fiziksel ve zihinsel olarak kendilerini iyi hissetme durumlarına katkı sağladığı görüşünde birleşilmiş ve serbest zamanın önemi ortaya konulmuştur (Roberts, 1996).

Rekreasyon ise bireylerin serbest zamanları içerisinde, gündelik hayatın tekdüze, koşullara bağlı ve sıkıcı geçen çalışmasının tesirinden kurtulmak, dinlenmek ve verimli zaman geçirmek

amacıyla katıldıkları çeşitli etkinlikleri içermektedir (Tordkilsen, 2005). Graefe ve Parker' a göre ise rekreasyonun tanımlanmasında su ifadeler kullanılmaktadır (Garaefe, 1997);

- Rekreasyonel etkinlikler, birey tarafından is dışı zamanlarda yapıldığı için çalışma ve kar amacı olmaksızın yapılmaktadır,
- Rekreasyona katılım; gönüllü olarak ve tamamen bireysel isteği ile gerçekleştirilmelidir,
- Rekreasyonel etkinlikler, katılana haz veren, mutlu hissettiren ve keyiflendiren biçimde olur.
- Rekreasyon etkinlikleri, bu etkinliklere katılan bireylerle birlikte diğer bireylere toplumlara ve aktarılır ve toplumsal fayda sağlar.

Bu anlamda, serbest zaman etkinlikleri gençlerin de içinde bulunduğu bu toplumun saydığı kurallara aykırı değil, gençlerin sosyalleşmesini sağladığı düşünülebilir. David Downes (1966) işçi sınıfı gençler arasında serbest zaman etkinliklerine farklı katılımlar olduğunu ve bunun rekreasyonel etkinliklere katılımı hayal kırıklığı yaratan bir sınıf ayrımı yarattığını ileri sürmüştür. Bourdieu bu sosyal eşitsizliği kültürel ve ekonomik sermaye kavramlarıyla açıklamıştır. Kültürel sermaye, yüksek kültürü içeren gerekliliğin de bütünüyle kendisini tanımladığı durum olarak tanımlanabilir ve sadece okulda gerçekleşmeyen, bireyin aileden gelen kimi özelliklerinin de aktarımını içeren eğitim yoluyla elde edilen becerilerin bir bütünüdür. Eğitim, bu özelliğiyle, ilgisiz ve etkisi olmayan bir kurum değildir; tam tersi hakim sınıfların tecrübelerinin işaretçisidir.

Çalışan sınıfa mensup bireyler, okulda, her ne kadar orta ve üst sınıflara ait sosyal ve kültürel hünelerleri edinseler de, hiçbir zaman onların doğuştan vasfı olan bu hünere doğal bir tanıdıklık geliştiremezler. Bu anlamda kültürel sermayenin taşıyıcısı olarak beğeniler/zevkler, sosyal ayrımın da işaretleyicisidirler. Ekonomik sermaye ise, toplumsal alanda yer alan herhangi bir nesnenin mal varlığındaki zenginliktir. Bu anlamda ekonomik sermayenin yanında toplumsal eşitsizlik yaratan bir unsur olarak kültürel sermaye, sosyal katmanlaşmanın hangi biçimlerde süregittiğini anlamak için sosyal bilimcilere kavrayış kazandırabilir (Arun, 2009). Bu sosyal durum işçi sınıfı gençliğin geleneksel değerlerini yeniden bir alt kültür olarak teyit etmektedir.

2.1.3 Serbest zamanı değerlendirmenin olumlu işlevleri

Endüstrileşme ve şehirleşmenin meydana getirdiği hayat biçimi ile uyum içinde olmak durumunda kalan bireylerin, harcadıkları enerjinin ortaya çıkardığı durumun düzenli aralıklarla

ortadan kaldırılması ruhsal dengelerini korumak açısından önemli bir durum haline almıştır. Bunun için periyodik olarak bireylere ait serbest zaman koşullarının ortaya çıkarılması toplumlarda kurumsal bir durum haline gelmiştir. Sanayileşen toplumlarda iş ve yaşam şartlarının bireyi topluma yabancılaştırması sermaye açısından ciddi bir şekilde olumsuz bir faktördür. Bu olumsuz durumu ortadan kaldırabilmenin temelinde, serbest zaman koşullarının değerlendirilerek, bireyin kendini yeniden ifade edebilmesi, tanımlaması yatmaktadır (Önsoy, 1984).

Serbest zaman, bireylerin dahil oldukları sosyal olgu içerisinde hayatlarını devam ettirebilmek ve daha olumlu seviyeye çıkarabilmek için zorunlu olarak yaptıkları gaye ve hareketler dışında kendi beklentilerine göre değerlendirmede özgür oldukları zaman olarak ifade edilebilir. Rekreasyon ise bireylerin zorunlu zamanları içerisinde, gündelik hayatın tekdüze, koşullara bağlı ve sıkıcı geçen sürecin etkisinden kurtulmak, dinlenmek ve verimli zaman geçirmek amacıyla katıldıkları çeşitli etkinlikleri içermektedir (Uzun, 1991). Teknolojik gelişmelere bağlı olarak bireylerin serbest zamanlarının artışı, eğitim ve gelir seviyelerinin yükselmesi ile ortalama yaşam sürelerinin uzaması gibi faktörler sonucunda serbest zaman etkinliklerine yönelik ilgi artmıştır. Örneğin ABD’de 1960-2000 yıllarında gelir seviyesinin yükselmesi, çalışma zamanının 32 saate gerilemesi, ulaşım şartlarının gelişmesi gibi etkenlerden dolayı, dış mekan serbest zaman etkinliklerine katılanlar yaklaşık % 35 oranında artmıştır (Jensen, 2006).

İnsanlar, dış ortamların farkına varmak, irdelemek ve araştırma amacıyla bu tarz yerlere gelmektedirler, kısacası serbest zaman öğrenmek için bir araçtır. Bu nedenle serbest zaman ve eğitimin birbirinden ayrı değerlendirilmemesi gerekmektedir (Wells, 2002).

Bireylerin serbest zaman deneyimlerinin ortaya çıkmasında buluş çağında aileler ve diğer yetişkinler ile ilişkileri etkili olduğu için, bu konuda ev içi davranışların nasıl olduğuna özellikle önem verilmelidir (Zeijl, 2000). Serbest zamanlar bedensel etkinliklerde bulunmak, zinde olmak ve kültürel etkinliklere katılmak gibi “olumlu” ya da zararlı davranışlar, madde kullanımı ve şiddet gibi “olumsuz” olarak değerlendirilebilir.

Serbest zaman eğitiminin geliştirilebilir olması ve olumsuz davranışların engellenmesindeki önemi gençlerin gelecekteki alışılmışlıklarının yönlendirilmesi açısından önem taşımaktadır (Burkeen, 2001).

ABD’de üniversite gençliği ile yapılan bir araştırmada katılımcıların beşte birinin fazla kilolu olduğu ve bunların bedensel etkinliğe katılmadıkları ya da çok az çaba sarf ettiren etkinlikleri seçtikleri ortaya çıkarılmıştır. Bu nedenle ABD eğitim kurumlarının büyük bir oranında öğrencilerin mezun olabilmek için bazı bedensel etkinlik eğitimlerinden geçmeleri istenmektedir.

Bu yaklaşımın, genel olarak öğrencilerin olumsuz davranış ve şartlanmalarının olumlu yönde geliştirdiği belirlenmiştir (Cardinal, 2002). Açık havakan etkinliklerine katılım bedensel, mental ve sosyal sağlığa yararlı etkileri ile birlikte, bireyin kendine olan özgüven ve benlik saygısını artırmakta, bireysel yetenek, sosyal edinimler, beden ve özyeterlik gelişimi ile genel sosyal davranışları üzerinde olumlu gelişimler sağlamaktadır (Mc Avoy, 2001).

2.1.4 Serbest zaman etkinlikleri ve yararları

Alan araştırmalarında, genel anlamda iyi olma durumu "bireyin fiziksel, mental ve davranışsal kapsamında verimliliğinin geliştirilmesinin amaçlandığı bir hayat tarzı" olarak ifade edildiği görülmektedir. İyi olma durumu ile ilgili araştırmalara 1961 'lerde, Dr. Halbert Dunn'ın çabaları öncülük etmiştir. Diğer kurarcılar bu konuda yaptıkları bilimsel araştırmaları ile iyilik durumunun kuramsal içeriğini ortaya çıkardılar (Palombi, 1991). Bütün araştırmacıların birleştikleri orta nokta "iyi olma durumunun", bireyin kendi iyilik hali seviyesini ifade edebilmede, etkin rol oynadığı bir hayat tarzı olduğudur. Myers, Sweeney ve Witmer (Myers, 2000) iyilik halini "bireyin sosyal ve doğal çevrede bütünüyle işlevsel olarak hayat sürmesi için beden, düşünce ve ruhun birleştiği normal düzeyde sağlık yönelimli bir hayat tarzı ve iyi olma durumu" olarak belirtilmektedir.

Amerikan Ulusal Sağlık istatistikleri Merkezi'ne (1993) göre 25 yaş ve üstündeki insanların ciddi hastalık ve ölümlerinin %67'sinin nedeni kalp hastalıkları, kanser ve felçtir. Bu yaş grubundaki ölümlerin temel nedenleri insanların yaşam tarzıyla ilgilidir (Askegaard, 2000. Cagle, 2000). Amerika Birleşik Devletleri Sağlık Servisi'nin bildirdiğine göre, her yıl Amerika'daki ölümlerin %53'ü yaşam tarzı, benliği bozucu ve ihmalcı davranışlar nedeniyle olmaktadır. Bunların %80'nin sağlıklı yaşam-tarzı programlarıyla önlenilebileceği belirtilmektedir (Shillingford, 1991).

Türkiye'ye gelindiğinde ise benzer bir durum ile karşılaşılmaktadır. Türkiye'de ölümler incelendiğinde büyük bir oranda dolaşım sistemi hastalıkları, %10'u ise kanser sebepli rahatsızlıklardır (Koçoğlu, 1998). Bu hastalıklar yaşam biçimi hastalıkları olarak ifade

edilebilir. Başka bir ifade ile, hastalıklar bireyin devam ettirmekte olduğu hayat tarzıyla yakından ilişkilidir.

Araştırmalar fiziksel etkinlik, dengeli beslenme, stresle etkili olarak başa çıkma gibi sağlıklı tutumlar içeren bir yaşam tarzının, birçok sağlık problemini önlediğini göstermektedir (Cagle, 2000. Clark, 1989). Buna karşın, sağlıklı yaşam tarzı, kalp, kanser hastalıkları, depresyon ve kaygının artması gibi çok sayıdaki fiziksel ve psikolojik bozuklukla ilişkilidir (Brylinski, 1991. Cramer, 1991. Jensen, 1992. Meehan, 1993. Elliot, 1994).

Görüldüğü üzere bireyin sağlığı ve iyilik hali ile sürdürmekte olduğu yaşam tarzı birbiri ile yakından ilişkilidir. İyilik hali hareketi, sağlığı güçlendiren faktörleri saptamayı ve bireylerin yaşama biçimlerinde bu yönde değişiklikler yapmayı amaçlamaktadır. Bireylerin sürdürdükleri yaşam biçimleri onların kaderi değildir. Farkındalığı artıracak uygun eğitim programlarıyla bireylerin iyilik halini artıran sağlıklı bir yaşam tarzını seçmeleri sağlanabilir. Kısacası, insanların yaşam tarzlarında değişiklikler yapmaları sağlanarak sağlık ve iyilik halini artırmanın olanaklı olduğu düşüncesinden hareketle, günümüzde bireyin iyilik halini artırmaya yönelik çeşitli modeller geliştirilmiştir. John (1972; Akl. Travis ve Ryan, 1988), Ardell (1977; 1982; 2001), Hettler (1984; Akl. Donaghy, 1995), Travis ve Ryan (1988), Ryff (1989-1995; Akl. Degges-White ve diğerleri, 2003), Sweeney ve Witmer (1991), Witmer ve Sweeney (1992), Zimpfer (1992), Myers, Witmer ve Sweeney (2000) iyilik hali düzeyini yükseltmek amacıyla iyilik hali modelleri geliştiren kuramcılardan bazılarıdır (Elliot, 1994).

İyilik Hali Çemberi Modeli zihin, beden ve ruhun bir bütün olarak fonksiyonda bulunduğu optimal düzeyde sağlık ve iyi olma durumudur. Model yaşam boyu sağlıklı davranışlar için bir temel oluşturmaktadır. İyilik Hali Çemberi Modeli, Maneviyat (Spirituality), Kendini Yönetme (Self Direction), Çalışma-Serbest Zaman (Work-Leisure), Arkadaşlık (Friendship) ve Sevgi (Love) yaşam görevlerini içermektedir. Ayrıca Kendini Yönetme boyutunun, önemlilik duygusu (sense of worth), kontrol duygusu (sense of control), gerçekçi inançlar (realistic beliefs), duygusal bilinçlilik ve başa çıkma (emotional awareness and coping), problem çözme ve yaratıcılık (problem solving and creativity), mizah duygusu (sense of humor), beslenme (nutrition), egzersiz yapma (exercise), kendine bakma (self care), stres yönetimi (stress management), cinsel kimlik (gender identity) ve kültürel kimlik (cultural identity) olmak üzere 12 alt görev alanı tanımlanmıştır. Yaşam görevlerinin her biri bütüncül bir çemberin dilimleri gibi birbiri ile ilişkili olup, çemberin bir alanındaki değişiklik diğer alanları da etkilemektedir (Myers, 2000. Witmer, 1992).

İçinde yaşanan yüzyıldaki hızlı değişme ve gelişmeler insan yaşamını olumlu ve olumsuz birçok yönden etkilemektedir. İnsanlar, bu hızlı gelişme ve değişmeye uyum sağlamaya çabalarken çoğu zaman kendi iyilik hallerini göz ardı edebilmektedirler. Özellikle yarının toplumunu yönetecek olan gençliğin yetiştiği üniversite de stres ve kaygı yaratan bir ortam niteliği taşımaktadır. Bu nedenle öncelikle üniversite öğrencilerinin kendi iyilik halini geliştirecek bilgi, anlayış ve beceriye sahip olmaları beklenmektedir.

2.2 Kentsel Rekreatyon

Endüstrileşmenin ve kentleşmenin uzantısı olarak oluşturulan yapay çevrede, aşırı nüfus artışı, hava kirlenmesi, gürültü ve yorgunluk insanlarda psiko- fizyolojik dengesizliklere yol açmaktadır. Günlük yaşantı içerisinde bulunan kent insanı, kent dışındaki açık hava rekreatyonel kaynaklarına yönelmektedir (Demirel, 1999. Akten, 2003).

Kent yakın çevresindeki bu rekreatyonel alanların eğitimsel, psikolojik, gelişimsel ve fiziksel açılardan toplumun her bireyine ve özellikle de gençlere çok önemli katkılar sağlamakta olduğu bilinmektedir (Önder, 2003. Yılmaz, 1996). Gençlerin ruhsal ve fiziksel yönden sağlıklı bireyler olabilmeleri, sosyalleşebilmeleri ve serbest zamanlarını en iyi şekilde değerlendirebilmeleri için çeşitli etkinlikleri gerçekleştirebilecekleri kaliteli Mekânların olması gerekmektedir (Kılıçaslan, 2008). Rekreatyonel alanların potansiyelini belirlemeye (Önder, 2003, Yılmaz, 1996, Yılmaz, 2004) ve kullanıcıların eğilimini (Önder, 2003, Kılıçaslan, 2008, Kelkit, 2004) ölçmeye yönelik çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar incelendiğinde; rekreatyonel alanların görsel kalitesinin yeterince değerlendirilmediği görülmektedir. Özellikle potansiyel belirleme çalışmalarında görsel kalite unsuru iklim, bitki örtüsü, su varlığı topografya, kültür ve ulaşım gibi kaynak değerlerinden biri olarak kabul edilmeli ve değerlendirilmelidir. Bunun yanında kullanıcıların eğilimleri ölçülürken yine alanın görsel özellikleri ihmal edilmemesi gereken önemli bir unsurdur.

Kentsel alanlarda “görsel kalite” ve kırsal alanlarda “manzara güzelliği” olarak adlandırabileceğimiz bu unsur tamamıyla görsel algıya bağlıdır. Doğal veya kültürel tüm peyzaj alanlarında olduğu gibi rekreatyonel alanlarda da alanın görsel yönden algılanması o alanın pasif veya aktif kullanımını etkilemektedir. Bu nedenle rekreatyonel alanların görsel kalitesini ölçmeye ve elde edilen görsel kalite değerlerinin kullanıcıların kişisel özellikleri ile olan

ilişkilerini belirlemeye çalışmak rekreasyonel alanların kalitesini ve kullanıcıların memnuniyetini geliştirmek açısından önemlidir.

2.2.1. Kentleşme

21. yüzyılda küreselleşmenin en büyük etkileri kentleşme sürecinde görülmektedir. Toplumsal alandaki tüm değişimler (sosyal, teknolojik, psikolojik vb.) kentleşme alanında da kendini göstermektedir. Bunun sonucu olarak da bireylerin zaman kullanımı ve zorunlu zamanlar dışındaki etkinliklere yönelme davranışı bu olgulardan etkilenmektedir.

Sanayi devrimine kadar oldukça yavaş gelişen kent yaşamı, bu zamandan sonra hızlı bir artış göstermiştir. 2. Dünya Savaşı sonrasında gelişen bu artış yaşadığımız yüzyılda dünya nüfusunun %50 sine yakın nüfusun kentlere yerleşmesi ile kendini göstermiştir (Arslanoğlu, 1996). Türkiye de ise bu durum 1920 lerde kendini göstermeye başlamış, son 30 yılda üst düzey rakamlara ulaşmıştır. Türkiye halkının % 67 si kentsel alanlarda yaşamaktadırlar (Işık, 2005). Bu artışa genel olarak çalışma hayatına yönelik ihtiyaç ve üretime hissedilen doyum kırdan kente doğru bir yönelmeye neden olmuştur.

Kentleşme konusu, artan nüfus oranına bağlı olarak bireylerin yaşayışlarını olumsuz etkileyen konulardan olabilmektedir. Bu durum, toplumların serbest zamanlarında etkinliklere katılabilecekleri alan ihtiyacını da etkilemektedir.

2.2.2 Kent yaşamı ve serbest zaman

Yaşadığımız yüzyılda bilimde ve teknolojiye gelişmelere oranla bireylerin birçok kolaylıktan faydalanabileceği olanaklara sahip olduğu, iş yaşamında da çalışma saatlerinin azalmasıyla birlikte serbest zamanların arttığı görülebilmektedir. Toplumda bu durum her ne kadar pasif etkinliklere yönelmeye neden olsa da, ekonomik verimliliğin artması ve iş yaşamının (ortam ve çalışma saatleri) kolaylaşması ile ortaya çıkan serbest zamanların verimli kullanımı gerekliliği durumu da kendini göstermeye başlamıştır (Tolukan, 2010).

Kişilerin ihtiyaçları arttıkça buna ihtiyaç olabilecek de iş alanlarının düzensiz yapılanması toplumu ruhsal ve fiziksel açıdan olumsuz etkileyebilmektedir. Beden eğitimi ve spor alanlarının bu gelişim içinde yeri daha da önem kazanmaktadır. Özellikle büyük kentlerde yaşanan bu gibi durumlar, toplum üyelerinin serbest zamanlarını verimli bir şekilde geçirebileceği rekreasyon alanları planlamasına duyulan ihtiyacı artırmıştır (Kurum ve Odabaş, 1991).

Kent yaşamından doğan olumsuz durumları, bireyler yine kentsel yaşam içinde kendilerine tanınan olanaklarla çözme yoluna gidebilmektedirler. Bu döngü içinde de olsa kent yaşamı içinde birey serbest zamanı bir yaşam biçimi haline dönüştürebilmektedir.

2.2.3. Spor ve rekreasyon alanlarının planlanması

Kentsel yaşam ve serbest zaman kavramı birlikte düşünüldüğünde iyi bir planlama yapma gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Toplumların yaşayışlarının düzenlenmesi, mekan-insan ilişkisinin kurulması anlamında her bir bireyin kendi kültürünü ve değerini paylaşması planlamanın da önemli süreçlerinden birisi olarak belirmektedir. Bu anlamda kent yaşamına geçirilmiş spor ve rekreasyon alanları iyi bir planlama ile hem kentin hem de bireylerin kültürünü ve kimliğini yansıtabilmektedir (Tatlıdil, 2009).

Avrupadaki birçok kent yaşamına yönelik yapılan incelemelere bakıldığında belediyelerin topluma sunduğu serbest zaman etkinliklerine yönelik tesislerin fazlalığı göze çarpmaktadır (Akdenk, 1989). Türkiye de ise bu durum kıyaslandığında rekreasyona yönelik yapılan harcamalar anlamında % 5 düzeyindedir (Zorba, 1990). Bu anlamda sosyal, kültürel ve ekonomik kalkınmanın öğelerinden birisi olan beden eğitimi ve spor yapılanmalarının bir yaşam biçimi haline gelmesi bu tür planlamalar sayesinde olabilmektedir.

2.3 Sağlıklı Yaşam Merkezleri

2.3.1 Türkiye'deki sağlıklı yaşam merkezleri politikaları

Sporun sağlığa yararlı olduğu tartışmasız bir gerçektir. Sporun yaş, cinsiyet, fiziksel yetersizlikler gözetmeksizin toplumun her kesiminde yaygınlaşması ve tüm yaşam süreci içinde düzenli olarak yapılabilmesi yönündeki önemli görevleri üstlenen merkezlerden bir tanesi de özel spor merkezleridir. Bu işlev ve sorumluluklarıyla özel spor merkezleri bireylerin kullanım amaçlarına yeterince hizmet edebilecek düzeyde olmaları beklenmektedir. Spor işletmeleri, toplumun sosyal ihtiyaçlarını karşılayacak hizmetleri üretip pazarlamak üzere faaliyet verdikleri hizmetin karşılığında maddi kazanç temin etmektedirler (Ekenci, 2002).

Spor bir yandan popüler ve yaygın oluşuyla diğer yandan genç kuşaklar ve çeşitli sınıf üzerinde etkisiyle önemli bir toplumsal olgudur. Kimi için bir eğlence, saygınlık, dinlenme kaynağı olan spor, kimi içinde bir kazanç ya da sömürü kaynağı olmaktadır. Kapitalist toplumlarda spor; ya bir serbest zamanları değerlendirme etkinliği ya da kazanç aracı olarak ortaya çıkmakta ya da spora daha çok bu gözle bakılmaktadır.

Türkiye de düzenli spor yapma alışkanlığı çok fazla yaygın değildir (Pehlivan, 1997). Fakat son yıllarda sayıları bir hayli artan spor merkezleri, insanların düzenli egzersiz yapmalarına etkili bir araç olarak görülmektedir (Amiran, 1982). Bu kültürün yeterince yerleşmemiş olması da üyelerin spor yaparken yeterince verim almamasına yol açabilmektedir (Ekenci, 2002).

Beden eğitimi ve sporun buna yönelik amaçlarının hedefine ulaşabilmesi için, gerek ferdi gerekse takım sporları etkinliklerine yönelik sağlam altyapısı oluşturulmuş tesislere ve burada kullanılabilecek malzemelere ihtiyaç duyulmaktadır. Sağlıklı yaşam ve spor merkezleri de bu aşamada kendini göstermektedir.

Kentsel yaşam içinde topluma, serbest zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirebilmeleri için çeşitli etkinlikler ile sunan merkezler, iş yaşamı döngüsü içinde bireylere günlük iş stresinden kaçış olanağı da sunmaktadırlar.

2.4 Tutum

Tutumlar çeşitli şekillerde tanımlanabilir. Birçok sosyal psikoloğun farklı kuramsal yaklaşımlardan hareket ederek tutumları farklı şekillerde kavramlaştırdıklarını görüyoruz. Bunları teker teker ele almak yerine bugün birçok sosyal psikolog tarafından kabul edilebilecek şöyle bir tanıımı inceleyelim: “ Tutum,bir bireye atfedilen ve onun bir psikolojik obje ile ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını düzenli bir biçimde oluşturan bir eğilimdir. ” (Kağıtçıbaşı, 1988).

2.4.1 Tutumların gelişmesi

Bu bölümde tutumların , doğumdan yetişkinliğe kadar nasıl geliştikleri, özel tutucu (conservative) ve açık fikirli (liberal) tutumlardan örnekler verilerek açıklanacaktır. Ancak , daha ileri gitmeden önce tutucu ve açık fikirli terimlerinden anlaşılması gerektiğini belirtmekte yarar vardır. Tutumlar bir parçası olduğu kişilik özellikleri gibi , genel olmaktan çok, belirli nesne ve durumlara özgüdür. Bazı konularda çok tutucu olan bir birey , bazı konularda oldukça açık fikirli olabilir. Bu nedenle , bir bireyin tutucu veya açık fikirli olarak sınıflandırılması gerçekte bu bireyin birçok değişik tutumunun ortalama olarak ifade edilmesinden başka bir şey değildir. Araştırmalarda kullanılan tutuculuk-açık fikirlilik ölçekleri de bireylerin düşünceleri hakkında kesin bir fikir elde etmekten çok , sosyal tutumlarının genel olarak hangi yöne daha yakın olduğu belirlemeye amaç edinir (Morgan, 1991).

Bu açıklamayı hatırdan tutmak koşuluyla, bir tutuculuk – açık fikirlilik ölçeğinin içerdiği konulara göz atalım. Aşağıda tutucu tutumların bir listesi verilmektedir. Aile konusu ile ilgili olarak tutucular , ana-babanın baskın, çocukların

İtaatkar, aile bağlarının kuvvetli olması gerektiğini savunurlar. Ekonomik konularda işçilere karşı iş adamlarının destekleyenler mümkün olduğu kadar az siyasi müdahaleden yanadırlar. Milliyetçi olma eğilimdedirler ve komünizm ile savaş dışında her türlü milletler arası olayın dışında kalınmasını isterler. Kanunların katı bir biçimde uygulanmasından yanadırlar. Kendileri gibi olan insanların diğer insanlardan üstün olduğunu düşünen, ırkçı ve sosyal önyargılı kişilerdir.

Aynı koşullara ilişkin açık fikirli tutumlar ise, yukarıda sıralananların tam tersi olacaktır. Ancak, daha önce de işaret edildiği gibi, tutuculuk-açık fikirlilik ölçekleri bireylerin sosyal tutumlarının genel olarak hangi yönde olduğunu gösterir. Bu nedenle, bu tür bir ölçekte tutucu görünen bir bireyin bazı konularda açık fikirli, açık fikirli görünen bir bireyin bazı konularda tutucu görüşlere sahip olabileceğini hatırdan çıkarmamak gerekir.

Ana-Baba Etkisi

Doğumdan buluş çağına kadar çocukların tutumları hemen hemen ana-babaları tarafından şekillendirilir. İlkokul çocukları çeşitli konulara ilişkin tutumları anlatırken sık sık anne ve babalarının söylediklerinden örnekler verirler; “Annem siyah çocuklarla oynama der.”, “Babam zencilerin tembel olduğunu söyler.” gibi.

Ailelerin politik ve dinsel tutumları arasında büyük benzerlikler olduğuna işaret eden Lott tarafından yürütülen bir araştırmada dinsel eğilimler incelenmiştir (Lott, 1967):

“1699 lise son sınıf öğrencisi ile mülakat yapılmış, daha sonra öğrencilerin verdiği bilgileri kontrol etmek amacıyla 1992 ana-baba ile görüşülmüştür. Sorulan diğer soruların yanı sıra, gerek ana-babalara, gerekse öğrencilere dinsel ve politika sorular da sorulmuştur. Elde edilen sonuçlara göre, en yüksek benzerlik din arasındadır. Öğrencilerin %74 ana-babaların bağlı olduğu din yada mezhebe bağlıdır. Dikkate alınmayacak kadar grup ise din dışıdır. Aynı benzerlik, daha az olsa bile, politik eğilimler için de geçerlidir. Partili öğrencilerin %60'ının tercihi ana babalarının tercihi ile aynıdır. Ana-babalarının tercih ettiği partinin tercih etmeyen öğrencilerin %10'dur. Bazı öğrenciler ise ana-babalarının tuttuğu partiyi tuttuklarını, ancak

şimdi hiçbir partiyi tutmadıklarını söylemişlerdir. Bir nesil geriye gidilerek ana babalarla kendi ana-babalarının tutumları araştırılmış benzer sonuçlar elde edilmiştir.”

Ancak gerek bu araştırma, gerekse bu konuda yapılan diğer araştırmalar babalarla çocukların özel birtakım konulara ilişkin tutumları arasındaki benzerliğin, dinsel ve politik tutumları arasındaki genel benzerlik kadar büyük olduğunu ortaya koymuştur. Bir Protestanın çocuğu Protestan olarak kalabilir. Fakat başka bir olasılıkla kendisinden daha az ateşli ve daha az tutucu olacaktır. Bu şekilde Cumhuriyetçilerin çocukları Cumhuriyetçi olabilir. Ancak bazı politikalarda ana- babalarından daha açık fikirli olacaktırlar. Bununla birlikte geriye bakıldığında, ana- babalarla çocuklarının tutumları arasındaki benzerlikler bunlardan daha fazladır. Bu da ana-babaların çocuklarının tutumları üzerinde uzun süren bir etkisi olduğuna işaret etmektedir.

Lambert ve Klineberg (1967) 11 ülkeden 3300 çocukla yaptıkları bir araştırmada 6,10 ve 14 yaşlarındaki çocukların başka uluslar hakkındaki tutumlarını incelemiştir. Aralarında bir grup Türk çocuğunun da bulunduğu bu denekler, küçük yaşlarda diğer ulusların fiziksel ve ırk özellikleri ile; daha büyük yaşlarda ise kişisel, politik, dinsel özellikleri ile ve sahip oldukları eşyalarla belirlemişlerdir. Ayrıca, altı yaşındaki çocukların bile diğer uluslara karşı olumlu ve olumsuz duygusal tepki gösterdiği ortaya çıkmıştır. Yaş ilerledikçe çocukların uluslar arasında farklılaştırma yaptığı ve sevme-sevmeme duygusal boyutu üzerinde ulusları sıraladığı görülmüştür (Morgan, 1991).

Bu araştırmalar tutumların erken yaşlarda edinildiğini göstermektedir. Erken yaşlarda öğrenilen tutumlarda, önemli tecrübe ve olaylar olmadığı takdirde ailenin etkisini önemli olduğu söylenebilir.

2.4.2 Tutum ve davranış ilişkisi

Çocuklar büyüdükçe ana-babaların tutumlar üzerindeki etkisi azalır ve ergenlik döneminin başlaması ile birlikte diğer sosyal etkenlerin rolü giderek artar. Bu bireyin tutumlarının büyük bir kısmı 12-30 yaş arasındaki dönemde şekillerini alır ve daha sonra çok az değişir. Tutumların kristalleştiği bu dönem *kritik dönem* olarak adlandırılır (Kağıtçıbaşı, 1988). Kritik dönem boyunca tutumların oluşmasında 3 ana etken rol oynar.

Akranların Etkisi: Bir bireyin akranları, ilişki içinde bulunduğu ,aşağı yukarı aynı yaş ve eğitim düzeyinde olan kimselerdir. Akranların tutumlar üzerindeki etkisi çocukların ana-

babadan çok arkadaşları ve tanıdıkları ile birlikte olmaya başladıkları ergenlik döneminde kendini gösterir. Akranların tutumu şekillendiren önemli bir etken olmasının nedeni, insanların sevdikleri ve ilişki kurdukları kişileri otorite olarak görme eğiliminde olmalarıdır (Kağıtçıbaşı, 1988).

Haberleşme Araçları: Tutumların oluşmasında önemli bir etkiye sahip olan Haberleşme Araçlarından özellikle televizyon sayesinde çeşitli olaylar hakkında bilgi edinme olanağının eski,ye göre çok daha fazla olmasıdır. Gençler, sadece ana-babalarının konuşmalarına ve gazete haberlerine bağlı kalmakla yarım yamalak haberdar olabilecekleri olayları, televizyon sayesinde canlı olarak gözleyebilmektedirler. Günümüz gençleri için dünyada neler olup bittiği hakkında bilgi edinmek, kendilerinden önce gelen kuşakların gençlik dönemlerine göre çok daha kolaydır.

Eğitim: Tüm etkenler arasında en göze batan çarpıcı etkiyi yapan eğitimidir. Eğitiminin tutumlar üzerindeki etkisi, ana-babaların politik ve dinsel inançlarının etkisi kadar kuvvetlidir denebilir. Eğitimin tutumlar üzerindeki etkisi eğitim düzeyine bağlı olarak değişir ve bugün genellikle çocuklar ana-babalarından daha üst düzeyde eğitim görmektedirler.

Bu konuda yapılan araştırmaların hemen hemen hepsi ortak olarak üst düzeyde eğitim görmüş kişilerin daha açık fikirli olduğunu gösterir.

Ergenlik ve İlk Yetişkinlik: Tutumların oluşması açısından kritik dönem olarak kabul edilen 12-30 arası, ergenlik devresi (12-21) ve ilk yetişkinlik devresi (21-30) olmak üzere ikiye ayrılır. Ergenlik döneminde tutumlar şekillenir. Sonraki devrede ise giderek kristalleşir. Bu şekilleşme ve kristalleşme şu şekillerde olur.

Bağlanım: Bir ergenin tutumları henüz kuvvetle benimsenmemiş,değişebilen tutumlardır. Ancak 20’li yaşlarla birlikte bir çok konuda kendilerini bağlamaya başlarlar; seçimlerde oy kullanma,eğitimlerini bitirme, iş seçme, evlenme. O andaki tutumlar üzerine temellendirilen bu bağlanımlar söz konusu tutumların katılaşmasına ve çok az değişebilir hale gelmesine yol açabilirler.

Tutuculuğa Kayış: Tutumların 202li yaşların başlamasından itibaren hayat boyu devam etmeleri oldukça dikkat çekicidir. 1930’ların sonlarına doğru yapılan bir araştırmada Bennigton College öğrencilerinin değişik konulara ilişkin tutumları tekrar gözden geçirilmiştir 79.

Araştırma deneklerin tutuculuk-açık fikirlilik boyutu üzerindeki konuların büyük bir kısmına ilişkin tutumlarının bu dönem boyunca hemen hemen hiç değişmediğini ortaya koymuştur. 20 yıl sürede meydana gelen tek değişiklik deneklerin öğrencilik yıllarına göre biraz daha tutucu bir hale gelmeleridir. Birçok yaşlı kişinin kendisinde gözleyebileceği eğilim bir kere kristalize olduktan sonra, tutumlarda meydana gelebilecek değişikliktir (Kağıtçıbaşı, 1988).

Kuşak Farklılıkları: Yaşlı ve genç kuşakların tutum ve düşünceleri arasında bir kopukluk var mıdır? Diğer bir deyişle, “kuşaklar arası kopukluk ” dediğimiz şey gerçekten doğru mudur? Bu konuda yapılan araştırmalar, değişik kuşakların tutumları arasında gerçekten bazı farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur. Bu farklılıklar kendini özellikle iki genel alanda göstermektedir. Bunlardan ilki *önyargılar*’dır. Günümüzde gençler zenci yahudi gibi etnik gruplara karşı ana-babalarının kendi yaşlarındayken olduklarından daha az önyargılılardır. Çünkü günümüzde gençler daha ana-babalarından daha açık fikirlidirler. Bu vargı, 1900’lü yılların ilk yarısında yürütülen geniş kapsamlı bir araştırmaya dayanır (Morgan, 1991). Bu araştırmada görüşülen 1500 Üniversite öğrencisinden %33’ü kendilerinin ana-babalarından daha solda olduğunu belirtirken ana-babalarına göre sağda olduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin %60’ı ana-babaların ise %30’u kendilerini sosyalist veya liberal görmektedir. Buna karşın, öğrencilerin %32’si, ana-babalarının yüzünden tutucu ve aşırı tutucu olduklarını belirtir. Açık fikirliliğe doğru bir ilerleme açıkça gösteren bu farklılıkları, “ kuşaklar arası kopukluk” olarak değerlendirmek mümkündür (Kağıtçıbaşı, 1988).

Kuşaklar arası kopukluğun yanı sıra sık sık öğrencilerin ana- babalarından konulan kısıtlamalara ve onların tutumlarına başkaldırdıklarından bazen öğrenci hareketlerinin bir nedeni olarak bu başkaldırma görülebilir. Ancak eylemci öğrenciler üzerinde yapılan bir çok araştırma böyle bir başkaldırmanın söz konusu olmadığını göstermektedir. Eylemci öğrencilerin yaklaşık %80-90’ını ana-babaları ile yakın ilişkileri olduğuna işaret etmiştir. Bu öğrencilerden sadece %8’inde babaları ile aralarında ciddi anlaşmazlıklar vardır. Ancak, bu ailelerin çoğunun zaten gerginliklerle dolu bir geçmişi olduğu görülmüştür. Bu araştırmalar alınarak , bazı sosyal bilimciler günümüz gençleri ile ana-babaları arasındaki farklılıkların kuşaklar arası kopukluktan çok ideolojik farklılık olduğu düşüncesi sürmektedir (Morgan, 1991).

Önyargıların Gruplar-Arası Temas Yoluyla Değiştirilmesi: Psikologlar uzun yıllardan beri, ırksal önyargılara değiştirmenin tek yolunun gruplar arasında doğrudan temas sağlama olduğunu düşünmektedirler. Gruplar arası temas konusunda yapılan çalışmalardan elde edilen

hiç de tutarlı değildir. Örneğin, 2. Dünya Savaşı sırasında zenci ve beyazların askeri birliklerinde kaynaştırılması, ırksal önyargıların değişmesi açısından uzun yıllar sonuç veriyor gibi gözükmüş, ancak zenci sayısının eskiye göre oldukça fazlalaştığı 1970’li yıllarda, orduda ırksal kökenli bir çok huzursuzluk ortaya çıkmıştır. Öte yandan karışık konut projelerini inceleyen bir araştırmada da önyargılarda bir azalma olduğu saptanmıştır. (Newcomb, 1978). Bu örnekleri çoğaltmak mümkündür. Irkları bir araya getirme konusunda yapılan çalışmalardan bazılarında beyazlarında önyargılarında bir azalma bazılarında ise bir artma gözlenmiştir. Bu araştırmanın sonuçları birlikte incelendiğinde, zencilere ilişkin önyargıları azaltabilmek için sadece zencilerle beyazları bir araya getirmenin yetmediği, bundan başka bir takım şeylerin yapılması gerektiği ortaya çıkmaktadır (Morgan, 1991).

2.5 Araştırmanın Konusuna Yönelik Araştırmalar

Araştırmanın bu bölümünde, serbest zaman etkinlikleri ve sağlıklı yaşam ve spor merkezlerini konu alan ve kapsamında araştırmanın bir boyutuna veya bir alt kesitine yer vererek bu çalışmayı destekleyen bazı araştırmalara yer verilmiştir.

2.5.1 Yurtdışında yapılan araştırmalar

Ho ve arkadaşlarının (1996) “Öğretmenlerde Stres, Sağlık ve Serbest Zaman Doyumu” başlıklı çalışmalarında; halka açık yerlerde ve sağlıklı yaşam merkezlerinde spor yapan bireylerin katılma amaçları üzerinde çalışılmıştır. Bireysel görüşme yönteminin kullanıldığı çalışmada, bireylerin servis kalitesi, daha fazla etkinlik seçeneği, profesyonel eğitmen yardımı ve sosyalleşme amaçlarından dolayı serbest zaman etkinliklerini bu merkezleri seçtikleri sonucuna ulaşılmıştır (Ho, 1996).

Bununla birlikte, serbest zamanın bir çok faktörle etkileşimi incelenmiştir. Serbest zaman fiziksel, mental (stres, kaygı) ve sosyal iyilik (wellness) düzeyi üzerine (Ho, 1996, Trenberth, 1999) yaşam doyumu (Edginton, 2002, Llyod, 2002, Ngai, 2005), yaşam kalitesi (Pearson, 1998. Veal, 1992) ve iş doyumu (Pearson, 1998) üzerine olumlu etkileri birçok araştırmacı tarafından ispatlanmıştır.

Trenberth, Dewe ve Walkey (1999)’ nın “Serbest Zamanın Çalışan Bireylerdeki Stres Azaltılmasındaki Rolü” başlıklı çalışmasında, serbest zaman etkinliklerinin yaşam kalitesindeki etkisi incelenmiştir. Yeni Zelanda da yapılan çalışmaya 695 çalışan katılmış ve katılımcılara serbest zaman doyum ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, çalışanların

büyük bir çoğunluğu bedensel etkinliklerin, serbest zaman aktivitelerinin çalışma hayatına olumlu katkısı olduğu sonucu tespit edilmiştir (Trenberth, 1999).

Ngai (2005)' in "Macao Yaşantısında Serbest Zaman Doyumu ve Kalitesi" başlıklı çalışmada; serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin etkinlik dışı zamanlardaki yaşam kalitesi üzerine etkileri araştırılmıştır. 993 birey üzerine 4 hafta boyunca uygulanan ölçek çalışması sonucunda, serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin sosyal iletişim, akademik başarı, stresle başa çıkma yollarında diğer bireylere göre verimli bir yaşantı sürdürdükleri belirlenmiştir (Ngai, 2005).

Pearson (1998) "Mesleki Tatmin, Yaşamsal Tatmin ve Psikolojik Sağlık" başlıklı çalışmada, 15 erkek ve 16 kadın çalışan birey ile bireysel görüşmeler yaparak serbest zaman etkinliklerinin hayatlarındaki olumlu etkisini araştırmıştır. 18-41 yaş arası bu bireylerde entelektüel kişiliklerinin baskın olduğu, bulundukları ortamlarda mutlu olabilecek ayrıntılara odaklandıkları, meslekleri ile barışık oldukları sonuçlarına ulaşılmıştır. Bu sonuçlarla serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin meslekleri ile daha barışık olduğu tespit edilmiştir (Pearson, 1998).

Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde düzenlenen serbest zaman etkinliklerinde cinsiyetin de önemli olduğu göze çarpmaktadır. Altergoot ve McCreedy (1993)' in "Serbest Zaman Engelleri: Cinsiyet ve Aile Durumu" ve Moccia (2000)' nin "Zaman Planlaması, Avrupa Uyarlaması" başlıklı çalışmalarında toplum bireylerinin serbest zaman etkinliklerine katılımlarında ve etkinliklere katılım için yapılan zaman planlarında engelleri belirlemeye çalışmışlardır. Bu araştırmalar ile birlikte, cinsiyetin serbest zaman faaliyetlerini tercih etmede ve zaman planlaması yapmada önemli rol oynadığını sonucuna varılmıştır (Altergoot, 1993, Moccia, 2000).

Culp (1998)' in "Ergenlik Dönemindeki Kızlar ve Outdoor Serbest Zaman Etkinlikleri" başlıklı çalışmada; cinsiyetin sosyal etkinin oldukça önemli bir parçası olduğu ve bireylerin serbest zaman faaliyetlerini sınırlayan önemli bir unsur olduğunu belirtmiştir. Ortaöğretim kurumu kız öğrencilerinin katıldıkları etkinliklerde katımlı gözlem yolu ile yapılan nitel çalışmada, etkinlik sırasında edinilen rollerde, katıldıkları etkinlik seçimlerinde cinsiyetin ve toplumsal rollerin önemine dikkat çekmişlerdir (Culp, 1998).

Henderson ve diğerleri (1996) "Kadın ve Serbest Zaman" başlıklı çalışmalarında, kadın ve erkeğin toplumda karşı karşıya kaldıkları meselelerin farklı olduğunu, dolayısıyla serbest

zamanlarında gerçekleştirdikleri faaliyetlerin de farklı olduğunu belirtmişlerdir. Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerde bu farklılığın daha az olması gerekliliği sonucuna da ulaşmışlardır (Henderson, 1996).

Gerçekleştirilen bazı çalışmalar, özellikle kadının toplumdaki rolünü belirlemeye yöneliktir. Waren (1990) “Kadınların Outdoor Maceraları” başlıklı çalışmasında, serbest zaman faaliyetlerine katılmada, kadınların erkeklere nazaran daha az fırsat ve olanağa sahip olduğunu, bunun da kadının toplumdaki yerinden kaynaklandığını belirlemiştir. Çünkü kadının toplumdaki temel rolünün ev işleriyle uğraşmak ve çocuk büyütmek olduğu, bunun da kadınların serbest zaman faaliyetlerine katılmalarını etkilediğini ya da sınırlandırdığını belirlemiştir (Warren, 1990) Henderson ve arkadaşları da (1996) yapmış oldukları çalışmada benzer bir sonuca ulaşarak, çocuk sahibi olmayan kadınların serbest zaman faaliyetlerine katılmada daha özgür olduklarını ortaya koymuştur (Henderson, 1996).

Hudson (2000) “Potansiyel Turizm: Kadın ve Erkeklerin Engel Farklılıkları” başlıklı çalışmasında; serbest zaman faaliyetlerine katılmada bay ve bayanlar arasında önemli farklılıklar olduğunu tespit etmiştir. Serbest zaman faaliyetlerine katılmada kadınlar erkeklere oranla daha fazla engelle karşılaşmaktadırlar (Hudson, 2000) ve birçok kadın, serbest zaman faaliyetlerine katılabilmek için kendilerine yeteri kadar fırsat verilmediğine inanmaktadırlar (Henderson, 1991).

Buna benzer olarak rekreasyonun öğretilabilir olması ve şiddetin engellenmesindeki rolü gençlerin gelecekteki alışkanlıklarının yönlendirilmesi açısından önem taşımaktadır (Alston, 2001). Paasmore ve French (2001) “Ergenlik Dönemindeki Gençlerin Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımları” başlıklı çalışmasında da, serbest zamanın pozitif kullanımının artmasının kendini gerçekleştiren ve ruhen sağlıklı gençlerin gelişmesine katkıda bulunduğu yaygın olarak ifade edilmektedir. Yaz kamplarındaki gençlerle yürütülen çalışma sonucunda serbest zaman etkinliklerinin gençlerin bireysel gelişimlerine olan katkısının olumlu oldu belirlenmiştir (Passmore, 2001).

Bireylerin sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılarak üniversite öğrenimi dönemlerinde elde edecekleri “rekreatif etkinliklere katılma alışkanlıkları” eğer bireyde yaşam doyumuna olumlu katma değer yaratmışsa, yaşamlarının ileriki dönemlerinde de devamlılık gösterebilecektir. Huang ve Carleton (2003)’ ın “Tayvan Üniversite Öğrencilerinin Eğlence Katılımı , Eğlence Memnuniyeti Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiler” başlıklı Tayvanda’ki

üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada rekreatif etkinliklere katılmanın, öğrencilerin yaşam tatminlerini arttırdıklarını belirtmişlerdir. Okul içi sportif etkinliklere katılan 397 öğrenci ile yapılan çalışma sonucunda, serbest zaman doyumu ile yaşam doyumu arasında belirgin bir ilişki tespit etmişlerdir (Huang, 2003).

Modern dünyanın değişimi ve bunun sonucundaki toplumsal yaşamın değişimleri ile oluşan postmodern toplumdaki tartışmalar da mekan değişimleriyle sonuçlanmaktadır (Wyenne, 1998). Postmodern kentte farklılık yaratan mekanlar önem kazanmaktadır. Kentte yaşanan kültürel değişimler yeni kültürel araçları beraberinde getirmektedir. Tüketim merkezleri bu araçlardan biri olarak görülebilmektedir. Featherstone’a göre tüketim alanları yeni bir şehir kültürünün gelişmesine yardımcı olacak mekanlardır (Featherstone, 1998).

Fernandes ve arkadaşları (2008)’ nın “Brezilya Daki Ergenlik Çağındaki Gençlerin Düzenli Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımları Ve Serbest Zaman Davranışı Arasındaki İlişki” başlıklı boylamsal çalışmada, katılımcıların çoğunun düzenli spor yaptığını, büyük bir kısmının serbest zamanlarında bisiklet sürme ve yürüyüş etkinliklerini yaptıklarını belirlemişlerdir. Spora düzenli katılımın fiziksel aktivite ve davranışlarla pozitif ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır (Fernandes, 2008).

Schrag ve Strattman (2009)’ ın “Serbest Zaman Etkinlikleri ve Eğitim” başlıklı çalışmalarında; yaptıkları çalışmada kent ve kırsal alandaki öğrencilerin müzik dinleme ve spor gruplarına katılımlarının yüksek olduğu belirlemişlerdir. Kırsal devlet okulu öğrencilerinin serbest zamanlarında arkadaşlarıyla vakit geçirdikleri ve tv/film izledikleri; şehir merkezi devlet okulunda okuyanların ise daha çok alışveriş yaptıkları, video ve bilgisayar oyunu oynadıklarını saptamışlardır (Schrag, 2009).

Rowe’ a göre (1996) sağlıklı yaşam merkezlerinde düzenlenen bir etkinliğin topluluklar içerisinde popüler bir temelinin olması gerekir, eğer bu temel yoksa yüksek talep yaratan promosyonlar, medyada çokça yer verilmesi, birtakım görseller yoluyla ilginin ve desteğin kısıktırılması gerekir (Rowe, 1996).

Searle ve Jackson (1995)’ ın “Serbest Zaman etkinliklerine Katılımda Sosyo Ekonomik Düzey” başlıklı çalışmasında; bireylerin gelir düzeyleri ile serbest zaman faaliyetlerini tercih etmeleri arasında bir ilişkinin olduğunu belirlemiştir (Searle, 1995). James (1995) ise buna benzer olarak “Genç Kadınların Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımları” başlıklı çalışmasında,

yüksek gelire sahip bireylerin yeni olarak nitelendirilen serbest zaman faaliyetlerine daha fazla katılma eğiliminde olduklarını tespit etmiştir (James, 1995).

Dattilo ve diğerleri (1994) “Aşırı Kilolu ve Düşük Gelirli Kadınların Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımları” başlıklı yapmış oldukları çalışmada, ev işleri ile uğraşan ve herhangi bir işte çalışmayan ev kadınlarının gelir yetersizliğinin, sağlıklı yaşam merkezlerindeki serbest zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen en önemli faktörler arasında olduğunu belirlemiştir (Dattilo, 1994).

Yaş, serbest zaman faaliyetlerine katılmayı etkileyen önemli faktörlerden bir diğeridir. Örneğin genç yaş grubunda bulunan bireyler yaşlılara nazaran daha fazla fiziksel aktivite ve spor faaliyetlerine katılma eğilimindedirler. Kunz ve Graham (1996)’ ın “Kadın ve Erkeklerde Alkol Tüketimi ve Serbest Zaman” başlıklı çalışmasında yaş ile birlikte zararlı alışkanlıklarında etkinlik tercihlerinde önemli bir faktör olduğu sonucunu tespit etmişlerdir (Kunz, 1996).

Spor ve fitness merkezleri tüketici odaklı organizasyonlardır (Alexandres, 1999) ve tüketicilerin beklentilerinin karşılanması hem var olan tüketicilerin elde tutulması hem de yeni tüketicilerin bu merkezlere üye olması açısından önemlidir (Kim, 1998). Alexandris ve Palialia (1999)’ nın “Yunanistan daki Sağlıklı Yaşam Merkezine Üye olanlarda Müsteri memnuniyeti” başlıklı çalışmalarında, spor tüketicilerinin bu merkezlerde fiziksel etkinliklere katılmasını etkileyen birçok faktör bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan araştırmalar fiziksel (sağlıklı olma, kilo verme, vs.), sosyal, arkadaşlık, bir gruba dahil olma, vs.), duygusal (neşeli olma, iyi görünme, mücadele, vs.) ve psikolojik (stres ve kaygıdan uzaklaşma, enerji serbestaltımı, vs.) ihtiyaçların fiziksel etkinliklere aktif olarak katılmayı etkilediğini tespit etmişlerdir (Flood, 1992, Frederick, 1993, Park, 2001, Trembath, 2002).

Spor merkezlerinde serbest zaman etkinliklerine yönelik ihtiyaçların tümünün ya da bir bölümünün karşılanması spor yöneticileri açısından önemli görevlerden biridir. Çünkü spor merkezlerine üye olan tüketicilerin ihtiyaç ve isteklerinin karşılanması onların tatmin düzeyini ve buna bağlı olarak da spor merkezine olan ilgiyi etkileyecektir (Chelladurai, 1999). Bu anlamda Spor ve fitness merkezlerinin başarısı ile ilgili yapılan çalışmaların spor tüketicilerinin ihtiyaç ve isteklerinin karşılanması gereği hem araştırmacılar hem de uygulamacılar tarafından kabul edilse de bu organizasyonlar içerisinde tüketici tatmininin araştırılmasına yönelik yeterli çabanın gösterilmediği görülmektedir. Bunun nedeni spor ve fitness merkezlerinin kompleks yapıları ile spor hizmetlerinin özel karakteristiklerinden dolayı tatmin ölçümünün

zorluklarından kaynaklanabilir (Tel, 2008). Bir spor merkezi gerek tüketicilerine sunduğu araç gereç gerekse de yürütülen etkinlikler ile kompleks bir organizasyon yapısına sahiptir. Bu noktadan hareketle spor merkezlerine üye olan tüketicilerin algıladıkları kalite ve tatminin bu bireylerin katıldıkları etkinlikler ve bu etkinliklerin gerçekleştiği ortamlar ile şekilleneceği belirlenmiştir.

2.5.2 Yurtiçinde yapılan araştırmalar

Özdağ ve arkadaşlarının (2009) “Devlet Memurlarının Boş Zaman Değerlendirme Eğilimleri, Antropometrik ve Fiziksel Uygunluk Seviyeleri” başlıklı çalışan bireyler ile yaptıkları bir çalışmada, serbest zaman etkinliklerine katılmanın kişilerde sırasıyla sıkıntı azaltıcı, dinlendirici, eğlendirici, sağlık verici, eğitici, mutluluk verici etkileri olduğunu saptamışlardır. Devlet memurlarının yoğun ve hareketsiz iş yaşamları sonucunda edindikleri olumsuz durumdan serbest zaman etkinlikleri ile kurtuldukları sonucuna ulaşılmıştır (Özdağ, 2009).

Yetiş (2008) ise “Kamu Kuruluşlarında çalışan Devlet Memurlarının Boşzaman Faaliyetlerini Değerlendirme Alışkanlıkları (Tugsaş Örneği)” başlıklı kamu çalışanlarının serbest zaman etkinlikleri ile ilgili çalışmasında, büyük çoğunluğun günde 3-4 saat serbest zamanları olduğunu, serbest zaman etkinliklerine genelde haftada bir kez katıldıklarını, kurumda bu amaca yönelik tesislerin nicelik ve nitelik bakımından yetersiz olduğunu ve imkan tanındığında (tesis ve zaman açısından) daha çok serbest zaman değerlendirme faaliyetlerine katılım isteği olduğunu belirlemiştir (Yetiş, 2008).

Bayhan ise (2007) “Üniversite Gençliğinde Anomi ve Yabancılaşma” başlıklı derleme çalışmasında, serbest zaman etkinliklerinin ülkenin geleceğinin bilimsel donanımla bezenmiş sağlıklı ve nitelikli bir üniversite gençliğinin yetişmesine bağlı olduğu da belirlemiştir (Bayhan, 1997).

Tuncay (2000)’ ın “Türkiye’de Gençlik Sorunlarının Psikolojik Boyutu” başlıklı çalışmasında, üniversite öğrencilerine yönelik serbest zaman etkinliklerinin sosyolojik boyutuna dikkat çekmiştir. Tuncay çalışmasında serbest zamanların olumlu bir biçimde değerlendirilmesinin toplumsal uyumun güçlenmesinde etkili olabileceğini; özellikle genç nüfusu zararlı alışkanlıklardan koruyabileceği de ileri sürmüştür (Tuncay, 2000).

Kır (2007) “Yüksek Öğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinlikleri: KSÜ Örneği” başlıklı çalışmasında üniversite öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine bakış açılarını tespit etmeye çalışmıştır. Serbest zamanın, bireyin kişiliğinin gelişmesinde, toplumsal refah ve kalkınmanın sağlanmasındaki rolüne dikkat çekerek, üniversite öğrencilerinin pasif serbest zaman değerlendirme alışkanlıklarının, ülke refahının artmasına katkı sağlamaktan uzak olduğunu, bunun yanında gençlerin kimlik gelişimlerini de olumsuz etkileyebileceği sonucunu belirlemiştir (Kır, 2007).

Sezgin (1987), “Türk Toplumunun Rekreasyon Alışkanlıkları: İstanbul Örneği” başlıklı çalışmasında İstanbul halkının rekreasyona yönelik tepkilerini belirlemeye çalışmıştır. Çalışma sonucunda serbest zaman etkinliklerinin toplumda daha fazla yer etmesi gerekliliği sonucunu tespit etmiştir (Sezgin, 1987).

Aslan (1994), “Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi, Öğretmen Yetiştiren Kurumlarda Karşılaştırmalı Bir Araştırma” başlıklı çalışmasında ise üniversitelere göre serbest zaman etkinliklerine katılım farklılıklarını gözlemlemeye çalışmıştır. Çalışma sonucunda gerekli tesis planlamaları ve coğrafi konumun etkinliklere katılımı etkili olduğu ve sosyal ve fiziksel çevrede üniversite öğrencilerinin serbest zaman değerlendirme eğiliminin değişebileceği sonucunu belirlemiştir (Aslan, 1994).

Dikici (1994) “Adana İli Lise Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıkları” başlıklı çalışmasında, spor eğitim ve öğretimi kapsamında Adana ili lise öğrencilerinin serbest zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarını değerlendirmiştir. Ortaöğretim kurumlarındaki serbest zaman etkinliklerinin yetersiz olduğunu ve bunun eğitimin gelmesi istediği sonuca olumsuz etkisi olduğunu belirtmiştir (Dikici, 1994).

Baş (1994)’ ın “Lise Düzeyi Yetiştirme Yurdu Öğrencilerinin Serbest Zaman Uğraşlarının ve Okul Başarılarının Araştırılması”, Lise düzeyi yetiştirme yurdu öğrencilerinin serbest zaman uğraşlarının okul başarılarına etkilerini (Baş, 1994), Aydoğan (1999)’ın “Modern Dönemde Serbest Zaman ve Medya” başlıklı çalışmasında, modern dönemde serbest zaman ve medya ilişkisini (Aydoğan, 1999), Sankır (2001)’ ın ise “Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Ekonomik Özelliklerine Göre Serbest Zaman Faaliyeti Olarak Sanat Tüketimleri” başlıklı çalışmasında gençler için serbest zaman etkinliklerinin hem sosyal hem de akademik yaşamda olumlu sonuçları olduğu sonucuna

ulaşılmıştır, Hacettepe Üniversitesi örneğinde, üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik özelliklerine göre serbest zaman faaliyeti olarak sanat tüketimlerini araştırmışlardır (Sankır, 2001).

Yetiş (2008) ise “Kamu Kuruluşlarında çalışan Devlet Memurlarının Boşzaman Faaliyetlerini Değerlendirme Alışkanlıkları (Tugsaş Örneği)” başlıklı çalışmada, kamu çalışanlarının serbest zaman etkinlikleri ile ilgili çalışmada, büyük çoğunluğun günde 3-4 saat serbest zamanları olduğunu, serbest zaman etkinliklerine genelde haftada bir kez katıldıklarını, kurumda bu amaca yönelik tesislerin nicelik ve nitelik bakımından yetersiz olduğunu ve imkan tanındığında (tesis ve zaman açısından) daha çok serbest zaman değerlendirme faaliyetlerine katılım isteği olduğunu belirlemiştir. (Yetiş, 2008).

Tel ve Köksalan (2008) “Öğretim Üyelerinin Spor Etkinliklerinin Sosyolojik Olarak İncelenmesi (Doğu Anadolu Örneği)” başlıklı çalışmalarında, Doğu Anadolu Bölgesi’nde bulunan beş üniversitede görev yapan öğretim üyelerinin serbest zaman etkinliklerine katılım alışkanlıkları konusunda yaptıkları araştırmada, erkek öğretim üyelerinin yürüyüş ve futbolu tercih ettiğini, bayan öğretim üyelerinin ise tercihlerini yürüyüş, halk oyunları ve modern danslardan yana kullandıklarını belirlemiştir. Bayan öğretim üyelerinin erkeklerin tersine; basketbol, avcılık, vücut geliştirme, kayak, dağcılık, kürek ve binicilik gibi faaliyetlere katılmadıklarını saptamışlardır (Tel, 2008).

Tunçkol ve Çumralıgil (2005), “Selçuk Üniversitesindeki Akademik Personelin Rekreasyon Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi” başlıklı çalışmada; Selçuk Üniversitesinde akademik personelin rekreasyonel faaliyetleri ile ilgili çalışmalarını 500 kişi ile yürütmüşlerdir. Katılımcıların % 27.5’i rekreasyon faaliyetlerine katılmak için yeterli zamanlarının olmadığını, % 54’ü ise kısmen zamanları olduğunu; çalışmada çoğunluğu oluşturan genç akademisyenlerin (% 52.9) rekreasyon faaliyetleri için yeterli zamanları olmadığı tespit edilmiştir. Rekreasyonel faaliyetlere katılan akademisyenlerin % 60.3’ü bedensel faaliyetlerle uğraşırken, %7.4’ü resim, % 19.6’sı müzik, % 6.9’u bahçecilikle ilgilenmektedir. Sonuçta, akademik personelin büyük bir kısmının aktif bedensel faaliyetleri tercih ettikleri ve buna daha fazla zaman ayırmak istediklerini belirlemişlerdir (Tunçkol, 2005).

Terzioğlu ve Yazıcı (2003), “Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Anlayış ve Alışkanlıkları (Atatürk Üniversitesi Örneği)” başlıklı üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarını değerlendirme anlayış ve alışkanlıkları ile ilgili Atatürk Üniversitesi’nde

1000 gönüllü ile yaptıkları çalışmada, öğrencilerin çok fazla serbest zamanlarının olduğu, ancak bunu çok etkin değerlendiremedikleri; bütün öğrencilerin serbest zaman ve sporu bedensel ve zihinsel gelişim aracı olarak görme düşüncesinde birleştiği belirlenmiştir. Serbest zamanların bedensel faaliyetlere ayrılma oranı, bütün bölümlerde çok düşük seviyelerdedir. Serbest zamanların değerlendirilmesi üzerine cinsiyet, medeni durum, gelir düzeyi, eğitim gördükleri alan (sosyal, fen veya sağlık bilimleri) etkili olduğu sonucunu tespit etmişlerdir (Terzioğlu, 2003).

Balcı ve İlhan (2006), “Türkiye’deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi” başlıklı çalışmalarında; Türkiye’deki yedi coğrafi bölgeden seçilen yedi üniversiteden 1318 öğrenci ile yaptıkları çalışmada, üniversitelerin rekreasyon programlarına katılan öğrencilerin, %22.5’inin ilk sırada futbol ve ikinci sırada %9.5’inin fitness branşlarını seçtiklerini, daha sonraki sıralarda ise müzik dinleme (%14.1), tavlama (%11.6) ve bilgisayar kullanma (%19.6) aktivitelerinin yer aldığını saptamışlardır. Genelde bayanların erkek öğrencilere göre aktif katılımlı etkinliklere daha az yöneldiği ve bu tip etkinliklere daha az zaman ayırdıkları saptanmıştır. Bayan öğrencilerin katıldığı etkinliklerde bölgesel farklılıklar olduğu; Akdeniz ve Ege Üniversitelerinde bayan öğrencilerin voleybol, tenis ve yüzme etkinliklerine, Atatürk ve Dicle Üniversitelerinde ise doğa yürüyüşlerine katıldıkları, İstanbul Üniversitesinde ise voleybol ve tiyatro etkinliklerini tercih ettikleri belirlenmiştir (Balcı, 2006).

Çalışmalara bakıldığında serbest zaman konusunda nitel çalışmaların eksikliği göze çarpmaktadır. Son yıllarda metot olarak kullanımı artan nitel araştırma bireylerin toplum içindeki davranışlarını ayrıntılı tanımını ortaya koymak, davranışlarına yüklenen anlamları, durumları ve süreçleri tanımlayabilmek için kullanılmaktadır. Bu metotta, araştırmaya katılan bireyler ile derinlemesine görüşmeler yapılarak elde edilen veriler anlamlı ve ayrıntılı bir şekilde ifade edilmeye çalışılır (Kümbetoğlu, 2005). Bu açıdan nitel araştırma gözlem, görüşme, görüntü kaydı ve doküman analizi gibi metoda uygun veri toplama araçlarının kullanıldığı, yaşamın içinde gerçek ortamında ortaya konan bir araştırma yöntemi olarak tanımlanmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2005). Serbest zaman etkinliklerine katılımında tutum ve davranışların etkinliklere katılımlarında önemli rol oynadığı düşünülmektedir. Bu tutum ve davranışların, kişiler tarafından nasıl ortaya çıktığı, bu durumun da gözlemlenmesinin birey açısından önemi çalışmalarda ortaya çıkmıştır. Bu anlamda nitel araştırma yöntemleri

kullanılarak da bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımlarında tutum ve davranışları ortaya çıkarılabilir.





3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, evren-örneklem, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analiz edilmesine yönelik bilgilere yer verilmiştir.

3.1 Araştırmanın Modeli

Araştırmada mevcut durumu ortaya çıkarmayı hedefleyen betimsel ve taramaya yönelik bir yöntem kullanılmıştır. Konunun içeriğine yönelik yapılan literatür taraması sonucunda teorik bir çerçeve hazırlanmıştır. Sonrasında geliştirilen çerçeve ile araştırmanın probleminin çözümüne yönelik nicel verileri elde etmek için veri toplama aracının geliştirilmesi amaçlanmıştır.

Veri toplama aracının geliştirilmesi aşamasında ifade havuzu oluşturulması için iki aşamalı bir süreç uygulanmıştır. İlk aşamada nitel araştırma yöntemlerinden görüşme tekniği uygulanmıştır. Bu görüşmeler sonrasında elde edilen verilerden ifade havuzuna veriler eklenmiştir.

İkinci aşamada konuyla ilgili literatür taranmış, daha önce yapılmış olan araştırma sonuçları incelenmiş ve elde edilen bilgiler incelenerek değişkenler açısından detaylı bir içerik hazırlanmıştır. Sonrasında ise bu içeriğin ışığı altında, hazırlanan hipotezleri deneyecek ve araştırmanın nicel bölümünün verilerini elde edecek şekilde “Kişisel Bilgi Formu” (Ek-2), “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği (SZEKTÖ)” (Ek-3) ve “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi (SZEKPÖ)” (Ek-4) geliştirilmiştir.

3.2 Evren ve Örneklem

3.2.1 Evren

Araştırmanın evrenini, Ankara İli merkez ilçelerindeki (Altındağ, Çankaya, Etimesgut, Gölbaşı, Keçiören, Mamak, Sincan ve Yenimahalle) sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde üye olan 16.735 birey oluşturmaktadır. Yapılan ön araştırma neticesinde sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin dağılımının eşit dağılmadığı tespit edilmiştir (Ek-5). Ankara Bölge ve Kalkınma Planına göre Ankara’ nın merkez ilçelerinde farklı sosyo ekonomik bölgelere ayrıldığı için (Ek-6) bu bölgelerdeki sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin de farklı özelliklerde üye profiline sahip olduğu düşünülmektedir. Ankara il merkezindeki 8 merkez ilçede bulunan sağlıklı yaşam

ve spor merkezlerinde serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin ilçelere göre dağılımı aşağıda verilmiştir.

Çizelge 3.1. Ankara İli Merkezinde Spor Merkezlerinde Serbest Zaman Etkinliklerine Katılan Bireylerin İlçelere ve Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

İlçeler	Sağlıklı Yaşam Merkezi Sayısı		Katılımcı Sayısı n=16.735		Genel Toplam %	
	Sayı	%	Erkek	Kadın	Erkek	Kadın
Altındağ	8	9,5	389	385	51	49
Çankaya	20	24,5	2519	2491	54	46
Etimesgut	10	12	756	701	58	42
Gölbaşı	8	9,5	470	685	39	61
Keçiören	9	11,5	748	721	52	48
Mamak	6	7,5	528	442	55	45
Sincan	7	8,5	655	530	59	41
Yenimahalle	14	17	2338	2377	49	51
Toplam	82	100	8403	8332	52	48

3.2.2 Örneklem

Çalışmanın örneklemini Ankara il merkezindeki 4 ilçesindeki (Çankaya, Etimesgut, Keçiören ve Yenimahalle) 17 sağlıklı yaşam ve spor merkezinde serbest zaman etkinliklerine katılan 428 (26,39 yaş $\pm$ 5,44) birey oluşturmaktadır (Ek-7). Çalışmaya katılan bireylerden 206 sı kadın (24,81 yaş $\pm$ 5,09) ve 222 si erkektir (27,85 yaş $\pm$ 5,35).

Bu çalışmada tabakalı orantılı tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemle çalışma yapılan ilçelerdeki sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki üye sayıları belirlenmiş ve örnekleme seçilecek olan üye sayısına göre orantılı olarak seçilmiştir. Örneklem seçiminde

öncelikle, tesadüfi olarak sağlıklı yaşam ve spor merkezi seçilmiştir. Daha sonra örnekleme alınacak katılımcı sayısı ilçelerdeki serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin sayısına göre orantılı olarak belirlenmiştir. Çünkü evren farklı gelişmişlik düzeylerine ve farklı alt bölgelerde ikamet eden bireylerden oluşmaktadır (Ek-6). İlçelerdeki evrenin büyüklüklerine göre de her bir ilçeden tesadüfi olarak belirlenen sağlıklı yaşam ve spor merkezine katılan birey sayısına göre de örneklem belirlenmiştir. Araştırmaya katılan bireylerin dağılımı aşağıdaki çizelgede (3.2) verilmiştir.

Çizelge 3.2. Araştırmaya Katılan Bireylerin İlçelere ve Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

İlçeler	Sağlıklı Yaşam Merkezi Sayısı		Katılımcı Sayısı n=428		Genel Toplam %	
	Sayı	%	Erkek	Kadın	Erkek	Kadın
Yenimahalle	7	41,1	96	91	48,7	51,3
Çankaya	6	35,3	76	76	50	50
Keçiören	2	11,8	25	20	55,6	44,4
Etimesgut	2	11,8	25	19	56,8	43,2
Toplam	17	100	222	206	51,9	48,1

3.3 Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada kullanılan veri toplama araçları geliştirilirken; öncelikle konuyla ilgili literatür çalışması yapılmış, ikinci olarak da konuyla ilgili görüşlerini tespit etmek üzere serbest zaman etkinliklerine katılan bireylere yönelik “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği (SZEKTÖ)”, “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi (SZEKPA)” ve “Görüşme Formu” kullanılmıştır. Veri toplama araçları aşağıdaki sırayla geliştirilmiş ve uygulanmıştır.

1. Ankara ili merkez ilçelerinde spor alanında hizmet veren sağlıklı yaşam merkezlerinin isimlerine ulaşılması, iletişim bilgilerinin ve üye sayılarının öğrenilmesi.
2. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutum ve problemlerinin öğrenilmesi amacıyla uzman görüşlerinden ve yapılmış çalışmalardan faydalanılarak “Görüşme Formu” hazırlanması (Ek-7).
3. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin kişisel bilgilerini öğrenmeye yönelik “Kişisel Bilgi Formu” hazırlanması.
4. Taslak ölçek hazırlanması sonrasında, belirlenecek olan pilot sağlıklı yaşam ve spor merkezlerine uygulanması, geçerlik, güvenirlik ve faktör analizlerinin yapılması.
5. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumlarını ölçmeye yönelik “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği (SZEKTÖ)” geliştirilmesi.
6. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yaşadıkları problemleri ölçmeye yönelik “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi (SZEKPA)” geliştirilmesi.
7. Geliştirilen ölçeklerin belirlenen örneklemdeki sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki katılımcılara uygulanması.
8. Verilerin toplanması ve bilgisayar ortamına aktarılması.
9. Verilerin istatistiki açıdan çözümlenmesi ve yorumlanması.

3.3.1 Kişisel bilgi formunun hazırlanması

Sağlıklı Yaşam Merkezlerinde üye olan ve serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin demografik özelliklerinin belirlenmesi amacıyla kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Bu formda bağımsız değişkenler olan; cinsiyet, yaş, öğrenim durumları, medeni hal, ikamet ettikleri semtleri, gelir, meslek ve çalışma sürelerini öğrenmeye yönelik ifadelerin yanı sıra aileleri ile ilgili bilgilerin de edinilmesine yönelik ifadeler bulunmaktadır (Ek-2).

3.3.2 Açık uçlu görüşme formunun hazırlanması

Serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve kazanımlarının incelenmesi amacı ile oluşturulmuş olan görüşme formu için önceki yapılan çalışmalar, danışman önerileri ve yapılan görüşmeler sonrasında ifade havuzu oluşturulmuştur (Ek-8).

Görüşme sırasında serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve kazanımları, yaşanan problemler ile ilgili olan açık uçlu sorular yöneltilmiştir. Görüşme sırasında verilen ifadeler sürekli not tutulacak, benzer ifadeler gruplandırılacak ve ölçek halinde uygulanabilir hale getirilmiştir.

Görüşmelerde problemin çözümüne ulaştıracak şu konular belirlenmiştir:

- Katılımcılar serbest zamanlarında bu etkinliklere katılma şekli: zaman, mekan ve kişiler.
- Katılımcıların serbest zamanlarında katıldıkları etkinliklerin türleri ve düzenli olarak katılıp katılmadıkları,
- Katılımcıların sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde etkinliklere katılma sebepleri,
- Katılımcılar etkinliklere katıldıkları sağlıklı yaşam merkezlerinin gündelik yaşamlarına yansımaları,
- Katılımcıların serbest zaman etkinlikleri katılımlarının çalışma yaşamındaki etkisi,
- Katılımcıların üye oldukları bu merkezler, sosyal ilişkilerine yansımaları,
- Katılımcıların sosyal yaşamında serbest zaman etkinliklerinin etkisi,
- Katılımcıların çalıştıkları kurum içindeki statüleri ve serbest zamanlarına etkisi,
- Katılımcılar halka açık alanlarda serbest zaman etkinliklerine eğer katılmıyorlarsa ya da katılamıyorlarsa bunu engelleyen nedenler,
- Katılımcıların zaman konusundaki beklentileri,
- Katılımcıların ekonomik güçleri serbest zaman etkinliklerine katılımlarına etkisi,
- Katılımcıların uzun süreli serbest zaman etkinliklerinde seçtiği etkinlik türleri.

Oluşturulan ifadelerden çalışmanın ana teması ve amacına uygun olan maddeler düzenlenmiş ve ölçek maddeleri oluşturulmuştur. Sonrasında araştırma grubuna uygulanmıştır.

3.3.3 Serbest zaman etkinliklerine katılımda tutum ölçeği (SZEKTÖ) nin hazırlanması

Ölçeğin hazırlanma aşamasında tesadüfi olarak belirlenen 20 katılımcı ile görüşme yapılmış ve açık uçlu görüşme formundaki ifadeler üzerine konuşulmuştur ve hem araştırmacı hem de katılımcı tarafından ifadeler not tutulmuştur. Buna ek olarak alanda yapılan diğer çalışmaların da sonuçları incelenerek, ölçeğin ifade havuzu oluşturulmuştur. Hazırlanan ifade havuzu alandaki uzman öğretim elemanlarının görüş ve değerlendirmelerine sunulmuştur ve alanda yapılan diğer çalışmalar ile de kıyaslanmıştır. Bu aşamadan sonra alınan görüşler doğrultusunda ölçek 54 maddeden 38 maddeye indirgenmiştir (Ek-8). Bu şekilde ölçeğin ifade havuzunun kapsam geçerliğinin ve problemin çözümüne yönelik uygun ifadeler içermesi sağlanmıştır. 38 maddeden 17 si olumsuz (2, 4, 7, 9, 10, 11, 14, 15, 17, 18, 21, 25, 28, 30, 32, 35 ve 37) 21 i ise olumludur (1, 3, 5, 6, 8, 12, 13, 16, 19, 20, 22, 23, 24, 26, 27, 29, 31, 33, 34, 36 ve 38). Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin etkinliklere yönelik tutumlarını ölçmek amacıyla hazırlanan ölçek 5' li Likert tipindedir. Seçenekler Kesinlikle Katılıyorum, Katılıyorum, Kısmen Katılıyorum, Katılmıyorum ve Kesinlikle Katılmıyorum şeklindedir ve olumlu puanlamalar sırası ile 5, 4, 3, 2, 1 şeklinde verilmiştir. Olumsuz ifadelerde ise puanlama tam tersi şekilde sırası ile 1, 2, 3, 4, 5 şeklinde verilmiştir.

Bu aşamadan sonra örnekleme benzer grupta (113 Kadın, 121 Erkek) 234 katılımcıya ölçeğin ön uygulaması yapılmıştır, ifadeler boyutlara göre düzenlenmiş ve elde edilen verilerle faktör analizi, geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır (Ek-3).

3.3.4 Ölçeğin (SZEKTÖ) geçerlik çalışması

Kapsam geçerliği uzman görüşü ile sağlanmış Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeğinin yapı geçerliğinin test edilmesi amacıyla, testlerin geçerliklerinin analiz edilmesinde kullanılan yöntemlerden (Baykul, 2000) birisi olan faktör analizi kullanılmıştır. Analizin yapılma aşaması aşağıdaki sırayla gerçekleşmiştir:

- a- Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy (KMO) katsayısı ve Barlett Sphericity Testi, verilerin faktör analizi için uygunluğunu belirlemek amacıyla kullanılır. KMO katsayısının 0,60 dan yüksek çıkması verilerin faktör analizi için uygun olduğunu gösterir. Bu değer 1 e yaklaştıkça mükemmel olarak değerlendirilir. Barlett testinin anlamlı olması ise verilerin dağılımının normal olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2006).

- b- Maddelerin faktör yüklerinin 1 e yakın 0,66 nın üzerinde olması beklenen bir sonuçtur. Ancak test sonuçlarında bunu yakalamak zor olabilir. Bununla birlikte maddelerin yük değerlerinin ise 0,45 olması iyi bir ölçüttür. Ancak bu değer de az sayıda madde için 0,30 a kadar indirilebilir (Büyüköztürk, 2006).
- c- Maddelerin bir faktördeki yükü ile diğer faktördeki yükü arasındaki farkın en az 0,10 olması gerekmektedir. Bu değer daha düşük çıktığı takdirde madde-binişik- çıkarılmalıdır (Büyüköztürk, 2006).
- d- Faktörlerin toplam varyansın % 66 sını kapsamaması iyi bir değerdir ancak sosyal bilimlerde çok faktörlü testlerde % 30 undan fazlasını açıklaması beklenir.

Yapı geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre KMO (Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy) değeri 0.92, Barlett Testi anlamlı (4447,9 $p < .000$) bulunmuştur. Yapılan ilk analiz sonucunda faktör yükü yüksek ve binişik olmayan 28 madde için yeniden analiz yapılmış ve KMO (Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy) değeri 0.93, Barlett Testi anlamlı (3666,2 $p < .000$) bulunmuştur. Analiz sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 3.3. Ölçeğin (SZEKTÖ) Faktör (Döndürülmüş Temel Bileşenler) Analizi Sonucu

İfadeler	Madde No	Döndürme Sonrası Yük Değerleri		
		Faktör 1 Duyuşsal		
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde insanlarla rahatça iletişim kurabilirim.	3	,79		
Serbest zaman etkinliklerine katılarak stresimi azaltırım.	5	,77		
Serbest zaman etkinlikleri sayesinde çalışma hayatımda başarılı olduğumu hissedirim.	6	,77		
Serbest zaman etkinlikleri sırasında kendime daha çok güvenirim.	8	,74		
Serbest zaman etkinlikleri sonrasında kendimi iyi hissedirim.	1	,73		
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında kendimi rahatça ifade edebilirim.	20	,68		
Serbest zaman etkinliklerinin sağladığı fiziksel sağlık sayesinde kendimi mutlu hissedirim.	19	,66		
Serbest zaman etkinlikleri sayesinde işyerinde sorunları çözme konusunda kendimi güçlü hissedirim.	16	,62		
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde farklı etkinliklerin sunulması, serbest zaman etkinliklerine ayırdığım zamanı artırmamı sağlar.	15	,58		
Serbest zaman etkinliklerinin iş ilişkilerimde olumlu etkisi olduğunu düşünürüm.	13	,55		
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde işyerinin yoğun temposundan kurtulurum.	22	,55		
Serbest zaman etkinlikleri sonrasında grup içindeki bilgi paylaşımı insanın kendisini güzel hissettirir.	26	,52		

Çizelge 3.3 (devam) Ölçeğin (SZEKTÖ) Faktör (Döndürülmüş Temel Bileşenler) Analizi Sonucu

İfadeler	Madde No	Döndürme Sonrası Yük Değerleri		
			Faktör 2 Davranışsal	
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde sporcu olabileceğimi hissedirim.	31		,70	
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında hayatıma yön veren insanlarla karşılaşırım.	27		,70	
Serbest zaman etkinliklerine katılarak spor merkezi dışında da fırsatları kolaylıkla değerlendiririm.	34		,63	
Devletin spor politikalarının yararlı olup olmadığını, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde görmek mümkündür.	36		,63	
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde, çalışma hayatımda rahat davranırım.	23		,59	
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin günün herhangi bir saatinde katılabilirim.	38		,59	
Serbest zaman etkinlikleri sırasında, etkinliklere katılan diğer insanlara örnek olurum.	29		,58	
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde etrafımdaki insanların sosyal hayatına katkı sağlarım.	33		,57	
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında irademe göre davranmak, kendime olan güvenimi artırır.	24		,55	
İfadeler	Madde No	Döndürme Sonrası Yük Değerleri		
				Faktör 3 Bilişsel
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerine gönüllü olarak gelmek özgüven duygusunu artırır.	28			,78
Serbest zaman etkinlikleri bireyin hayatıyla ilgili kararlarda özgür hissetmesini sağlar.	18			,74
Serbest zaman etkinlikleri sayesinde kişinin dışarıdaki hayatında yaratıcılığı gelişir.	17			,71
Serbest zaman etkinlikleri kişisel hayattaki beklentilerin artmasını sağlar.	32			,68
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin sağladığı sosyalleşmenin kişiler arası iletişime olumlu katkısı vardır.	10			,65
Kişiler, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki her bir etkinliğe katılmak için çaba sarf ederler.	21			,64
Serbest zaman etkinlikleri kişinin kendisini zinde hissettirir.	9			,61
		Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3
Açıklanan Varyans		% 38,56	% 10,38	% 4,89
Toplam Varyans		% 53,84		

38 maddeye ilk yapılan analizler sonrasında dört faktör ortaya çıkmıştır. Faktör yüklerine göre bazı maddeler çıkarılıp yeniden analiz yapıldığında ise üç faktör olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Buradan hareketle 1. faktörde 12 madde (1, 3, 5, 6, 8, 13, 15, 16, 19, 20, 22, 26), 2. faktörde 9 madde (23, 24, 27, 29, 31, 33, 34, 36, 38) ve 3. faktörde de 7 madde (9, 10, 17, 18, 21, 28, 32) bulunmaktadır (Ek-3).

Ölçeğin faktörlerine göre açıkladığı varyans değerleri ise; birinci faktör % 38.56, ikinci faktör % 10.38 ve üçüncü faktör ise % 4.89 olarak ortaya çıkmıştır. 3 faktörün açıkladığı toplam varyans değeri ise % 53.84 dir. Bu anlamda ölçek tek boyutlu olarak da değerlendirilmiştir.

İlk faktörde yer alan maddelerin faktör yükü değerleri .52-.79 arasında, ikinci faktörde yer alan maddelerin faktör yükü değerleri .55-.70 ve üçüncü faktörde yer alan maddelerin faktör yükü değerleri ise .61-.78 arasında değişmektedir.

İlk faktörde maddeler serbest zaman etkinliklerinin bireydeki duygusal tepkilerini ifade ettiği için “Duyuşsal Boyut”, ikinci faktörde maddeler serbest zaman etkinliklerine katılımlarının davranışlarına nasıl etki ettiğini ifade ettiği için “Davranışsal Boyut” ve üçüncü faktörde ise maddeler serbest zaman etkinliklerine yönelik bilgilere dayandığı için “Bilişsel Boyut” olarak adlandırılmıştır.

3.3.5 Ölçeğin (SZEKTÖ) güvenilirlik çalışması

Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeğinin güvenilirliği Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayısı ve Madde-Toplam Puan Korelasyonu ile değerlendirilmiştir.

Cronbach Alfa ölçeğin tümünün ve alt boyutlarının iç tutarlılığını gösteren güvenilirlik katsayısı hesaplamada kullanılan bir analizdir (Gömlüksiz, 2004). Hesaplanan katsayısının ,70 den yukarıda bir değer olması test puanlarının güvenilirliği için yeterli bir değer olarak kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2006).

Madde-toplam puan korelasyonu, maddelerin kendi puanları ile testin toplam puanı arasındaki ilişkiyi açıklar. Madde-toplam korelasyonunun pozitif ve yüksek olması, maddelerin benzer davranışları örneklediğini ve testin iç tutarlılığının yüksek olduğunu gösterir. Madde-toplam korelasyon katsayılarının, testin toplanabilirlik özelliğini bozduğu için negatif olmaması ve en az 0.30 olması öngörülmektedir (Büyüköztürk, 2006). Ölçeğin alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 3.4. Ölçeğin (SZEKTÖ) Güvenirlik Analizi Sonuçları

Boyut	Cronbach Alfa
Ölçek	,93
Duyuşsal Boyut	,93
Davranışsal Boyut	,87
Bilişsel Boyut	,83

Ölçekteki tüm maddeler için Cronbach Alfa .93, Duyuşsal Boyut için .93, Davranışsal Boyut için .87 ve Bilişsel Boyut için ise .83 hesaplanmıştır.

Ölçeğin madde toplam puan korelasyonu ise aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 3.5. Ölçeğin (SZEKTÖ) Madde Toplam Test Korelasyonu Sonuçları

Madde No	n	s	Madde Toplam Korelasyonu	Madde Silindiğinde Alfa
1	234	1,22	,67	,93
3	234	1,10	,64	,93
5	234	1,07	,66	,93
6	234	1,17	,68	,93
8	234	1,11	,64	,93
13	234	1,14	,61	,93
15	234	1,18	,62	,93
16	234	1,18	,65	,93
19	234	1,10	,73	,93
20	234	1,13	,74	,93
22	234	1,17	,57	,93
26	234	,98	,70	,93
9	234	1,39	,30	,93
10	234	1,32	,47	,93
17	234	1,41	,36	,93
18	234	1,31	,46	,93
21	234	1,25	,37	,93
28	234	1,27	,46	,93
32	234	1,27	,41	,93
23	234	1,19	,75	,93
24	234	1,08	,78	,93
27	234	1,11	,60	,93
29	234	1,17	,53	,93
31	234	1,14	,42	,93
33	234	1,12	,60	,93

Çizelge 3.5. (devam) Ölçeğin (SZEKTÖ) Madde Toplam Test Korelasyonu Sonuçları

Madde No	n	s	Madde Toplam Korelasyonu	Madde Silindiğinde Alfa
34	234	1,03	,60	,93
36	234	1,25	,38	,93
38	234	1,19	,41	,93

Çizelge incelendiğinde madde toplam korelasyonu değerlerinin öngörüldüğü gibi .30-,78 arasında olduğu görülmektedir. Maddelerin her birinin silindiğinde ise güvenirlik katsayısının da değişmediği görülmektedir. Bu sonuçlar ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir.

3.3.6 Serbest zaman etkinliklerine katılımı problem anketi (SZEKPA) nin hazırlanması

Anketin hazırlanma aşamasında çalışmanın evrenin oluşturan ve tesadüfi olarak belirlenen 20 katılımcı ile görüşme yapılmış ve açık uçlu görüşme formundaki ifadeler üzerine konuşulmuştur ve araştırmacı tarafından ifadeler not tutulmuştur. Buna ek olarak alanda yapılan diğer çalışmanın da sonuçları incelenerek, anketin ifade havuzu oluşturulmuştur. Hazırlanan ifade havuzu alandaki uzman öğretim elemanlarının görüş ve değerlendirmelerine sunulmuştur ve alanda yapılan diğer çalışmalar ile de kıyaslanmıştır. Bu aşamadan sonra alınan görüşler doğrultusunda anket 58 maddeden 44 maddeye indirgenmiştir. Bu şekilde anketin ifade havuzunun kapsam geçerliğinin ve problemin çözümüne yönelik uygun ifadeler içermesi sağlanmıştır. Bu aşamadan sonra seçilmiş bir gruba anket uygulanmış ve görüşleri alındıktan sonra maddelere son şekli verilmiştir. Çıkarılması ya da birleştirilmesi gereken maddeler düzenlenmiştir (Ek-4).

Maddeler incelenerek 4 alt grup haline getirilmiştir. Bununla ilgili alan literatür taranmış, serbest zaman etkinliklerine katılımı problem oluşturabilecek alt boyutlar belirlenmiş ve maddelerde ilgili olanlar gruplanmıştır. Buradan yola çıkarak maddelerin tanımlanabileceği 4 alt başlık belirlenmiştir; Ekonomik ve Zaman Problemleri (1, 4, 5, 6, 7, 18, 34 ve 39), Psikolojik Problemler (2, 3, 8, 13, 14, 15, 17, 22, 23, 35 ve 36), Bireysel Problemler (9, 12, 19, 20, 21, 24, 27, 31, 32, 41, 42, 43 ve 44) ve Tesis Problemleri (10, 11, 16, 25, 26, 28, 29, 30, 33, 37, 38 ve 40).

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin etkinliklere yönelik problemlerini ölçmek amacıyla hazırlanan anket 3 seçenekli yapıdadır. Seçenekler Kesinlikle Katılıyorum, , Kısmen

Katılıyorum, ve Kesinlikle Katılmıyorum şeklindedir ve puanlamalar sırası ile 3, 2, 1 şeklinde verilecektir. Olumsuz ifadelerde ise puanlama tam tersi şekilde sırası ile 1, 2, 3 şeklinde verilmiştir.

Örneklemin belirlenmesinden sonra sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki katılımcılara anket uygulanmış ve analizleri yapılmıştır.

3.4 Verilerin Toplanması ve Bilgisayar Ortamında Saklanması

Veriler, 2016 yılı Aralık ayında sağlıklı yaşam merkezlerine üye olan bireyler ile etkinliğe katılımı sonrası sağlıklı yaşam kulübü ortamı içerisinde uygulanmıştır veya kendisine açıklamalar yapılarak dışarda uygulanıp teslim edilmesi sağlanmıştır (Ek-7). Yönergede araştırmanın amacı ile ilgili gerekli açıklamalar yapılarak, veri toplama araçlarının doldurulması hakkında detaylı bilgiler verilmiştir. Araştırmaya katılımda gönüllülük esas olduğundan, katılımcıların öncesinde bu konuda bilgilendirilmesi sağlanmıştır.

Uygulama sonunda araştırmacı tarafından etik sorunları gidermek için tüm bilgiler açıklanmıştır. Bu sayede, süreçten sağlanan verilerin ön yargılardan, kanılardan, araştırmacının yönelimlerinden ve kaygılarından ne derece uzak olduğunu kanıtlanması ve değerlendirilmesi sağlanması amaçlanmıştır.

3.5 Verilerin İstatistiksel Analizi ve Değerlendirilmesi

Veriler, betimsel istatistiksel teknikler (frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma) kullanılarak analiz edilmiştir ve hata payı 0.05 olarak kabul edilmiştir. Verilerin normallik testleri ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına Çarpıklık ve Basıklık değerleri sonuçları incelenerek karar verilmiştir. Yapılan test sonucunda değerler +3 ve -3 arasında olduğu görülmüştür ve bu değerler arasında verilerin normal dağıldığı kabul edilmiştir (Tabachnick ve Fidel, 2001, Kline, 2005). Ölçekte yer alacak maddeleri belirlerken madde-toplam korelasyonu kullanılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alpha Katsayısı hesaplanmış ve ölçeğin tekrar test güvenilirliğine de bakılmıştır. Maddelerin ölçeğin tamamında çalışıp çalışmadığının kontrolünü gösteren yapı geçerliği için faktör analizi yapılmıştır.

Araştırmanın ikinci bölümünde “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği” ve “Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi” verilerinin değerlendirilmesinde

istatistiksel yöntem olarak; frekans, yüzde dağılımları, iki bağımsız grup için t-Testi, ikiden fazla bağımsız grup olduğunda tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Ki Kare Testi kullanılmıştır. Buna bağlı olarak gruplar arasındaki farkı bulmak amacıyla da LSD testi uygulanmıştır.





4. BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde, araştırmanın örneklemindeki sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki katılımcılardan veri toplama araçları ile elde edilen nicel veriler analiz edilerek bulgular ve bunlara ilişkin yorumlar, araştırmanın alt problemlerine göre sıralanıp düzenlenerek sunulmuştur.

4.1. Araştırma Grubunun Demografik Özellikleri

Bulgular bölümünde ilk olarak araştırma grubunun demografik özelliklerine yer verilmiştir. Serbest zaman etkinliklerine katılan bireyler ile ilgili frekans ve yüzde değerleri aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.1. Araştırma Grubunun Demografik Özellikleri

Değişkenler	Gruplar	f	%
Cinsiyet	Erkek	222	51,9
	Kadın	206	48,1
	Toplam	428	100
Yaş Grupları	18-24 Yaş Arası	172	40,2
	25-30 Yaş Arası	155	36,2
	31 Yaş ve Yukarısı	101	23,6
	Toplam	428	100
Öğrenim Durumu	Lise	128	29,9
	Lisans	289	67,5
	Lisansüstü	11	2,6
	Toplam	428	100
Anne Öğrenim Durumu	İlköğretim	142	33,2
	Ortaöğretim	191	44,6
	Yükseköğretim	95	22,2
	Toplam	428	100
Baba Öğrenim Durumu	İlköğretim	101	23,6
	Ortaöğretim	168	39,3
	Yükseköğretim	159	37,1
	Toplam	428	100
Meslek	Diğer	152	35,5
	Kamu Sektörü	95	22,2
	Özel Sektör	104	24,3
	Serbest Meslek	77	18
	Toplam	428	100

Çizelge 4.1. (devam) Araştırma Grubunun Demografik Özellikleri

Değişkenler	Gruplar	f	%
Çalışma Süresi	1 Yıl ve Daha Az	107	25,0
	2-4 Yıl Arası	145	33,9
	5-7 Yıl Arası	108	25,2
	8 Yıl ve Üzeri	68	15,9
	Toplam	428	100
Medeni Hal	Evli	143	33,4
	Bekar	285	66,6
	Toplam	428	100
Aylık Gelir Dağılımı	1300 TL ve Aşağısı	94	22,0
	1301-4700 TL Arası	260	60,7
	4701 TL ve Yukarısı	74	17,3
	Toplam	428	100
Semt	Yenimahalle	187	43,7
	Çankaya	152	35,5
	Keçiören	45	10,5
	Etimesgut	44	10,3
	Toplam	428	100

Çizelge 4.1 incelendiğinde araştırma grubunda 222 Erkek (% 51,9) ve 206 Kadın (% 48,1) olduğu, çoğunlukla (% 40,2 - n=172) 18-24 yaş arası gençler olduğu, öğrenim durumunun lisans grubunda ağırlık kazandığı (% 67,5 – n=289), anne ve baba öğrenim durumlarında ortaöğretim düzeyinde olanların çoğunluğu oluşturduğu (Anne; % 44,6, Baba; % 39,3 ortaöğretim düzeyi), mesleki açıdan 152 öğrenci (% 35,5), 95 kamu sektörü çalışanı (% 22,2), 104 özel sektör çalışanı (% 24,3) ve 77 serbest meslek çalışanından (% 18) oluştuğu, daha çok 2-4 yıl arası çalışma süresine sahip olanların olduğu (n=145, % 33,9), bekarların daha fazla olduğu (n=285, %66,6), yoksulluk sınırı altında çalışan bireyler (% 60,7) 260 iken aylık gelirleri olan bireylerin 94 kişi olduğu (% 22) ve semtlere göre dağılımda Yenimahalle (n=187 - % 43,7) ve Çankaya (n=152 - % 35,5) semtlerinin ağırlık görüldüğü ortaya çıkmıştır.

4.2. Araştırma Grubunun Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği (SZEKTÖ) Puanlarının Analiz Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin ölçek puanlarının alt boyutundan Duyuşsal Tutum Faktöründen aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri çizelge 4.2 de verilmiştir.

Çizelge 4.2. Araştırma Grubunun Ölçeğin (SZEKTÖ) Duyuşsal Tutum Boyutundaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Maddeler	$\bar{X}$	s	Puan Sıralaması
Serbest zaman etkinlikleri sonrasında kendimi iyi hissedirim.	3,93	1,24	4
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde insanlarla rahatça iletişim kurabilirim.	3,86	1,10	8
Serbest zaman etkinliklerine katılarak stresimi azaltırım.	4,03	1,11	3
Serbest zaman etkinlikleri sayesinde çalışma hayatımda başarılı olduğumu hissedirim.	3,84	1,20	9
Serbest zaman etkinlikleri sırasında kendime daha çok güvenirim.	3,92	1,11	5
Serbest zaman etkinliklerinin iş ilişkilerimde olumlu etkisi olduğunu düşünürüm.	3,89	1,14	7
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde farklı etkinliklerin sunulması, serbest zaman etkinliklerine ayırdığım zamanı artırmamı sağlar.	3,72	1,20	10
Serbest zaman etkinliklerinin sağladığı fiziksel sağlık sayesinde kendimi mutlu hissedirim.	4,04	1,09	2
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında kendimi rahatça ifade edebilirim.	3,92	1,14	6
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde işyerinin yoğun temposundan kurtulurum.	3,66	1,17	12
Serbest zaman etkinlikleri sonrasında grup içindeki bilgi paylaşımı insanın kendisini güzel hissettirir.	4,11	,99	1
Serbest zaman etkinlikleri sayesinde işyerinde sorunları çözme konusunda kendimi güçlü hissedirim.	3,72	1,20	11

Çizelge 4.2 de görüldüğü üzere en yüksek puanı alan maddeye göre “Serbest zaman etkinlikleri sonrasında grup içindeki bilgi paylaşımı insanın kendisini güzel hissettirir” katıldıklarını ($\bar{X}=4,11$), en düşük puan ile de “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde işyerinin yoğun temposundan kurtulurum” kısmen katıldıklarını ($\bar{X}=3,66$), ifade etmişlerdir. Bu sonuçtan hareketle serbest zaman etkinliklerinin hem rahatlatma hem de sosyalleşme etkisi ile olumlu yararları olduğuna katılımcıların görüş olarak katıldıklarını söylemek mümkündür.

Serbest zaman etkinliklerinin bireylerin sosyal ihtiyaçlarını karşılaması en önemli yararlarından birisidir. Etkinlik sırasındaki bilgi paylaşımı ve iletişim, serbest zamanın eğitimi ve felsefesi açısından da bu mekanizmanın içinde olması gerekliliği ile benzeşmektedir (Tordkilsen, 2005). Serbest zaman etkinliklerine artan talep doğrultusunda da bireylerin günlük hayatından bir kaçış amacını benimsemesi, beklentiler ile de doğru orantılı olarak gelişmektedir. Serbest zamanın zorunlu uğraşlar dışındaki zaman olarak da tanımlanması (Roberts, 2006) bunu destekler niteliktedir. Bu anlamda serbest zaman etkinliklerinin iş yaşamı ve günlük hayatın baskısından kurtulma ve bireylerin sosyalleşmelerine katkıda bulunma amaçları olduğunu söylemek mümkündür.

Araştırmaya katılan bireylerin ölçek puanlarının alt boyutundan Bilişsel Tutum Faktöründen aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.3. Araştırma Grubunun Ölçeğin (SZEKTÖ) Bilişsel Tutum Boyutundaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Maddeler	$\bar{X}$	s	Puan Sıralaması
Serbest zaman etkinlikleri kişinin kendisini zinde hissettirir.	3,59	1,40	4
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin sağladığı sosyalleşmenin kişiler arası iletişime olumlu katkısı vardır.	3,79	1,35	1
Serbest zaman etkinlikleri sayesinde kişinin dışarıdaki hayatında yaratıcılığı gelişir.	3,58	1,41	5
Serbest zaman etkinlikleri bireyin hayatıyla ilgili kararlarda özgür hissetmesini sağlar.	3,74	1,33	2
Kişiler, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki her bir etkinliğe katılmak için çaba sarf ederler.	3,31	1,24	7
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerine gönüllü olarak gelmek özgüven duygusunu artırır.	3,63	1,28	3
Serbest zaman etkinlikleri kişisel hayattaki beklentilerin artmasını sağlar.	3,49	1,29	6

Yukardaki çizelgede görüldüğü üzere en yüksek puanı alan maddeye göre “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin sağladığı sosyalleşmenin kişiler arası iletişime olumlu katkısı vardır.” katıldıklarını ($\bar{X}=3,79$), en düşük puan ile de “Kişiler, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki her bir etkinliğe katılmak için çaba sarf ederler” kısmen katıldıklarını ($\bar{X}=3,31$), ifade etmişlerdir. Bu bağlamda bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik katılma amaçları ve etkinliklerin yararları konusunda tam anlamıyla bilgi

sahibi oldukları söylenemez.

Bireylerin serbest zaman etkinliklerine bilinç olarak katılmaları, kendilerini daha verimli tanımlamalarına ve doygun bir yaşama sahip olmalarına yardımcı olacaktır (Park, 2001). Bu anlamda serbest zamana ilişkin tutum ve davranışların da bu bilişsel süreç içerisinde geliştiği söylenebilir. Serbest zamanın gelişim işlevi, etkinlikler sayesinde olumlu davranışlar sayesinde bireyin kendisini daha iyi tanımlamasını sağlamaktadır. Bu durum da serbest zaman eğitiminin önemini, buna bağlı olarak da bilişsel boyutunu ön plana çıkarmaktadır (Tordkilsen, 2005).

Araştırmaya katılan bireylerin ölçek puanlarının alt boyutundan Davranışsal Tutum Faktöründen aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.4. Araştırma Grubunun Ölçeğin (SZEKTÖ) Davranışsal Tutum Boyutundaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Maddeler	$\bar{X}$	s	Puan Sıralaması
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde, çalışma hayatımda kendimi rahat hissedirim.	3,93	1,19	2
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında irademe göre davranmak, kendime olan güvenimi artırır.	4,01	1,10	1
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında hayatıma yön veren insanlarla karşılaşırım.	3,76	1,13	6
Serbest zaman etkinlikleri sayesinde, etkinliklere katılan diğer insanlara örnek olma amacını benimserim.	3,81	1,18	5
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde etrafımdaki insanların sosyal hayatına katkı sağlarım.	3,75	1,16	7
Serbest zaman etkinlikleri spor merkezi dışında da fırsatları kolaylıkla değerlendirmemi sağlar.	3,86	1,06	4
Devletin spor politikalarının yararlı olup olmadığını, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde görmek mümkündür.	3,89	1,24	3
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin günün herhangi bir saatinde olması motivasyonumu artırır.	3,72	1,21	9
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde sporcu olabileceğimi hissedirim.	3,73	1,16	8

Çizelge 4.4 de görüldüğü üzere en yüksek puanı alan maddeye göre “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında irademe göre davranmak, kendime olan güvenimi artırır.” ($\bar{X}=4,01$) ve en

düşük puan ile de “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin günün herhangi bir saatinde olması motivasyonumu artırır” katıldıklarını ($\bar{X}=3,72$), ifade etmişlerdir. Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin, katılımlarına devam ettikçe gözlemlerine ve katıldıkları etkinliklerden yarar gördükçe bu tür değişimlerin davranışlarına yansıdığını söylemek mümkündür.

Serbest zaman tanımlarına bakıldığında genel olarak özgürce katılım ögesi göze çarpmaktadır. Bu öge bir etkinliğin serbest zamanlarda olması zorunluluğu ile iç içe girmiştir. Birey bu zamanlarda uğraşı ile özgürce ilgilenmektedir. (Tucker, 2001). Bu amaçlar dâhilinde etkinliklere katılım ise bireylerin davranışlarına yansımaktadır. Buna bağlı olarak serbest zaman etkinliklerinin bireyin kendi isteği ile seçmiş olmasının kendisine olan özgüvenini artıracak ve toplumsal alanda kullanılabilecek birçok özelliğin gelişmesine katkıda bulunacağı da söylenebilir (Farr, 2008).

4.3. Araştırma Grubunun Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi (SZEKTÖ) Puanlarının Analiz Sonuçları

Problem anketinden elde edilen veriler doğrultusunda araştırmaya katılan bireylerin anketin Ekonomik ve Zaman Problemleri alt başlığından aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.5. Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Ekonomik ve Zaman Problemleri Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Ekonomik ve Zaman Problemleri		f	%	$\bar{X}$	s	Puan Sıralaması
Alt Başlığı İfadeleri						
Serbest zaman etkinliklerine katılmak için yeterli zaman bulmakta zorlanırım.	Kesinlikle Katılmıyorum	193	45,1	1,85	,85	6
	Kısmen Katılıyorum	105	24,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	130	30,4			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerden sonra kendime zaman ayıramam.	Kesinlikle Katılmıyorum	228	53,3	1,70	,82	8
	Kısmen Katılıyorum	99	23,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	101	23,6			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde bulunmak beni ekonomik olarak zorlar.	Kesinlikle Katılmıyorum	189	44,2	1,90	,88	4
	Kısmen Katılıyorum	92	21,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	147	34,3			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler dışında, yaz veya kış kamplarına zaman ayıramam.	Kesinlikle Katılmıyorum	190	44,4	1,83	,83	7
	Kısmen Katılıyorum	120	28,0			
	Kesinlikle Katılıyorum	118	27,6			

Çizelge 4.5. (devam) Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Ekonomik ve Zaman Problemleri Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Ekonomik ve Zaman Problemleri		f	%	$\bar{X}$	s	Puan
Alt Başlığı İfadeleri						Sıralaması
Sağlıklı yaşam ve spor merkezleri dışında düzenlenen gezi/kamp gibi etkinliklere katılmakta ekonomik açıdan zorlanırım.	Kesinlikle Katılmıyorum	148	34,6	1,99	,82	2
	Kısmen Katılıyorum	137	32,0			
	Kesinlikle Katılıyorum	143	33,4			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılımda, ulaşım kaynaklı zaman problemi yaşıyorum.	Kesinlikle Katılmıyorum	156	36,4	1,99	,84	3
	Kısmen Katılıyorum	122	28,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	150	35,0			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere maddi olanaklardan dolayı ailemle birlikte katılamam.	Kesinlikle Katılmıyorum	178	41,6	1,89	,84	5
	Kısmen Katılıyorum	119	27,8			
	Kesinlikle Katılıyorum	131	30,6			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, çalışma saatlerime göre alternatif programların olmamasının katılım konusunda beni kısıtladığımı düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	139	32,5	2,15	,88	1
	Kısmen Katılıyorum	85	19,9			
	Kesinlikle Katılıyorum	204	47,7			

Çizelge 4.5 e göre ekonomik ve zaman problemleri alt başlığında en fazla puanı “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, çalışma saatlerime göre alternatif programların olmamasının katılım konusunda beni kısıtladığını düşünürüm.” ifadesi $\bar{X}=2,15$ ortalama ile almıştır. En düşük puanı alan ifade ise $\bar{X}=1,70$ ortalama ile “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerden sonra kendime zaman ayıramam.” olmuştur. Katılımcıların bu ifadelerle daha çok etkinliklerden çeşitlilik beklediği ve bu konuda problem yaşadığı görülürken, zaman konusunda bir kısıtlamanın probleme dönüşmediği görüşü ortaya çıkmıştır.

Serbest zaman etkinliklerine katılım için bireylerin özgürce zaman seçmeleri ve bu zaman dilimlerinde etkinliklere katılımları, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde daha az probleme dönüştüğü ifade edilebilir.

Problem anketinden elde edilen veriler doğrultusunda araştırmaya katılan bireylerin anketin Psikolojik Problemler alt başlığından aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri Çizelge 4.6 da verilmiştir.

Çizelge 4.6. Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Psikolojik Problemler Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Psikolojik Problemler		f	%	$\bar{X}$	s	Puan Sıralaması
Alt Başlığı İfadeleri						
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin beni baskıladığını düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	260	60,7	1,63	,84	11
	Kısmen Katılıyorum	66	15,4			
	Kesinlikle Katılıyorum	102	23,8			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde kontrolümü kaybettiğimi düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	255	59,6	1,64	,84	10
	Kısmen Katılıyorum	70	16,4			
	Kesinlikle Katılıyorum	103	24,1			
Serbest zaman etkinliklerine katılmamdan dolayı evdeki sorumluluklarıma zaman ayıramamak beni endişelendirir.	Kesinlikle Katılmıyorum	166	38,8	1,97	,86	5
	Kısmen Katılıyorum	107	25,0			
	Kesinlikle Katılıyorum	155	36,2			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki karşılıklı etkinliklerde gereksiz hırsa kapıldığımı düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	182	42,5	1,90	,86	6
	Kısmen Katılıyorum	107	25,0			
	Kesinlikle Katılıyorum	139	32,5			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, fiziksel olarak bazı etkinliklere katılmaya çekinirim.	Kesinlikle Katılmıyorum	206	48,1	1,82	,86	7
	Kısmen Katılıyorum	92	21,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	130	30,4			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki grup etkinliklerinin beni olumsuz etkilediğini düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	246	57,5	1,73	,89	8
	Kısmen Katılıyorum	52	12,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	130	30,4			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin sağlık problemlerinde olumlu etkisini hissetmem.	Kesinlikle Katılmıyorum	261	61,0	1,64	,85	9
	Kısmen Katılıyorum	61	14,3			
	Kesinlikle Katılıyorum	106	24,8			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi ikna etmeye çalıştığım olur.	Kesinlikle Katılmıyorum	135	31,5	2,14	,86	1
	Kısmen Katılıyorum	97	22,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	196	45,8			
Serbest zaman etkinliklerin bazılarını sıkıldığım için katılmadığım olur.	Kesinlikle Katılmıyorum	134	31,3	2,10	,84	2
	Kısmen Katılıyorum	116	27,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	178	41,6			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerine katılan kişilerde, etkinliklerden kazanım amacının farklılaştığını düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	153	35,7	2,03	,86	3
	Kısmen Katılıyorum	110	25,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	165	38,6			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında kişilerin başkalarını seyretmesi beni rahatsız eder.	Kesinlikle Katılmıyorum	156	36,4	2,00	,85	4
	Kısmen Katılıyorum	115	26,9			
	Kesinlikle Katılıyorum	157	36,7			

Bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımlarında, beklentileri kişilerden kişilere değişen bir yapıda görülebilmektedir. Her bir planlamada birey farklı bir güdü ile davranabilir. Bu anlamda serbest zamanlarda da kişiler kendilerini bir etkinliğe katılım konusunda zorla durumunda da hissedebilirler. Psikolojik problemler alt başlığında en yüksek ortalamaya sahip ifade bu durumu kanıtlar niteliktedir.

$\bar{x}=2,14$ puan ile “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi ikna etmeye çalıştığım olur.” ifadesi sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki bireylerin de daha fazla güdülenmeye ihtiyacı olduğunu göstermiştir. Diğer yandan ise “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin beni baskıladığını düşünürüm.” ifadesi ile de etkinliklerin hiçbir şekilde probleme yol açtığı düşünülmemektedir.

Problem anketinden elde edilen veriler doğrultusunda araştırmaya katılan bireylerin anketin Bireysel Problemler alt başlığından aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri Çizelge 4.7 da verilmiştir.

Çizelge 4.7. Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Bireysel Problemler Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Bireysel Problemler Alt Başlığı İfadeleri		f	%	$\bar{x}$	s	Puan Sıralaması
Çocuk sahibi olmanın sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılımda engel oluşturduğunu düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	181	42,3	1,89	,85	8
	Kısmen Katılıyorum	114	26,6			
	Kesinlikle Katılıyorum	133	31,1			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi yetersiz hissedirim.	Kesinlikle Katılmıyorum	254	59,3	1,65	,84	13
	Kısmen Katılıyorum	69	16,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	105	24,5			
Serbest zaman etkinlikleri sonrasında işyerinde kendimi uyuklarken bulurum.	Kesinlikle Katılmıyorum	208	48,6	1,84	,88	9
	Kısmen Katılıyorum	82	19,2			
	Kesinlikle Katılıyorum	138	32,2			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerden sonra okulda/işyerinde uyum problemleri yaşıyorum.	Kesinlikle Katılmıyorum	239	55,8	1,70	,85	12
	Kısmen Katılıyorum	80	18,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	109	25,5			
Serbest zaman etkinliklerine katıldığımda bedensel açıdan zorlandığımı hissedirim.	Kesinlikle Katılmıyorum	179	41,8	1,92	,86	7
	Kısmen Katılıyorum	103	24,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	146	34,1			

Çizelge 4.7. (devam) Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Bireysel Problemler Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Bireysel Problemler		f	%	$\bar{X}$	s	Puan Sıralaması
Alt Başlığı İfadeleri						
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin olumlu etkisini görmediğim için etkinliklere katılmam.	Kesinlikle Katılmıyorum	181	42,3	1,95	,88	5
	Kısmen Katılıyorum	89	20,8			
	Kesinlikle Katılıyorum	158	36,9			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde sporun sosyalleşme amacını hissetmem.	Kesinlikle Katılmıyorum	244	57,0	1,72	,88	11
	Kısmen Katılıyorum	58	13,6			
	Kesinlikle Katılıyorum	126	29,4			
Serbest zaman etkinliklerinin işyerindeki performansımı düşürmesi, etkinliklere katılmamı engeller.	Kesinlikle Katılmıyorum	193	45,1	1,81	,82	10
	Kısmen Katılıyorum	123	28,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	112	26,2			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki uzun süreli etkinliklerde heyecanımı kaybettiğim olur.	Kesinlikle Katılmıyorum	181	42,3	1,93	,87	6
	Kısmen Katılıyorum	97	22,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	150	35,0			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde daha önce egzersiz tecrübemin olmaması katılımımı etkiler.	Kesinlikle Katılmıyorum	144	33,6	2,07	,86	3
	Kısmen Katılıyorum	108	25,2			
	Kesinlikle Katılıyorum	176	41,1			
Öğrenim düzeyinin sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılımda etkisi olduğunu düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	140	32,7	2,12	,87	2
	Kısmen Katılıyorum	97	22,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	191	44,6			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde çok fazla teknoloji kullanılmaması gerektiğini düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	151	35,3	2,05	,87	4
	Kısmen Katılıyorum	103	24,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	174	40,7			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, bedensel etkinlikler dışında programların düzenlenmemesinin etkinliklere düzenli katılımımı etkilediğini düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	101	23,6	2,29	,82	1
	Kısmen Katılıyorum	103	24,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	224	52,3			

Çizelgeye göre bireysel problemler alt başlığında en fazla puanı “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, bedensel etkinlikler dışında programların düzenlenmemesinin etkinliklere düzenli katılımımı etkilediğini düşünürüm.” ifadesi $\bar{X}=2,29$ ortalama ile almıştır. En düşük puanı alan ifade ise $\bar{X}=1,65$ ortalama ile “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi yetersiz hissedirim.” olmuştur.

Kişilerin etkinliklerde bireysel olarak farklı amaçlarla bulunması, bedensel etkinlikler dışında da farklı etkinliklerin sunulmaması durumu en önemli problem olarak ortaya çıkmıştır. Buna ek olarak kişilerin kendisini yetersiz hissetmemesi ve özgürce katılabilmesi sonucu

rekreasyonun gerekliliklerinden birisi olan her seviyeden bireyin etkinliklere katılma durumunu kanıtlar nitelikte sonuçlanmıştır.

Problem anketinden elde edilen veriler doğrultusunda araştırmaya katılan bireylerin anketin Tesis Problemleri alt başlığından aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.8. Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Tesis Problemleri Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Tesis Problemleri Alt Başlığı İfadeleri		f	%	$\bar{X}$	s	Puan Sıralaması
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin grup farklılıklarını göz ardı ettiklerini düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	176	41,1	1,90	,84	7
	Kısmen Katılıyorum	118	27,6			
	Kesinlikle Katılıyorum	134	31,3			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin daha verimli olması gerektiğine inanırım.	Kesinlikle Katılmıyorum	84	19,6	2,42	,79	1
	Kısmen Katılıyorum	79	18,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	265	61,9			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlik çeşitliliğini yetersiz bulurum.	Kesinlikle Katılmıyorum	146	34,1	2,04	,85	4
	Kısmen Katılıyorum	117	27,3			
	Kesinlikle Katılıyorum	165	38,6			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde, eğiticilerin beni aşağıladığını düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	264	61,7	1,64	,86	12
	Kısmen Katılıyorum	53	12,4			
	Kesinlikle Katılıyorum	111	25,9			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde yalnız kaldığımı hissederim.	Kesinlikle Katılmıyorum	232	54,2	1,72	,85	11
	Kısmen Katılıyorum	83	19,4			
	Kesinlikle Katılıyorum	113	26,4			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin kapalı alanlarda olması beni olumsuz etkiler.	Kesinlikle Katılmıyorum	189	44,2	1,86	,85	8
	Kısmen Katılıyorum	111	25,9			
	Kesinlikle Katılıyorum	128	29,9			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde sunulan hizmetlerin beni tatmin etmediğini hissederim.	Kesinlikle Katılmıyorum	198	46,3	1,84	,86	9
	Kısmen Katılıyorum	101	23,6			
	Kesinlikle Katılıyorum	129	30,1			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin benden kapasitemin üstünde performans beklemesi beni olumsuz etkiler.	Kesinlikle Katılmıyorum	210	49,1	1,82	,88	10
	Kısmen Katılıyorum	84	19,6			
	Kesinlikle Katılıyorum	134	31,3			

Çizelge 4.8. (devam) Araştırma Grubunun Anketin (SZEKPA) Tesis Problemleri Alt Başlığındaki Maddelere Yönelik Görüşlerinin Betimsel İstatistikleri

Tesis Problemleri Alt Başlığı İfadeleri		f	%	$\bar{X}$	s	Puan Sıralaması
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere fazla kişi katıldığında, temiz bir çevre için önlemler alınmaması beni olumsuz etkiler.	Kesinlikle Katılmıyorum	80	18,7	2,19	,72	2
	Kısmen Katılıyorum	188	43,9			
	Kesinlikle Katılıyorum	160	37,4			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde cinsiyete özel etkinlikler sunulmaması beni kısıtlar.	Kesinlikle Katılmıyorum	152	35,5	2,02	,85	5
	Kısmen Katılıyorum	116	27,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	160	37,4			
Serbest zaman etkinliklerinde, eğiticilerin farklı beceri düzeylerine göre etkinlik yürütmemesi beni rahatsız eder.	Kesinlikle Katılmıyorum	152	35,5	2,04	,86	3
	Kısmen Katılıyorum	106	24,8			
	Kesinlikle Katılıyorum	170	39,7			
Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki eğlenceli etkinliklerde kültür farklılığının göz ardı edilmesinin, beni rahatsız ettiğini hissedirim.	Kesinlikle Katılmıyorum	164	38,3	2,01	,88	6
	Kısmen Katılıyorum	95	22,2			
	Kesinlikle Katılıyorum	169	39,5			

Serbest zaman etkinlikleri kişilere bireysel olarak seçenek sunabilirken, bir lider eşliğinde de yapılabilir. Rekreasyon lideri etkinliklerin hem içeriğinin planlanmasını hem de kişilere ulaştırılmasında farklı roller üstlenmektedir. Bu anlamda liderin rolü ve yeterlikleri açısından katılımcılara göre önemli bir problem olarak da görülebilmektedir. Tesis problemleri alt başlığında en fazla ortalamaya sahip olan “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin daha verimli olması gerektiğine inanırım.” ($\bar{X}=2,42$) ifade bu durumu kanıtlar niteliktedir.

“Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde, eğiticilerin beni aşağıladığını düşünürüm.” ifadesinin ise en az etkili bir problem olarak sonuçlanması ise ($\bar{X}=1,64$), liderlerin etkinliğe katılan bireylere eşit şartlar sunması gerekliliğini ortaya koymuştur.

4.4. Araştırma Grubunun Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına Yönelik Tutum ve Problemlerinin Demografik Özelliklerine Göre Analizleri

Bu bölümde araştırmanın alt problemlerine ilişkin sırası ile bulgu ve yorumlarına yer verilmiştir.

Birinci alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan t Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.9. Araştırma Grubunun Cinsiyetlerine Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	s	sd	t	p
Genel Toplam	Erkek	222	112,79	18,973	426	1,09	,27
	Kadın	206	110,71	20,231			
Duyuşsal Tutum	Erkek	222	47,07	9,925	426	,85	,39
	Kadın	206	46,03	10,476			
Davranışsal Tutum	Erkek	222	33,81	7,213	426	-,65	,51
	Kadın	206	34,27	7,202			
Bilişsel Tutum	Erkek	222	31,91	6,290	426	2,64	,00*
	Kadın	206	30,21	6,934			

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların kadın ve erkeklerde benzerlik gösterdiği sonucu ortaya çıkmıştır. Buna ek olarak erkek bireylerin kadın bireylere oranla olumlu tutum sergiledikleri de görülmüştür.

Bilişsel Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun cinsiyetlerine göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Serbest zaman etkinlikleri bilgiye dayalı tutum açısından değerlendirildiğinde erkek katılımcıların daha olumlu tutum sergiledikleri görülmüştür.

Bu bulgulara göre cinsiyetler arasında her ne kadar anlamlı bir fark bulunmasa da toplumumuz açısından (kültürel yapı ve yetiştirme tarzı) da düşünüldüğünde, serbest zaman etkinliklerine yönelik tutum farklılıklarının yansımalarını görmek mümkün olabilmektedir. Vong Tze (2005) serbest zaman etkinliklerine katılımı cinsiyetlerin önemli rol oynadığına dair bulgular tespit etmiş olsa da, yapılan çalışmalarda cinsiyetin etkinliklere katılımında etkisinin az olduğu da görülebilmektedir. Misra ve McKean (2000), kolej öğrencilerine yapmış oldukları çalışmada ve Siegenthaller ve O'Dell (2000) in çalışmalarında da cinsiyetin serbest zaman tatmini

yönünden anlamlı farka neden olmadığı yönünde bulgulara rastlanmıştır. Bu çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir.

İkinci alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan Anova Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.10. Araştırma Grubunun Yaş Gruplarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Yaş Grubu	n	$\bar{X}$	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Genel Toplam	18-24	172	113,59	16,97	Gruplararası	1025,81	2	512,903	1,332	,26	-
	25-30	155	110,28	21,77	Gruplariçi	163680,69	425	385,131			
	31>...	101	110,69	20,36	Toplam	164706,49	427				
Duyuşsal Tutum	18-24	172	47,67	8,91	Gruplararası	308,31	2	154,153	1,482	,22	-
	25-30	155	45,94	11,14	Gruplariçi	44217,10	425	104,040			
	31>...	101	45,93	10,73	Toplam	44525,41	427				
Davranışsal Tutum	18-24	172	35,05	6,12	Gruplararası	293,42	2	146,709	2,853	,06	-
	25-30	155	33,25	8,38	Gruplariçi	21857,65	425	51,430			
	31>...	101	33,56	6,82	Toplam	22151,07	427				
Bilişsel Tutum	18-24	172	30,87	6,93	Gruplararası	7,70	2	3,851	,086	,91	-
	25-30	155	31,09	6,48	Gruplariçi	19035,96	425	44,790			
	31>...	101	31,20	6,60	Toplam	19043,66	427				

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). 18-24 yaş arası katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımda anlamlı olmasa da diğer yaş gruplarına göre olumlu tutum sergiledikleri, ancak bilişsel alt boyutta ise diğer yaş gruplarına göre daha olumsuz tutum sergiledikleri görülmüştür. Genel toplamda puanlar yakın görünürken, duyuşsal tutum alt boyutunda yaşla birlikte serbest zamana ilişkin tutumun da olumsuza doğru yöneldiği sonucuna ulaşılmıştır. Davranışsal alt boyutta da buna benzer bir ivme varken, bilişsel alt boyutta ise yaşla doğru orantılı olarak olumlu bir tutum sergilenmektedir. 31 yaş ve üzeri katılımcılarda Bilişsel tutum alt boyutu diğer yaş gruplarına göre daha olumlu tutum sergilemektedirler.

Bireylerin bulundukları yaş grupları bir taraftan serbest zaman etkinliklerine katılımlarını etkilemekte birlikte diğer taraftan da hangi tür etkinliklere katılacağına da bir göstergesi olmaktadır. Kelly (1983), bireylerin seçtikleri etkinliklerin zaman içinde daha pasif e doğru bir

yönelme içinde olduğunu belirtmiştir. Bu anlamda davranışsal ve duyuşsal alt boyutların yaş ile ters orantılı olarak çıkması sonucu ile paralellik göstermektedir.

Üçüncü alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının öğrenim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan Anova Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.11. Araştırma Grubunun Öğrenim Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Öğrenim Durumu	n	$\bar{X}$	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Genel Toplam	Lise	128	109,83	18,71	Gruplararası	2400,78	2	1200,39	3,14	,04*	1-3
	Lisans	289	112,04	20,14	Gruplariçi	162305,71	425	381,90			
	Lisansüstü	11	124,91	9,94	Toplam	164706,49	427				
Duyuşsal Tutum	Lise	128	45,84	9,56	Gruplararası	518,39	2	259,19	2,50	,08	-
	Lisans	289	46,75	10,57	Gruplariçi	44007,02	425	103,55			
	Lisansüstü	11	52,91	4,53	Toplam	44525,41	427				
Davranışsal Tutum	Lise	128	33,59	7,36	Gruplararası	88,96	2	44,48	,86	,42	-
	Lisans	289	34,16	7,17	Gruplariçi	22062,10	425	51,91			
	Lisansüstü	11	36,36	6,01	Toplam	22151,07	427				
Bilişsel Tutum	Lise	128	30,40	6,59	Gruplararası	287,44	2	143,71	3,26	,03*	1-3
	Lisans	289	31,13	6,68	Gruplariçi	18756,23	425	44,132			
	Lisansüstü	11	35,64	6,20	Toplam	19043,67	427				

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların özellikle lisansüstü öğrenim durumuna sahip bireylerin lise ve lisans öğrenim durumundaki katılımcılara oranla tutumlarının daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Duyuşsal ve Davranışsal tutum alt boyutunda, anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Öğrenim durumunun lisansüstü seviyesine doğru gidildikçe duyuşsal açıdan olumlu bir tutuma sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bilişsel Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun öğrenim durumlarına göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Bu farkın yine lisansüstü öğrenim durumundaki katılımcılardan kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer durumdaki katılımcılara oranla

serbest zaman etkinliklerinin bilişsel olarak tutumlarının daha olumlu olduğu sonucu gözlemlenmiştir.

Serbest zaman eğitimi, etkinlikler sırasında edinilen bilgileri gündelik yaşama aktarmayı da içermektedir. Bu sayede birey sosyal çevresini tanıyan ve yaşadığı sorunlara da çözümler bulabilen bir birey olarak hayatına devam etmektedir. Serbest zamanın bu noktadaki görevi öğrenilen davranışların sosyal hayata aktarılması ile ortaya çıkmaktadır. Ve bunun yapılabilmesi eğitim ile olabilmektedir (Tordkilsen, 2005). Buna ek olarak Sellick (2002) ve Roberts (2006) bireylerin serbest zaman etkinlikleri sayesinde kendilerini geliştirmeleri ile eğitim seviyelerinin doğru orantılı olduğunu ifade etmişlerdir.

Dördüncü alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının katılımcıların annelerinin ve babalarının öğrenim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan Anova Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.12. Araştırma Grubunun Annelerinin Öğrenim Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Öğrenim Durumu	n	$\bar{X}$	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Genel Toplam	İlköğretim	142	111,67	21,65	Gruplararası	1504,40	2	752,20	1,95	,14	-
	Ortaöğretim	191	110,11	19,73	Gruplariçi	163202,09	425	384,00			
	Yükseköğretim	95	114,98	15,68	Toplam	164706,49	427				
Duyuşsal Tutum	İlköğretim	142	45,94	11,55	Gruplararası	353,31	2	176,65	1,70	,18	-
	Ortaöğretim	191	46,32	9,86	Gruplariçi	44172,09	425	103,93			
	Yükseköğretim	95	48,31	8,56	Toplam	44525,41	427				
Davranışsal Tutum	İlköğretim	142	33,99	7,96	Gruplararası	187,96	2	93,98	1,81	,16	-
	Ortaöğretim	191	33,50	7,14	Gruplariçi	21963,10	425	51,67			
	Yükseköğretim	95	35,22	5,94	Toplam	22151,07	427				
Bilişsel Tutum	İlköğretim	142	31,74	6,48	Gruplararası	193,60	2	96,80	2,18	,11	-
	Ortaöğretim	191	30,29	7,24	Gruplariçi	18850,05	425	44,35			
	Yükseköğretim	95	31,45	5,60	Toplam	19043,67	427				

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, katılımcıların annelerinin öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Ortalama puanlara bakıldığında lisansüstü öğrenim durumu dışındaki diğer durumlarda tutumlar benzer derecede olumluluk göstermiştir. Genel puanlarda ve alt boyutlarda ise lisansüstü öğrenim durumunun daha olumlu tutum sergilediği ortaya çıkmıştır. Beden eğitimi ve spor etkinliklerine eğitim seviyesi yüksek

bireylerin daha fazla olumlu tutum sergiledikleri bilinmektedir (Erkal ve Ark., 1998). Bu anlamda daha yüksek eğitim seviyesindeki ebeveynlerin bedensel etkinliklere yönlendirmesi beklenen bir sonuçtur.

Araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının katılımcıların babalarının öğrenim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi için yapılan Anova testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.13. Araştırma Grubunun Babalarının Öğrenim Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Öğrenim Durumu	n	$\bar{X}$	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Genel Toplam	İlköğretim	101	108,70	23,51	Gruplararası	2361,51	2	1180,76	3,09	,04*	1-3
	Ortaöğretim	168	110,80	19,83	Gruplariçi	162344,97	425	381,99			
	Yükseköğretim	159	114,58	16,18	Toplam	164706,49	427				
Duyuşsal Tutum	İlköğretim	101	45,18	11,59	Gruplararası	768,88	2	384,44	3,73	,02*	1-3
	Ortaöğretim	168	45,89	10,70	Gruplariçi	43756,52	425	102,98			
	Yükseköğretim	159	48,34	8,41	Toplam	44525,41	427				
Davranışsal Tutum	İlköğretim	101	33,39	8,26	Gruplararası	92,24	2	46,12	,88	,41	-
	Ortaöğretim	168	33,93	7,49	Gruplariçi	22058,82	425	51,90			
	Yükseköğretim	159	34,58	6,09	Toplam	22151,07	427				
Bilişsel Tutum	İlköğretim	101	30,14	6,97	Gruplararası	142,77	2	71,39	1,60	,20	-
	Ortaöğretim	168	30,97	6,41	Gruplariçi	18900,88	425	44,47			
	Yükseköğretim	159	31,65	6,74	Toplam	19043,67	427				

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, katılımcıların babalarının öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). Toplam puan ortalamalarına bakıldığında lisansütsü öğrenim durumunun diğer durumlara göre daha olumlu tutum sergilediği sonucu görülmektedir. Duyuşsal, Davranışsal ve Bilişsel Tutum alt boyutlarında da katılımcıların serbest zamana ilişkin tutumlarının babalarının öğrenim durumlarının anlamlı şekilde etkilediği görülmüştür. Lisansüstü öğrenim durumu grubundaki katılımcılar etkinliklere yönelik olumlu tutum sergilemektedirler.

Serbest zaman etkinliklerine katılımı ailelerin rolü çok büyüktür. Yörükoğlu' na göre (1994) bireylerin sosyal ve fiziksel gelişimlerinin yanı sıra serbest zamanlarda da yönlendirilmesinin yapılabilmesi bilinçli bir aile tarafından yapılabilir. Anne ve babaların bu rolü aktarabilmeleri için serbest zamanın bilişsel tanımlamalarının iyi edinilmiş olması

gerekmektedir. Bu anlamda çalışma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Bu noktada rol model olan aile serbest zaman etkinliklerine katılımda önemli bir rol oynamaktadır.

Beşinci alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının katılımcıların medeni durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan T Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.14. Araştırma Grubunun Medeni Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Medeni Durum	n	$\bar{X}$	s	sd	t	p
Genel Toplam	Evli	143	112,89	19,51	426	,88	,37
	Bekar	285	111,12	19,71			
Duyuşsal Tutum	Evli	143	46,92	10,40	426	,41	,67
	Bekar	285	46,49	10,13			
Davranışsal Tutum	Evli	143	33,93	6,93	426	-,23	,81
	Bekar	285	34,11	7,35			
Bilişsel Tutum	Evli	143	32,03	5,98	426	2,22	,02*
	Bekar	285	30,52	6,95			

Araştırma grubunun medeni hallerine göre serbest zaman etkinliklerine katılıma yönelik tutumlarının incelenmesi için yapılan analiz sonucunda anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>,05$). Buna ek olarak evli bireylerin bekâr bireylere göre daha olumlu tutum içinde olduğu da söylenebilir.

Duyuşsal tutum alt boyutunda benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır. Ortalama puanlara bakıldığında ise evli bireylerin bekar bireylere oranla anlamlı olmamakla birlikte daha olumlu bir tutum izledikleri görülmektedir.

Davranışsal alt boyutta ise tam tersine bekar bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik olumlu tutum sergiledikleri ortaya çıkmıştır.

Bilişsel Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun medeni durumlarına göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Serbest zaman etkinlikleri bilgiye dayalı tutum açısından değerlendirildiğinde evli katılımcıların daha olumlu tutum sergiledikleri görülmüştür.

Yapılan birçok çalışmada medeni halin serbest zamana yönelik tutumu etkilediği, katılımı etkilediği görülmektedir (Park, 2001; Russel, 1996; Iso-Ahola ve Weissinger, 1990). Bu

araştırmaların dışında Howat, , Murray, , & Crilley, (2009) medeni halin serbest zaman doyumunu etkilemediği sonucuna ulaşmışlardır. Bu durumun serbest zaman etkinliklerine bireylerin yalnız ya da eşleri ile katılmak istemeleri ile açıklanabilir.

Altıncı alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının katılımcıların ikamet ettikleri semtlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan Anova Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.15. Araştırma Grubunun İkamet Ettikleri Semtlere Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Semt	n	$\bar{X}$	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Genel Toplam	Yenimahalle	187	110,59	20,01	Gruplararası	1234,40	3	411,47	1,067		
	Çankaya	152	112,59	18,81	Gruplariçi	163472,09	424	385,55			
	Keçiören	45	115,56	17,84	Toplam	164706,49	427			,36	-
	Etimesgut	44	109,48	22,05							
Duyuşsal Tutum	Yenimahalle	187	46,28	10,44	Gruplararası	126,06	3	42,02	,401		
	Çankaya	152	47,00	9,88	Gruplariçi	44399,35	424	104,72			
	Keçiören	45	47,69	9,01	Toplam	44525,41	427			,75	-
	Etimesgut	44	45,77	11,54							
Davranışsal Tutum	Yenimahalle	187	33,80	7,57	Gruplararası	120,40	3	40,13	,772		
	Çankaya	152	34,39	7,09	Gruplariçi	22030,67	424	51,96			
	Keçiören	45	34,98	5,49	Toplam	22151,07	427			,51	-
	Etimesgut	44	32,95	7,56							
Bilişsel Tutum	Yenimahalle	187	30,51	6,63	Gruplararası	214,15	3	71,38	1,607		
	Çankaya	152	31,20	6,53	Gruplariçi	18829,51	424	44,41			
	Keçiören	45	32,89	6,82	Toplam	19043,66	427			,18	-
	Etimesgut	44	30,75	7,13							

Araştırma grubunun ikamet ettikleri semtlere göre serbest zaman etkinliklerine katılıma yönelik tutumlarının incelenmesi için yapılan analiz sonucunda anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>,05$). Alt boyutlar da dahil olmak üzere semtlerde ikamet durumu ile serbest zaman etkinliklerine yönelik olumlu tutum durumunun benzerlik gösterdiği görülmektedir.

Alt boyutlarda, Çankaya ve Keçiören ilçelerinde ikamet eden bireylerin serbest zamanlara yönelik tutumlarının olumlu olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Keçiören ilçesindeki bireylerin ise diğer katılımcılara oranla daha olumlu tutum sergiledikleri söylenebilir.

Toplum içinde serbest zaman etkinliklerine katılımda amaç ve yararların çevreye göre değişmemesi ortak amaçlar doğrultusunda olması durumu, yaşanan yere göre anlamlı farklılığa yol açmadığı şeklinde ifade edilebilir.

Yedinci alt problem olan, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının katılımcıların gelir düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya çıkarılması için yapılan Anova Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.16. Araştırma Grubunun Gelir Düzeylerine Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Gelir Düzeyi (TL)	n	$\bar{X}$	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Genel Toplam	<1300	94	112,38	18,10	Gruplararası	1163,17	2	581,59	1,511		
	1301-4700	260	110,55	20,10	Gruplariçi	163543,32	425	384,80		,22	-
	4701>-	74	114,93	19,73	Toplam	164706,49	427				
Duyuşsal Tutum	<1300	94	46,54	9,53	Gruplararası	342,49	2	171,24	1,647		
	1301-4700	260	46,12	10,16	Gruplariçi	44182,91	425	103,96		,19	-
	4701>-	74	48,55	11,09	Toplam	44525,40	427				
Davranışsal Tutum	<1300	94	35,21	6,25	Gruplararası	225,90	2	112,95	2,190		
	1301-4700	260	33,49	7,39	Gruplariçi	21925,15	425	51,58		,11	-
	4701>-	74	34,53	7,51	Toplam	22151,06	427				
Bilişsel Tutum	<1300	94	30,63	6,78	Gruplararası	67,31	2	33,65	,754		
	1301-4700	260	30,94	6,77	Gruplariçi	18976,34	425	44,65		,47	-
	4701>-	74	31,85	6,21	Toplam	19043,66	427				

Araştırma grubunun gelir düzeylerine göre serbest zaman etkinliklerine katılımlarında tutumlarında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>,05$). Katılımcıların gelir düzeyleri arttıkça serbest zaman etkinliklerine yönelik daha olumlu tutum sergiledikleri sonucuna da ulaşılmıştır. Serbest zaman etkinliklerinin spor merkezleri içinde yapılması durumu, farklı amaçları, sosyal statüleri ve gelir düzeylerine sahip bireylere bir arada olma imkânını sağlamaktadır. Serbest zamanın verimli bir şekilde geçirilmesinin sağlayacağı yararlar konusunda katılımcıların bilgi sahibi olması bu anlamda farklı özellikler ile ayrılmamaktadır. Buradan hareketle bireylerin gelir düzeylerinin anlamlı olarak farka yol açmadığı düşünülmektedir. Sessoms (1993)'a göre düşük gelir daha az rekreasyon faaliyetlerine katılım gerektirmekte, bu nedenle de tutumu da olumsuz etkilemektedir. Gelir arttıkça bireylerin daha maliyetli etkinlikleri tercih etmesi,

etkinliklerdeki katılım sayısını arttırması, daha çok yalnız katılabileceği etkinlikleri tercih etmesi yine, düzenlenen herhangi bir etkinliğe katılan bireyler arasında farka neden olmayacağı düşünülmektedir.

Sekizinci alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının katılımcıların mesleklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan Anova Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.17. Araştırma Grubunun Mesleklerine Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Meslek	n	$\bar{X}$	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Genel Toplam	Diğer	152	111,11	17,38	Gruplararası	2392,01	3	797,34	2,08	,10	-
	Kamu	95	114,75	19,02	Gruplariçi	162314,49	424	382,82			
	Özel	104	112,88	21,94	Toplam	164706,49	427				
	Serbest	77	107,57	20,87							
Duyuşsal Tutum	Diğer	152	46,20	9,19	Gruplararası	860,29	3	286,77	2,78	,04*	1-4
	Kamu	95	47,95	9,26	Gruplariçi	43665,11	424				
	Özel	104	47,93	11,29	Toplam	44525,41	427	102,98			
	Serbest	77	44,10	11,32							
Davranışsal Tutum	Diğer	152	34,84	6,62	Gruplararası	267,56	3	89,19	1,73	,16	-
	Kamu	95	34,41	6,97	Gruplariçi	21883,50	424	51,61			
	Özel	104	33,51	7,95	Toplam	22151,06	427				
	Serbest	77	32,75	7,43							
Bilişsel Tutum	Diğer	152	30,06	6,66	Gruplararası	343,06	3	114,45	2,59	,52	-
	Kamu	95	32,39	6,12	Gruplariçi	18700,30	424	44,10			
	Özel	104	31,43	7,35	Toplam	19043,66	427				
	Serbest	77	30,71	6,20							

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, mesleklerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların özellikle kamu sektöründeki katılımcıların diğer meslek gruplarındaki katılımcılara oranla tutumlarının daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Duyuşsal Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun mesleklerine göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). LSD Testi sonucunda ise, öğrenciler ile serbest meslek grubundaki katılımcılardan kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer durumdaki katılımcılara oranla

serbest zaman etkinliklerinin duyuşsal olarak tutumlarının daha olumlu olduğu sonucu gözlemlenmiştir.

Dokuzuncu alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının, katılımcıların çalışma sürelerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan Anova Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.18. Araştırma Grubunun Çalışma Sürelerine Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Tutumlarının Analizi

Boyutlar	Çalışma Süresi (Yıl)	n	$\bar{X}$	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Genel Toplam	<1	107	113,40	19,61	Gruplararası	2409,71	3	803,23	2,09		
	2-4	145	113,24	18,88	Gruplariçi	162296,79	423	382,77			
	5-7	108	107,69	17,47	Toplam	164706,49	427			,10	-
	>8	68	112,16	23,65							
Duyuşsal Tutum	<1	107	47,02	9,61	Gruplararası	477,59	3	159,19	1,53		
	2-4	145	47,55	10,39	Gruplariçi	44047,81	423				
	5-7	108	44,87	10,16	Toplam	44525,40	427	103,88		,20	-
	>8	68	46,87	10,66							
Davranışsal Tutum	<1	107	34,31	7,20	Gruplararası	558,69	3	186,23	3,65		
	2-4	145	35,27	7,10	Gruplariçi	21592,66	423	50,92			
	5-7	108	32,30	6,53	Toplam	22151,06	427			,01*	2-3
	>8	68	33,81	7,99							
Bilişsel Tutum	<1	107	32,07	6,42	Gruplararası	212,97	3	70,99	1,59		
	2-4	145	30,42	7,41	Gruplariçi	18830,68	423	44,41			
	5-7	108	30,52	5,10	Toplam	19043,66	427			,18	-
	>8	68	31,49	7,50							

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların özellikle 5-7 yıl arası çalışanlarda diğer çalışma yılı tecrübesine sahip katılımcılara göre olumsuz olduğu görülmüştür.

Davranışsal Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun çalışma sürelerine göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Bu farkın ise yine 5-7 yıl arası çalışan bireylerden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer durumdaki katılımcılara oranla serbest zaman etkinliklerinin davranışsal olarak tutumlarının daha olumsuz olduğu sonucu gözlemlenmiştir. İş yaşamındaki tecrübeleri ile birleştirerek artan bilgi ve gözlem yeteneğinin, bireyin davranışlarına yansması durumu, serbest zaman etkinliklerinde de tutum olarak gerçekleşmiş

olduğu düşünülmektedir. Birey bu sayede tecrübesini, etkinliklerde yönlendirici olarak kullanmayı, lider rolü edinmeyi tercih ettiği söylenebilir.

Onuncu alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları problemlerin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan Ki Kare Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.19. Araştırma Grubunun Cinsiyetlerine Göre Serbest Zaman Etkinliklerinde Yaşadıkları Problemlere İlişkin Analiz

Problem Alt Başlıkları		Cinsiyet				X ²	sd	p
		Kadın		Erkek				
		f	%	f	%			
<u>Ekonomik ve Zaman (Madde 7)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezleri dışında düzenlenen gezi/kamp gibi etkinliklere katılmakta ekonomik açıdan zorlanırım.	Kesinlikle Katılmıyorum	88	59,5	60	40,5	12,91	2	,00*
	Kısmen Katılıyorum	53	38,7	84	61,3			
	Kesinlikle Katılıyorum	65	45,5	78	54,5			
<u>Ekonomik ve Zaman (Madde 39)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, çalışma saatlerime göre alternatif programların olmamasının katılım konusunda beni kısıtladığını düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	53	38,1	86	61,9	8,84	2	,01*
	Kısmen Katılıyorum	48	56,5	37	43,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	105	51,5	99	48,5			
<u>Bireysel (Madde 20)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerden sonra okulda/işyerinde uyum problemleri yaşıyorum.	Kesinlikle Katılmıyorum	128	53,6	111	46,4	6,47	2	,03*
	Kısmen Katılıyorum	32	40	48	60			
	Kesinlikle Katılıyorum	46	42,2	63	57,8			
<u>Bireysel (Madde 41)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde daha önce egzersiz tecrübemin olmaması katılımımı etkiler.	Kesinlikle Katılmıyorum	78	54,2	66	45,8	12,25	2	,00*
	Kısmen Katılıyorum	61	56,5	107	43,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	67	38,1	49	61,9			
<u>Psikolojik (Madde 8)</u> Serbest zaman etkinliklerine katılmamdan dolayı evdeki sorumluluklarıma zaman ayıramamak beni endişelendirir.	Kesinlikle Katılmıyorum	97	58,4	69	41,6	11,67	2	,00*
	Kısmen Katılıyorum	46	43,0	61	57,0			
	Kesinlikle Katılıyorum	63	40,6	92	59,4			
<u>Psikolojik (Madde 13)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki karşılıklı etkinliklerde gereksiz hırsla kapıldığımı düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	105	57,7	77	42,3	13,20	2	,00*
	Kısmen Katılıyorum	39	36,4	68	63,6			
	Kesinlikle Katılıyorum	62	44,6	77	55,4			
<u>Psikolojik (Madde 22)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi ikna etmeye çalıştığım olur.	Kesinlikle Katılmıyorum	82	60,7	53	39,3	12,79	2	,00*
	Kısmen Katılıyorum	43	44,3	54	55,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	81	41,3	115	58,7			
<u>Psikolojik (Madde 23)</u> Serbest zaman etkinliklerin bazılarını sıkıldığım için katılmadığım olur.	Kesinlikle Katılmıyorum	56	41,8	78	58,2	17,40	2	,00*
	Kısmen Katılıyorum	75	64,7	41	35,3			
	Kesinlikle Katılıyorum	75	42,1	103	57,9			
<u>Psikolojik (Madde 36)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında kişilerin başkalarını seyretnesi beni rahatsız eder.	Kesinlikle Katılmıyorum	97	58,4	69	41,6	11,67	2	,00*
	Kısmen Katılıyorum	46	43,0	61	57,0			
	Kesinlikle Katılıyorum	63	40,6	92	59,4			

Çizelge 4.19. (devam) Araştırma Grubunun Cinsiyetlerine Göre Serbest Zaman Etkinliklerinde Yaşadıkları Problemlere İlişkin Analiz

Problem Alt Başlıkları			Cinsiyet				X ²	sd	p
			Kadın		Erkek				
			f	%	f	%			
<u>Tesis (Madde 10)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin grup farklılıklarını göz ardı ettiklerini düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	102	58,0	74	42,0	12,73	2	,00*	
	Kısmen Katılıyorum	53	44,9	65	55,1				
	Kesinlikle Katılıyorum	51	38,1	83	61,9				
<u>Tesis (Madde 16)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlik çeşitliliğini yetersiz bulurum.	Kesinlikle Katılmıyorum	89	61,0	57	39,0	14,61	2	,00*	
	Kısmen Katılıyorum	49	41,9	68	58,1				
	Kesinlikle Katılıyorum	68	41,2	97	58,8				

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yaşadıkları problemler, cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). Bireysel problemlerin diğer problemlere göre da az yaşandığı ve bu sonucun erkeklerin lehine olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte kadınların erkeklere göre problemlerin etkinliklere katılımda önemli bir yer tuttuğu da gözlemlenmiştir. Yaşanılan psikolojik problemler de erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla problem yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. 7 psikolojik problem maddesinde erkekler lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tesis kaynaklı problemlerde ise sadece 2 maddede anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<,05$). Erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha fazla tesis problemi yaşadığı söylenebilir. Ekonomik ve zaman problemleri al başlığında ise kadın katılımcıların problem olarak gördükleri sonucuna ulaşılmıştır ($p<,05$).

Kadınların toplumsal olarak serbest zaman etkinliklerine katılımlarında tesis problemlerinden daha çok bireysel ve psikolojik problemleri önemsendiği söylenebilir. Sosyal psikolojik baskı ya da fiziksel olarak nasıl algılandığı gibi problemlerde erkeklere oranla daha fazla problem yaşadıkları düşünülmektedir. Bununla birlikte kadınların erkeklere oranla gelişme dönemlerinde daha az fiziksel aktivitede bulunmalarının da yine problemler konusunda hassas davranmalarına yol açtığı da söylenebilir. Yapılan birçok çalışmada da kadınlar ile erkeklerin serbest zaman etkinliklerine yönelik doyum ve beklenti düzeylerinin de benzer olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır (Misra ve McKean, 2000).

Onbirinci alt problem, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları problemlerin yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan Ki Kare Testi sonuçları aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 4.20. Araştırma Grubunun Yaş Gruplarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerinde Yaşadıkları Problemlere İlişkin Analiz

Problem Alt Başlıkları		Yaş Grubu						X ²	sd	p
		18-24 Yaş		25-30 Yaş		31 ve üst				
		f	%	f	%	f	%			
<u>Ekonomik ve Zaman (Madde 5)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde bulunmak beni ekonomik olarak zorlar.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	80	42,3	66	34,9	43	22,8	15,28	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	38	41,3	22	23,6	32	34,8			
	Kesinlikle Katılıyorum	54	36,7	67	45,6	26	17,7			
<u>Ekonomik ve Zaman (Madde 6)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler dışında, yaz veya kış kamplarına zaman ayıramam.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	70	36,8	69	36,3	51	26,8	11,71	4	,02*
	Kısmen Katılıyorum	42	35,0	44	36,7	34	28,3			
	Kesinlikle Katılıyorum	60	50,8	42	35,6	16	13,6			
<u>Ekonomik ve Zaman (Madde 7)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezleri dışında düzenlenen gezi/kamp gibi etkinliklere katılmakta ekonomik açıdan zorlanırım.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	71	48,0	44	29,7	33	22,3	17,11	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	43	31,4	49	35,8	45	32,8			
	Kesinlikle Katılıyorum	58	40,6	62	43,4	23	16,1			
<u>Ekonomik ve Zaman (Madde 39)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, çalışma saatlerime göre alternatif programların olmamasının katılım konusunda beni kısıtladığını düşünürüm.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	67	48,2	36	25,9	36	25,9	22,31	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	32	37,6	24	28,2	29	34,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	73	35,8	95	46,6	36	17,6			
<u>Bireysel (Madde 9)</u> <i>Çocuk sahibi olmanın sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılımda engel oluşturduğumu düşünürüm.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	86	47,5	60	33,1	35	19,3	18,92	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	30	26,3	43	37,7	41	36,0			
	Kesinlikle Katılıyorum	56	42,1	52	39,1	25	18,8			
<u>Bireysel (Madde 24)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin olumlu etkisini görmediğim için etkinliklere katılmam.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	71	39,2	60	33,1	50	27,6	13,79	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	27	30,3	34	38,2	28	31,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	74	46,8	61	38,6	23	14,6			
<u>Bireysel (Madde 32)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki uzun süreli etkinliklerde heyecanımı kaybettiğim olur.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	79	43,6	59	32,6	43	23,8	17,23	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	22	22,7	45	46,4	30	30,9			
	Kesinlikle Katılıyorum	71	47,3	51	34,0	28	18,7			
<u>Bireysel (Madde 41)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde daha önce egzersiz tecrübemin olmaması katılımımı etkiler.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	64	44,4	59	41,0	21	14,6	10,39	4	,03*
	Kısmen Katılıyorum	44	40,7	34	31,5	30	27,8			
	Kesinlikle Katılıyorum	64	36,4	62	35,2	50	28,4			
<u>Psikolojik (Madde 8)</u> <i>Serbest zaman etkinliklerine katılmadan dolayı evdeki sorumluluklarım zaman ayıramamak beni endişelendirir.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	56	33,7	65	39,2	45	27,1	12,20	4	,01*
	Kısmen Katılıyorum	42	39,3	33	30,8	32	29,9			
	Kesinlikle Katılıyorum	74	47,7	57	36,8	24	15,5			

Çizelge 4.20. (devam) Araştırma Grubunun Yaş Gruplarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerinde Yaşadıkları Problemlere İlişkin Analiz

Problem Alt Başlıkları		Yaş Grubu						X ²	sd	p
		18-24 Yaş		25-30 Yaş		31 ve üst				
		f	%	f	%	f	%			
<u>Psikolojik (Madde 13)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki karşılıklı etkinliklerde gereksiz hırsla kapıldığımı düşünürüm.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	87	47,8	52	28,6	43	23,6	14,26	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	29	27,1	51	47,7	27	25,2			
	Kesinlikle Katılıyorum	56	40,3	52	37,4	31	22,3			
<u>Psikolojik (Madde 17)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin sağlık problemlerinde olumlu etkisini hissetmem.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	108	41,4	89	34,1	64	24,5	9,70	4	,04*
	Kısmen Katılıyorum	15	24,6	27	44,3	19	31,1			
	Kesinlikle Katılıyorum	49	46,2	39	36,8	18	17,0			
<u>Psikolojik (Madde 22)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi ikna etmeye çalıştığım olur.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	56	41,5	59	43,7	20	14,8	9,95	4	,04*
	Kısmen Katılıyorum	36	37,1	33	34,0	28	28,9			
	Kesinlikle Katılıyorum	80	40,8	63	32,1	53	27,0			
<u>Psikolojik (Madde 36)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında kişilerin başkalarını seyretmesi beni rahatsız eder.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	58	37,2	54	34,6	44	28,2	12,20	4	,01*
	Kısmen Katılıyorum	38	33,0	54	47,0	23	20,0			
	Kesinlikle Katılıyorum	76	48,4	47	29,9	34	21,7			
<u>Tesis (Madde 10)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin grup farklılıklarını göz ardı ettiklerini düşünürüm.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	84	47,7	47	26,7	45	25,6	16,88	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	33	28,0	57	48,3	28	23,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	55	41,0	51	38,1	28	20,9			
<u>Tesis (Madde 11)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin daha verimli olması gerektiğine inanırım.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	39	46,4	33	39,3	12	14,3	10,36	4	,03*
	Kısmen Katılıyorum	26	32,9	25	31,6	28	35,4			
	Kesinlikle Katılıyorum	107	40,4	97	36,6	61	23,0			
<u>Tesis (Madde 37)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde cinsiyete özel etkinlikler sunulmaması beni kısıtlar.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	57	37,5	61	40,1	34	22,4	17,08	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	34	29,3	43	37,1	39	33,6			
	Kesinlikle Katılıyorum	81	50,6	51	31,9	28	17,5			

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yaşadıkları problemler ekonomik ve zaman problemleri alt boyutunda, yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). 18-24 yaş arası katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları ekonomik problemlerin 25-30 yaş grubu arası katılımcılara oranla daha olumsuz olduğu görülmektedir.

Psikolojik problemlerde ise 5 madde açısından 18-24 yaş arası katılımcılar lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<,05$). Buradan hareketle genç bireylerin psikolojik olarak daha beklenti içinde olduğu söylenebilir. Bireysel ve Tesis problemleri boyutlarında da anlamlı farklılıklara rastlanmıştır ($p<,05$). Özellikle 18-24 yaş grubundaki katılımcıların yaşadığı

problemlerin daha etkili olduğu görülmektedir. Yaşla birlikte yaşanan problemlerin hassaslaşması, serbest zaman etkinliklerine katılımı da görüldüğü düşünülmektedir.

Süzer (1997) yaş gruplarına göre üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarını incelediği çalışmada, serbest zamanların verimli değerlendirilmesi durumunun farklı yaş grupları için ayrı ayrı ele alınması gereken bir durum olduğunu ve her bir dönemde farklı özellikler gösteren bir süreç olduğunu ifade etmiştir. Bu anlamda yaş gruplarına göre problemlerin farklılaşması beklenen bir sonuçtur.

On ikinci alt problem olan araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları problemlerin öğrenim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı idi. Yapılan Ki Kare Testi sonuçları aşağıdaki Çizelge 4.17 de verilmiştir.

Çizelge 4.21. Araştırma Grubunun Öğrenim Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarında Yaşadıkları Problemlere İlişkin Analiz

Problem Alt Başlıkları		Öğrenim Durumu						X ²	sd	p
		Lise		Lisans		Yükseklisans				
		f	%	f	%	f	%			
<u>Ekonomik ve Zaman (Madde 18)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılımda, ulaşım kaynaklı zaman problemi yaşıyorum.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	61	39,1	92	59,0	3	1,9	10,09	4	,03*
	Kısmen Katılıyorum	30	24,6	88	72,1	4	3,3			
	Kesinlikle Katılıyorum	37	24,7	109	72,7	4	2,7			
<u>Ekonomik ve Zaman (Madde 39)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, çalışma saatlerime göre alternatif programların olmamasının katılım konusunda beni kısıtladığımı düşünürüm.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	51	36,7	84	60,4	4	2,9	10,06	4	,03*
	Kısmen Katılıyorum	30	35,3	52	61,2	3	3,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	47	23,0	153	75,0	4	2,0			
<u>Bireysel (Madde 9)</u> <i>Çocuk sahibi olmanın sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılımda engel oluşturduğunu düşünürüm.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	70	38,7	105	58,0	6	3,3	14,80	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	26	22,8	84	73,7	4	3,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	32	24,1	100	75,2	1	,8			
<u>Bireysel (Madde 21)</u> <i>Serbest zaman etkinliklerine katıldığımda bedensel açıdan zorlandığımı hissedirim.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	52	29,1	125	69,8	2	1,1	16,14	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	34	33,0	61	59,2	8	7,8			
	Kesinlikle Katılıyorum	42	28,8	103	70,5	1	,7			
<u>Bireysel (Madde 41)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde daha önce egzersiz tecrübemin olmaması katılımı etkiler.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	53	36,8	88	61,1	3	2,1	9,87	4	,04*
	Kısmen Katılıyorum	36	33,3	68	63,0	4	3,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	39	22,2	133	75,6	4	2,3			
<u>Psikolojik (Madde 3)</u> <i>Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde kontrolümü kaybettiğimi düşünürüm.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	84	32,9	161	63,1	10	3,9	10,30	4	,03*
	Kısmen Katılıyorum	22	31,4	48	68,6	0	0			
	Kesinlikle Katılıyorum	22	21,4	80	77,7	1	1,0			

Çizelge 4.21. (devam) Araştırma Grubunun Öğrenim Durumlarına Göre Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarında Yaşadıkları Problemlere İlişkin Analiz

Problem Alt Başlıkları		Öğrenim Durumu						X ²	sd	p
		Lise		Lisans		Yükseklisans				
		f	%	f	%	f	%			
<u>Psikolojik (Madde 13)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki karşılıklı etkinliklerde gereksiz hırsa kapıldığımı düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	61	33,5	116	63,7	5	2,7	22,43	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	14	13,1	88	82,2	5	4,7			
	Kesinlikle Katılıyorum	53	38,1	85	61,2	1	,7			
<u>Tesis (Madde 10)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin grup farklılıklarını göz ardı ettiklerini düşünürüm.	Kesinlikle Katılmıyorum	60	34,1	115	65,3	1	,6	29,80	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	22	18,6	86	72,9	10	8,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	46	34,3	88	65,7	0	0			
<u>Tesis (Madde 11)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin daha verimli olması gerektiğine inanırım.	Kesinlikle Katılmıyorum	32	38,1	52	61,9	0	0	14,97	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	13	16,5	61	77,2	5	6,3			
	Kesinlikle Katılıyorum	83	31,3	176	66,4	6	2,3			
<u>Tesis (Madde 30)</u> Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin benden kapasitemin üstünde performans beklemesi beni olumsuz etkiler.	Kesinlikle Katılmıyorum	60	28,6	147	70,0	3	1,4	21,42	4	,00*
	Kısmen Katılıyorum	25	29,8	51	60,7	8	9,5			
	Kesinlikle Katılıyorum	43	32,1	91	67,9	0	0			

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yaşadıkları problemler katılımcıların öğrenim durumlarına göre anlamlı farklılık göstermiştir ($p<,05$). Ekonomik ve zaman problemleriyle lisans öğrenim düzeyindeki katılımcıların daha çok yüzleştikleri sonucuna ulaşılmıştır ($p<,05$) (2 maddede). Bireysel problemlerde de ($p<,05$) lisans öğrenim düzeyindeki bireylerin beklentilerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer iki alt başlıkta da öğrenim düzeyinin anlamlı bir şekilde tesis ve psikolojik problemlerle karşılaşma durumunun olduğu sonucu ortaya çıkmıştır ($p<,05$).

5. TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırma bulgularına dayalı olarak varılan sonuçların daha önce yapılmış çalışmalar ile olan benzerlik ve aykırılıkları, alan yazımı ışığında yorumlanmıştır. Sonuçların sunulduğunda alt problemlere göre bir sıra izlenmiştir.

Araştırma grubunun duyuşsal tutum alt boyutundaki maddelere yönelik görüşlerinin istatistiki sonuçlarında en yüksek puanı alan maddeye göre “Serbest zaman etkinlikleri sonrasında grup içindeki bilgi paylaşımı insanın kendisini güzel hissettirir” katıldıklarını ($\bar{X}=4,11$), en düşük puan ile de “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde işyerinin yoğun temposundan kurtulurum” kısmen katıldıklarını ($\bar{X}=3,66$), ifade etmişlerdir. Bu sonuçtan hareketle serbest zaman etkinliklerinin hem rahatlama hem de sosyalleşme etkisi ile olumlu yararları olduğuna katılımcıların görüş olarak katıldıklarını söylemek mümkündür.

Serbest zaman etkinliklerinin bireylerin sosyal ihtiyaçlarını karşılaması en önemli yararlarından birisidir. Etkinlik sırasındaki bilgi paylaşımı ve iletişim, serbest zamanın eğitimi ve felsefesi açısından da bu mekanizmanın içinde olması gerekliliği ile benzeşmektedir (Tordkilsen, 2005). Serbest zaman etkinliklerine artan talep doğrultusunda da bireylerin günlük hayatından bir kaçış amacını benimsemesi, beklentiler ile de doğru orantılı olarak gelişmektedir. Serbest zamanın zorunlu uğraşlar dışındaki zaman olarak da tanımlanması (Roberts, 2006) bunu destekler niteliktedir. Bu anlamda serbest zaman etkinliklerinin iş yaşamı ve günlük hayatın baskısından kurtulma ve bireylerin sosyalleşmelerine katkıda bulunma amaçları olduğunu söylemek mümkündür.

Bilişsel tutuma yönelik görüşlerinin istatistiki sonuçlarında en yüksek puanı alan maddeye göre “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin sağladığı sosyalleşmenin kişiler arası iletişime olumlu katkısı vardır.” katıldıklarını ($\bar{X}=3,79$), en düşük puan ile de “Kişiler, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki her bir etkinliğe katılmak için çaba sarf ederler” kısmen katıldıklarını ($\bar{X}=3,31$), ifade etmişlerdir. Bu bağlamda bireylerin serbest zaman etkinliklerine yönelik katılma amaçları ve etkinliklerin yararları konusunda tam anlamıyla bilgi sahibi oldukları söylenemez.

Bireylerin serbest zaman etkinliklerine bilinç olarak katılmaları, kendilerini daha verimli tanımlamalarına ve doygun bir yaşama sahip olmalarına yardımcı olacaktır (Park, 2001). Bu anlamda serbest zamana ilişkin tutum ve davranışların da bu bilişsel süreç içerisinde geliştiği söylenebilir. Serbest zamanın gelişim işlevi, etkinlikler sayesinde olumlu davranışlar sayesinde

bireyin kendisini daha iyi tanımlamasını sağlamaktadır. Bu durum da serbest zaman eğitiminin önemini, buna bağlı olarak da bilişsel boyutunu ön plana çıkarmaktadır (Tordkilsen, 2005).

Katılımcıların davranışsal alt boyutundaki maddelere yönelik görüşlerinin analiz sonuçlarında ise, en yüksek puanı alan maddeye göre “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında irademe göre davranmak, kendime olan güvenimi artırır.” ($\bar{X}=4,01$) ve en düşük puan ile de “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin günün herhangi bir saatinde olması motivasyonumu artırır” katıldıklarını ($\bar{X}=3,72$), ifade etmişlerdir. Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin, katılımlarına devam ettikçe gözlemlerine ve katıldıkları etkinliklerden yarar gördükçe bu tür değişimlerin davranışlarına yansıdığını söylemek mümkündür.

Serbest zaman tanımlarına bakıldığında genel olarak özgürce katılım ögesi göze çarpmaktadır. Bu öge bir etkinliğin serbest zamanlarda olması zorunluluğu ile iç içe girmiştir. Birey bu zamanlarda uğraşı ile özgürce ilgilenmektedir. (Tucker, 2001). Bu amaçlar dâhilinde etkinliklere katılım ise bireylerin davranışlarına yansımaktadır. Buna bağlı olarak serbest zaman etkinliklerinin bireyin kendi isteği ile seçmiş olmasının kendisine olan özgüvenini artıracak ve toplumsal alanda kullanılabilecek birçok özelliğin gelişmesine katkıda bulunacağı da söylenebilir (Farr, 2008).

Serbest zaman etkinliklerine katılımı karşılaşılan problemlerde, ekonomik ve zaman problemleri alt başlığında en fazla puanı “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, çalışma saatlerime göre alternatif programların olmamasının katılım konusunda beni kısıtladığını düşünürüm.” ifadesi $\bar{X}=2,15$ ortalama ile almıştır. En düşük puanı alan ifade ise $\bar{X}=1,70$ ortalama ile “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerden sonra kendime zaman ayıramam.” olmuştur.

Katılımcıların bu ifadelerle daha çok etkinliklerden çeşitlilik beklediği ve bu konuda problem yaşadığı görülürken, zaman konusunda bir kısıtlamanın probleme dönüşmediği görüşü ortaya çıkmıştır.

Serbest zaman etkinliklerine katılım için bireylerin özgürce zaman seçmeleri ve bu zaman dilimlerinde etkinliklere katılımları, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde daha az probleme dönüştüğü ifade edilebilir.

Bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımlarında, beklentileri kişilerden kişilere değişen bir yapıda görülebilmektedir. Her bir planlamada birey farklı bir güdü ile davranabilir. Bu anlamda serbest zamanlarda da kişiler kendilerini bir etkinliğe katılım konusunda zorla

durumunda da hissedebilirler. Psikolojik problemler alt başlığında en yüksek ortalamaya sahip ifade bu durumu kanıtlar niteliktedir.

$\bar{x}=2,14$ puan ile “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi ikna etmeye çalıştığım olur.” ifadesi sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki bireylerin de daha fazla güdülenmeye ihtiyacı olduğunu göstermiştir. Diğer yandan ise “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin beni baskıladığını düşünürüm.” ifadesi ile de etkinliklerin hiçbir şekilde probleme yol açtığı düşünülmemektedir.

Serbest zaman etkinliklerine katılımı karşılaşılan problemlerde bireysel problemler alt başlığında en fazla puanı “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, bedensel etkinlikler dışında programların düzenlenmemesinin etkinliklere düzenli katılımımı etkilediğini düşünürüm.” ifadesi $\bar{x}=2,29$ ortalama ile almıştır. En düşük puanı alan ifade ise $\bar{x}=1,65$ ortalama ile “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi yetersiz hissedirim.” olmuştur.

Kişilerin etkinliklerde bireysel olarak farklı amaçlarla bulunması, bedensel etkinlikler dışında da farklı etkinliklerin sunulmaması durumu en önemli problem olarak ortaya çıkmıştır. Buna ek olarak kişilerin kendisini yetersiz hissetmemesi ve özgürce katılabilmesi sonucu rekreasyonun gerekliliklerinden birisi olan her seviyeden bireyin etkinliklere katılma durumunu kanıtlar nitelikte sonuçlanmıştır.

Serbest zaman etkinlikleri kişilere bireysel olarak seçenek sunabilirken, bir lider eşliğinde de yapılabilmektedir. Rekreasyon lideri etkinliklerin hem içeriğinin planlanmasını hem de kişilere ulaştırılmasında farklı roller üstlenmektedir. Bu anlamda liderin rolü ve yeterlikleri açısından katılımcılara göre önemli bir problem olarak da görülebilmektedir. Tesis problemleri alt başlığında en fazla ortalamaya sahip olan “Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin daha verimli olması gerektiğine inanırım.” ($\bar{x}=2,42$) ifade bu durumu kanıtlar niteliktedir.

“Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde, eğiticilerin beni aşağıladığını düşünürüm.” ifadesinin ise en az etkili bir problem olarak sonuçlanması ise ($\bar{x}=1,64$), liderlerin etkinliğe katılan bireylere eşit şartlar sunması gerekliliğini ortaya koymuştur.

(1) Birinci alt problemde araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre; bireylerin tutumları, cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların kadın ve erkeklerde benzerlik gösterdiği sonucu ortaya çıkmıştır. Buna ek olarak erkek bireylerin kadın bireylere oranla olumlu tutum sergiledikleri de görülmüştür.

Bilişsel Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun cinsiyetlerine göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Serbest zaman etkinlikleri bilgiye dayalı tutum açısından değerlendirildiğinde erkek katılımcıların daha olumlu tutum sergiledikleri görülmüştür.

Bu bulgulara göre cinsiyetler arasında her ne kadar anlamlı bir fark bulunmasa da toplumumuz açısından (kültürel yapı ve yetiştirme tarzı) da düşünüldüğünde, serbest zaman etkinliklerine yönelik tutum farklılıklarının yansımalarını görmek mümkün olabilmektedir. Vong Tze (2005) serbest zaman etkinliklerine katılımda cinsiyetlerin önemli rol oynadığına dair bulgular tespit etmiş olsa da, yapılan çalışmalarda cinsiyetin etkinliklere katılımında etkisinin az olduğu da görülebilmektedir. Misra ve McKean (2000), kolej öğrencilerine yapmış oldukları çalışmada ve Siegenthaller ve O'Dell (2000) in çalışmalarında da cinsiyetin serbest zaman tatmini yönünden anlamlı farka neden olmadığı yönünde bulgulara rastlanmıştır. Bu çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir.

(2) İkinci alt problemde araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre; bireylerin tutumları, yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). 18-24 yaş arası katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımda anlamlı olmasa da diğer yaş gruplarına göre olumlu tutum sergiledikleri, ancak bilişsel alt boyutta ise diğer yaş gruplarına göre daha olumsuz tutum sergiledikleri görülmüştür. Genel toplamda puanlar yakın görünürken, duyuşsal tutum alt boyutunda yaşla birlikte serbest zamana ilişkin tutumun da olumsuza doğru yöneldiği sonucuna ulaşılmıştır. Davranışsal alt boyutta da buna benzer bir ivme varken, bilişsel alt boyutta ise yaşla doğru orantılı olarak olumlu bir tutum sergilenmektedir. 31 yaş ve üzeri katılımcılarda Bilişsel tutum alt boyutu diğer yaş gruplarına göre daha olumlu tutum sergilemektedirler.

Bireylerin bulundukları yaş grupları bir taraftan serbest zaman etkinliklerine katılımlarını etkilemekte birlikte diğer taraftan da hangi tür etkinliklere katılacağına da bir göstergesi olmaktadır. Kelly (1983), bireylerin seçtikleri etkinliklerin zaman içinde daha pasif e doğru bir yönelme içinde olduğunu belirtmiştir. Bu anlamda davranışsal ve duyuşsal alt boyutların yaş ile ters orantılı olarak çıkması sonucu ile paralellik göstermektedir.

(3) Üçüncü alt problemde araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının öğrenim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre; bireylerin tutumları, öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların özellikle lisansüstü öğrenim durumuna sahip bireylerin lise ve lisans öğrenim durumundaki katılımcılara oranla tutumlarının daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Duyuşsal ve Davranışsal tutum alt boyutunda, anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Öğrenim durumunun lisansüstü seviyesine doğru gidildikçe duyuşsal açıdan olumlu bir tutuma sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bilişsel Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun öğrenim durumlarına göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Bu farkın yine lisansüstü öğrenim durumundaki katılımcılardan kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer durumdaki katılımcılara oranla serbest zaman etkinliklerinin bilişsel olarak tutumlarının daha olumlu olduğu sonucu gözlemlenmiştir.

Serbest zaman eğitimi, etkinlikler sırasında edinilen bilgileri gündelik yaşama aktarmayı da içermektedir. Bu sayede birey sosyal çevresini tanıyan ve yaşadığı sorunlara da çözümler bulabilen bir birey olarak hayatına devam etmektedir. Serbest zamanın bu noktadaki görevi öğrenilen davranışların sosyal hayata aktarılması ile ortaya çıkmaktadır. Ve bunun yapılabilmesi eğitim ile olabilmektedir (Tordkilsen, 2005). Buna ek olarak Sellick (2002) ve Roberts (2006) bireylerin serbest zaman etkinlikleri sayesinde kendilerini geliştirmeleri ile eğitim seviyelerinin doğru orantılı olduğunu ifade etmişlerdir.

(4) Dördüncü alt problemde araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının annelerinin ve babalarının öğrenim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre; bireylerin tutumları, katılımcıların annelerinin öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir

($p>,05$). Diğer yandan katılımcıların babalarının öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). Beden eğitimi ve spor etkinliklerine eğitim seviyesi yüksek bireylerin daha fazla olumlu tutum sergiledikleri bilinmektedir (Erkal ve Ark., 1998). Bu anlamda daha yüksek eğitim seviyesindeki ebeveynlerin bedensel etkinliklere yönlendirmesi beklenen bir sonuçtur.

Anne ve babalara göre ortaya çıkan farklılığın ise Türk toplumuna hakim olan erkeğin rol model olması konusundaki tutumun neden olduğu düşünülmektedir. Geleneksel toplumlarda kadınların ev içi sorumluluklar ile birlikte anılması yerleştiğinden bu yana, erkeklerin mesleki hayatlarında yer edinme, rekabet, mücadele ve davranışsal zorlayıcı tutum ile bağlılığı daha ön belirgin haldedir. Bu anlamda serbest zaman etkinliklerine katılımda ailelerin rolü çok büyüktür. Yörükoğlu' na göre (1994) bireylerin sosyal ve fiziksel gelişimlerinin yanı sıra serbest zamanlarda da yönlendirilmesinin yapılabilmesi bilinçli bir aile tarafından yapılabilir. Anne ve babaların bu rolü aktarabilmeleri için serbest zamanın bilişsel tanımlamalarının iyi edinilmiş olması gerekmektedir. Bu anlamda çalışma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Bu noktada rol model olan aile serbest zaman etkinliklerine katılımda önemli bir rol oynamaktadır.

(5) Beşinci alt problemde araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının medeni hallerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre; anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>,05$). Buna ek olarak evli bireylerin bekâr bireylere göre daha olumlu tutum içinde olduğu da söylenebilir.

Bilişsel Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun medeni durumlarına göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Serbest zaman etkinlikleri bilgiye dayalı tutum açısından değerlendirildiğinde evli katılımcıların daha olumlu tutum sergiledikleri görülmüştür.

Yapılan birçok çalışmada medeni halin serbest zamana yönelik tutumu etkilediği, katılımı etkilediği görülmektedir (Park, 2001; Russel, 1996; Iso-Ahola ve Weissinger, 1990). Bu araştırmaların dışında Howat, , Murray, , & Crilley, (2009) medeni halin serbest zaman doyumunu etkilemediği sonucuna ulaşmışlardır. Bu durumun serbest zaman etkinliklerine bireylerin yalnız ya da eşleri ile katılmak istemeleri ile açıklanabilir.

(6) Altıncı alt problemde araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının ikamet ettikleri semtler açısından farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre, anlamlı bir farka rastlanmamıştır

($p>,05$). Alt boyutlar da dahil olmak üzere semtlerde ikamet durumu ile serbest zaman etkinliklerine yönelik olumlu tutum durumunun benzerlik gösterdiği görülmektedir.

Alt boyutlarda, Çankaya ve Keçiören ilçelerinde ikamet eden bireylerin serbest zamanlara yönelik tutumlarının olumlu olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Keçiören ilçesindeki bireylerin ise diğer katılımcılara oranla daha olumlu tutum sergiledikleri söylenebilir.

Toplum içinde serbest zaman etkinliklerine katılımda amaç ve yararların çevreye göre değişmemesi ortak amaçlar doğrultusunda olması durumu, yaşanan yere göre anlamlı farklılığa yol açmadığı şeklinde ifade edilebilir.

(7) Yedinci alt problemde, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının katılımcıların gelir düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya çıkarılması için yapılan analiz sonuçlarına göre, anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>,05$). Katılımcıların gelir düzeyleri arttıkça serbest zaman etkinliklerine yönelik daha olumlu tutum sergiledikleri sonucuna da ulaşılmıştır.

Serbest zaman etkinliklerinin spor merkezleri içinde yapılması durumu, farklı amaçları, sosyal statüleri ve gelir düzeylerine sahip bireylere bir arada olma imkânını sağlamaktadır. Serbest zamanın verimli bir şekilde geçirilmesinin sağlayacağı yararlar konusunda katılımcıların bilgi sahibi olması bu anlamda farklı özellikler ile ayrışmamaktadır. Buradan hareketle bireylerin gelir düzeylerinin anlamlı olarak farka yol açmadığı düşünülmektedir. Sessoms (1993)'a göre düşük gelir daha az rekreasyon faaliyetlerine katılım gerektirmekte, bu nedenle de tutumu da olumsuz etkilemektedir. Gelir arttıkça bireylerin daha maliyetli etkinlikleri tercih etmesi, etkinliklerdeki katılım sayısını artırması, daha çok yalnız katılabileceği etkinlikleri tercih etmesi yine, düzenlenen herhangi bir etkinliğe katılan bireyler arasında farka neden olmayacağı düşünülmektedir.

(8) Sekizinci alt problem araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının katılımcıların mesleklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi idi. Yapılan analiz sonuçlarına göre, bireylerin tutumları, mesleklerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların özellikle kamu sektöründeki katılımcıların diğer meslek gruplarındaki katılımcılara oranla tutumlarının daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Duyuşsal Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun mesleklerine göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Bu farkın öğrenciler ile serbest meslek grubundaki katılımcılardan kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer durumdaki katılımcılara oranla serbest zaman etkinliklerinin duyuşsal olarak tutumlarının daha olumlu olduğu sonucu gözlemlenmiştir.

(9) Dokuzuncu alt problemde, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumlarının, katılımcıların çalışma sürelerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçlarında çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların özellikle 5-7 yıl arası çalışanlarda diğer çalışma yılı tecrübesine sahip katılımcılara göre olumsuz olduğu görülmüştür.

Davranışsal Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun çalışma sürelerine göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Bu farkın ise yine 5-7 yıl arası çalışan bireylerden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer durumdaki katılımcılara oranla serbest zaman etkinliklerinin davranışsal olarak tutumlarının daha olumsuz olduğu sonucu gözlemlenmiştir.

İş yaşamındaki tecrübeleri ile birleştirerek artan bilgi ve gözlem yeteneğinin, bireyin davranışlarına yansması durumu, serbest zaman etkinliklerinde de tutum olarak gerçekleşmiş olduğu düşünülmektedir. Birey bu sayede tecrübesini, etkinliklerde yönlendirici olarak kullanmayı, lider rolü edinmeyi tercih ettiği söylenebilir.

(10) Onuncu alt problemde, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları problemlerin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı analiz edilmiştir. Sonuçlara göre, Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yaşadıkları problemler, cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermemiştir ($p<,05$). Bireysel problemlerin diğer problemlere göre daha fazla yaşandığı sonucu ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte kadınların erkeklere göre problemlerin etkinliklere katılımında önemli bir yer tuttuğu da gözlemlenmiştir.

Kadınların toplumsal olarak serbest zaman etkinliklerine katılımlarında tesis problemlerinden daha çok bireysel ve psikolojik problemleri önemsedığı söylenebilir. Sosyal psikolojik baskı ya da fiziksel olarak nasıl algılandığı gibi problemlerde erkeklere oranla daha fazla problem yaşadıkları düşünülmektedir. Bununla birlikte kadınların erkeklere oranla gelişme dönemlerinde daha az fiziksel aktivitede bulunmalarının da yine problemler konusunda hassas davranmalarına yol açtığı da söylenebilir.

Yapılan birçok çalışmada da kadınlar ile erkeklerin serbest zaman etkinliklerine yönelik doyum ve beklenti düzeylerinin de benzer olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır (Misra ve McKean, 2000). Özşaker (2012) yapmış olduğu çalışmada cinsiyetlerin tesis ve zaman problemleri bakımından cinsiyetlerin benzer davranışlar sergiledikleri sonucuna ulaşmıştır. Bu anlamda yaşanan problemlerin de benzerlik göstermesi beklenen bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır. Toplumsal olarak kadının her ne kadar ev içi rol ve sorumlulukları zaman ve ekonomik problemler gibi engellerle karşılaştığı bilinse de, erkek olmanın da etkinliklerde problem algısının bu nokta da farklılık yaratmadığı görülmektedir.

(11) On birinci alt problemde, araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları problemlerin katılımcıların yaş grupları açısından farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya çıkarılması için yapılan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların yaşadıkları problemler ekonomik ve zaman problemleri alt boyutunda, yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<.05$). 18-24 yaş arası katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları ekonomik problemlerin 25-30 yaş gurubu arası katılımcılara oranla daha olumsuz olduğu görülmektedir.

Bireylerin boş zaman etkinliklerine katılmalarına engel olan faktörlerin anlaşılmasında birçok sosyal etmeden bahsetmek mümkündür. Alexandris ve Carroll (1997)' e göre yaş, cinsiyet ve eğitim düzeyi bu faktörlerden bazılarıdır. Bireylerin her yaş grubunda da toplumsal sorumluluklarının, gündelik yaşamlarının hayatlarındaki meşguliyetinin de farklı olduğu düşünülmektedir. Bu açıdan bakıldığında Ekinci ve Ark. (2014) larının yapmış olduğu çalışmadaki sonuçlara paralel olarak, serbest zaman etkinliklerine katılımı zaman probleminin yaş gruplarına göre belirleyici bir etken olduğu görülebilmektedir.

Psikolojik, Bireysel ve Tesis problemleri boyutlarında ise yaş grupları bakımından benzer sonuçlara rastlanmıştır. Özellikle genç yaş grubunda problemlerin daha az etkili olduğu görülmektedir. Yaşla birlikte yaşanan problemlerin hassaslaşması, serbest zaman etkinliklerine katılımı da görüldüğü düşünülmektedir.

Süzer (1997) yaş gruplarına göre üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarını incelediği çalışmasında, serbest zamanların verimli değerlendirilmesi durumunun farklı yaş grupları için ayrı ayrı ele alınması gereken bir durum olduğunu ve her bir dönemde farklı özellikler gösteren bir süreç olduğunu ifade etmiştir. Bu anlamda yaş gruplarına göre problemlerin farklılaşması beklenen bir sonuçtur.

Alexandris ve Carroll (1997) yaptıkları çalışmada yaş faktörü ile serbest zaman etkinliklerine katılımı ters yönde bir ilişki tespit etmiştir. Bu durum çalışmanın sonucunu destekler niteliktedir. Fakat Demirel ve Ark. nın (2013) üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada katılımcıların serbest zaman engelleri ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Fakat Pala ve Dinç (2013) yaptıkları çalışmada ileri yaş grubuna dâhil bireylerin zaman alt boyutunu daha anlamlı bir engelleyici olarak gördüklerini belirtmiştir. Bu anlamda çalışmanın bu boyutundaki sonuçlar beklenen bir durumdur.

(12) On ikinci alt problemde araştırma grubunun serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları problemlerin öğrenim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre, serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yaşadıkları problemler katılımcıların öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Özellikle bireysel problemler alt boyutunda lise ve lisansüstü öğrenim gruplarında anlamlı olmasa da etkinin olduğu görülmektedir. Buna ek olarak problemler alt boyutlarında (ekonomik ve zaman alt boyutu hariç) öğrenim durumunun artışına bağlı olarak yaşanan problemlerin de etkisinin arttığı görülebilmektedir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma bulgularına ve yorumlarına dayalı olarak varılan sonuçlar ve bunların ışığında oluşturulan öneriler yer alacaktır. Sonuçların sunuluşunda alt problemlere göre bir sıra izlenecektir.

6.1 Sonuçlar

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların kadın ve erkeklerde benzerlik gösterdiği sonucu ortaya çıkmıştır. Buna ek olarak erkek bireylerin kadın bireylere oranla olumlu tutum sergiledikleri de görülmüştür.

Bilişsel Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun cinsiyetlerine göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Serbest zaman etkinlikleri bilgiye dayalı tutum açısından değerlendirildiğinde erkek katılımcıların daha olumlu tutum sergiledikleri görülmüştür.

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). 18-24 yaş arası katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımda anlamlı olmasa da diğer yaş gruplarına göre olumlu tutum sergiledikleri, ancak bilişsel alt boyutta ise diğer yaş gruplarına göre daha olumsuz tutum sergiledikleri görülmüştür. Genel toplamda puanlar yakın görünürken, duyuşsal tutum alt boyutunda yaşla birlikte serbest zamana ilişkin tutumun da olumsuza doğru yöneldiği sonucuna ulaşılmıştır. Davranışsal alt boyutta da buna benzer bir yönelme varken, bilişsel alt boyutta ise yaşla doğru orantılı olarak olumlu bir tutum sergilenmektedir. 31 yaş ve üzeri katılımcılarda Bilişsel tutum alt boyutu diğer yaş gruplarına göre daha olumlu tutum sergilemektedirler.

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların özellikle lisansüstü öğrenim durumuna sahip bireylerin lise ve lisans öğrenim durumundaki katılımcılara oranla tutumlarının daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bilişsel Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun öğrenim durumlarına göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Bu farkın yine lisansüstü öğrenim durumundaki katılımcılardan kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer durumdaki katılımcılara oranla

serbest zaman etkinliklerinin bilişsel olarak tutumlarının daha olumlu olduğu sonucu gözlemlenmiştir.

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, katılımcıların annelerinin öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Ortalama puanlara bakıldığında ise lisansüstü öğrenim durumu dışındaki diğer durumlarda tutumlar benzer derecede olumluluk göstermiştir. Genel puanlarda ve alt boyutlarda ise lisansüstü öğrenim durumunun daha olumlu tutum sergilediği ortaya çıkmıştır.

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, katılımcıların babalarının öğrenim durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). Toplam puan ortalamalarına bakıldığında lisansüstü öğrenim durumunun diğer durumlara göre daha olumlu tutum sergilediği sonucu görülmektedir. Duyuşsal, Davranışsal ve Bilişsel Tutum alt boyutlarında da katılımcıların serbest zamana ilişkin tutumlarının babalarının öğrenim durumlarının anlamlı şekilde etkilediği görülmüştür. Lisansüstü öğrenim durumu grubundaki katılımcılar etkinliklere yönelik olumlu tutum sergilemektedirler.

Araştırma grubunun medeni hallerine göre serbest zaman etkinliklerine katılıma yönelik tutumlarının incelenmesi için yapılan analiz sonucunda anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>,05$). Buna ek olarak evli bireylerin bekâr bireylere göre daha olumlu tutum içinde olduğu da söylenebilir.

Bilişsel Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun medeni durumlarına göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Serbest zaman etkinlikleri bilgiye dayalı tutum açısından değerlendirildiğinde evli katılımcıların daha olumlu tutum sergiledikleri görülmüştür.

Araştırma grubunun ikamet ettikleri semtlere göre serbest zaman etkinliklerine katılıma yönelik tutumlarının incelenmesi için yapılan analiz sonucunda anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>,05$). Alt boyutlar da dahil olmak üzere semtlerde ikamet durumu ile serbest zaman etkinliklerine yönelik olumlu tutum durumunun benzerlik gösterdiği görülmektedir.

Araştırma grubunun gelir düzeylerine göre serbest zaman etkinliklerine katılımlarında tutumlarında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>,05$). Katılımcıların gelir düzeyleri arttıkça serbest zaman etkinliklerine yönelik daha olumlu tutum sergiledikleri sonucuna da ulaşılmıştır.

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, mesleklerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların özellikle kamu sektöründeki katılımcıların diğer meslek gruplarındaki katılımcılara oranla tutumlarının daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Duyuşsal Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun mesleklerine göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Bu farkın öğrenciler ile serbest meslek grubundaki katılımcılardan kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları, çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>,05$). Serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumların özellikle 5-7 yıl arası çalışanlarda diğer çalışma yılı tecrübesine sahip katılımcılara göre olumsuz olduğu görülmüştür.

Davranışsal Tutum olarak ele alındığında ise, araştırma grubunun çalışma sürelerine göre anlamlı farka rastlanmıştır ($p<,05$). Bu farkın ise yine 5-7 yıl arası çalışan bireylerden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yaşadıkları problemler, cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). Bireysel problemlerin diğer problemlere göre da az yaşandığı ve bu sonucun erkeklerin lehine olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte kadınların erkeklere göre problemlerin etkinliklere katılımda önemli bir yer tuttuğu da gözlemlenmiştir. Karşılaşılan psikolojik problemler açısından, erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha fazla problem yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. 7 psikolojik problem maddesinde erkekler lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır ($p<,05$).

Tesis kaynaklı problemlerde ise sadece 2 maddede anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<,05$). Erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha fazla tesis problemi yaşadığı söylenebilir.

Ekonomik ve zaman problemleri al başlığında ise kadın katılımcıların problem olarak gördükleri sonucuna ulaşılmıştır ($p<,05$).

Ekonomik ve zaman problemleri alt başlığında ise kadın katılımcıların problem olarak gördükleri sonucuna ulaşılmıştır ($p<,05$).

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yaşadıkları problemler ekonomik ve zaman problemleri alt boyutunda, yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<,05$). 18-24 yaş arası katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşadıkları ekonomik problemlerin 25-30 yaş gurubu arası katılımcılara oranla daha olumsuz olduğu görülmektedir.

Psikolojik problemlerde ise 5 madde açısından 18-24 yaş arası katılımcılar lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<,05$). Buradan hareketle genç bireylerin psikolojik olarak daha beklenti içinde olduğu söylenebilir. Bireysel ve Tesis problemleri boyutlarında da anlamlı farklılıklara rastlanmıştır ($p<,05$).

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yaşadıkları problemler katılımcıların öğrenim durumlarına göre anlamlı farklılık göstermiştir ($p<,05$). Ekonomik ve zaman problemleriyle lisans öğrenim düzeyindeki katılımcıların daha çok yüzleştikleri sonucuna ulaşılmıştır ($p<,05$) (2 maddede). Bireysel problemlerde de ($p<,05$) lisans öğrenim düzeyindeki bireylerin beklentilerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer iki alt başlıkta da öğrenim düzeyinin anlamlı bir şekilde tesis ve psikolojik problemlerle karşılaşma durumunun olduğu sonucu ortaya çıkmıştır ($p<,05$).

6.2. Öneriler

Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin tutumları ve karşılaştıkları problemlerden elde edilen bulgulara göre şu öneriler getirilebilir:

- * Serbest zaman etkinliklerine katılımı cinsiyetler arası karmaşa ve imkân farklılıklarının çözülmesi gerekmektedir. Toplumsal olarak rol ve sorumluluk üstlenen kadınların serbest zaman etkinliklerine daha fazla teşvik edilmesi gerekmektedir.
- * Her yaştan bireylerin katılabileceği ve bir arada vakit geçirebileceği etkinliklerin düzenlenmesi için Gençlik ve Spor Bakanlığı' nın, herkes için spor etkinliklerini artırması ve daha etkili organize etmesi gerekmektedir.

- * Beden Eğitimi ve Spor alanında uzmanlaşmış kişilerin alana istihdam edilerek tesis ve eğitici kaynaklı problemlerin çözümü sağlanmalıdır.
- * Serbest zaman eğitimi eğitim kurumlarında müfredata eklenmeli ve bilinçli bir şekilde yürütülmelidir. Bu konuda üniversitelerin ilgili anabilim dalındaki öğretim elemanları ile görüş birliğine varılmalıdır.
- * Gençlik ve Spor Bakanlığı' nın, toplumun her kesiminin katılacağı etkinlikler düzenlemesi ve bu tür organizasyonları planlayıp yürütebilecek kişileri istihdam etmesi önerilmektedir.
- * Yerel yönetimler bünyesindeki sağlıklı yaşam ve spor merkezleri ile de görüş birliğine varılmalı ve toplumun her kesimine sunulan etkinliklerin kapsam ve içeriği geliştirilmelidir.
- * Serbest zaman etkinliklerine katılımı bireylerin tutum ve davranışlarının önemli rol oynadığı sonucundan hareketle, bu tutum ve davranışların derinlemesine gözlem ve analiz edilmesi anlamında araştırma konusu nitel araştırma yöntemleri ile de çalışılmalıdır.



KAYNAKLAR

- Akdenk, M. (1989). *Türk Sporunun Gelismesinde Spor Federasyonlarının Rolü. Güres Federasyonu Örneği*, Marmara Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 42-66.
- Akten, M. 2003. Isparta İlindeki Bazı Rekreasyon Alanlarının Mevcut Potansiyellerinin Belirlenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, Seri: A 2: 115-132.
- Alexandris, K., Carroll, B. (1997). Demographic Differences in the Perception of Constrains on Recreational Sport Participation: Results From a Study in Greece, *Leisure Studies*, 16, 107-125.
- Alexandris, K., ve Palialia, E. (1999). Measuring customer satisfaction in fitness centers in Greece: An exploratory study. *Managing Leisure*, 4, 218-228.
- Alston, M.A. (2001). Using recreation to prevent violence and drug abuse, *Parks and Recreation*, 36 (3), 80-85.
- Altergoot, K., McCreedy, C.C. (1993). Gender and family status across the life: constraints of five types of leisure. *Losiret Societe/Society and Leisure*, 16(1), 151-180.
- Amiran, B. (1982) *Genel Sosyoloji*, 3. Baskı, Divan Yayınları, İstanbul, 29-35.
- Arun, Ö. (2009). Yaşlı Bireyin Türkiye Serüveni: Türkiye’de Yaşlı Bireyler Arasında Kültürel Sermaye Dağılımı. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2009 8(1), s:77-100.
- Askegaard, M. L. (2000). *The impact of college wellness course on wellness knowledge attitude, and behavior*, The University of North Dakota, basılmamış PhD tezi, 232-245.
- Aslan, L. N., (1994). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi, Öğretmen Yetiştiren Kurumlarda Karşılaştırmalı Bir Araştırma*. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 329 s., İzmir.
- Aslanoğlu A. R., (1996). Globalleşme ve Dünya Kenti, *Toplum ve Bilim*, 69 (2), s.108-127.
- Aydoğan, F. (2000). *Medya ve Serbest Zaman*. İstanbul: Om Yayınları, 122-130.
- Aydoğan, F. (1999). *Modern Dönemde Serbest Zaman ve Medya*. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 217 s., İstanbul.
- Aytaç, Ö. (2006). Tüketimcilik ve Metalaşma Kıskaçında Boş Zaman. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11, s:27-53.
- Balcı, V. ve İlhan, A. (2006). Türkiye’deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 11-18.
- Baş, S., (1994). *Lise Düzeyi Yetiştirme Yurdu Öğrencilerinin Serbest Zaman Uğraşlarının ve Okul Başarılarının Araştırılması*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 44 s., Ankara.
- Bayhan, V. (1997). *Üniversite Gençliğinde Anomi ve Yabancılaşma*. Ankara, Kültür Bakanlığı Yayınları, 126-135.

- Barnett, L.A. ve Klitzing, Z.W. (2006). Boredom in Free Time: Relationships with Personality, Affect, and Motivation for Different Gender, Racial and Ethnic Student Groups, *Leisure Sciences*, 28: 223-244.
- Barrett, C. (1989). *The Philosophy of Leisure. Tom Winniffrith and Cyril Barrett. (Ed.)*. Basingstoke: Macmillan, s:1-8.
- Baykul, Y. (2000). *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme: Klasik Test Teorisi ve Uygulaması*. Ankara: ÖSYM Yayınları, 15-22.
- Brylinsky, J. ve Hoadley, M. (1991). A comparative analysis of wellness attitudes of "suicidal" and "at risk" college students. *Wellness Perspectives*, 7(2), 59-72.
- Bull, C., Hoose, J. ve Weed, M. (2003). *An Introduction to Leisure Studies*. London: Prentice Hall, 125-131.
- Burke, P. (1995). The Invention of Leisure in Early Modern Europe. (Ed). *Past and Present Society*. s: 136-150.
- Burke, E. W., M. A. Alston, (2001). Using recreation to prevent violence and drug abuse. *Parks and Recreation*, 36 (3), 80-85.
- Büyüköztürk, Ş. (2006). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. (6. Baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık, 210-223.
- Cagle, B. (2000). *A survey of status of the life a time wellness course in tennessee*, DA. Middle Tennessee State University, basılmamış PhD tezi, 56-61.
- Cardinal, B. J., K. M. Jacques, S. S. Levy, (2002). Evaluation of a university course aimed at promoting exercise behavior. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 42, (1), 113.
- Ceyhun, S. (2008). Spor tesislerinin rekreatif açıdan kullanımı. *Kastamonu Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi*. 12(1), 325-332.
- Chelladurai, P. (1999). Human resource management in sport and recreation. Champaign: Human Kinetics, 97-110.
- Clark, A. A. ve Hovanitz, C. A. (1989). Dimensions of coping that contribute to psychopathology. *Journal of Clinical Psychology*, 45, 28-36.
- Coalter, F. (Ed.). (1989). *Freedom and Constraint: The Paradoxes of Leisure*. London: Routledge.
- Cramer, S. R., Nieman, D. C. ve Lee, J. W. (1991). The effects of moderate exercise training on psychological well-being and mood state in women. *Journal of Psychosomatic Research*, 35(4-5), 437-449.
- Csikszentmihalyi, M. ve LeFevre, J. (1989). Optimal Experience in Work and Leisure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, s: 815-822.
- Culp, R. H. (1998). "Adolescent Girls and Outdoor Recreation: A Case Study Examining Constraints and Effective Programming." *Journal of Leisure Research*, 30(3), s: 356-379.

- Çamlıyer, H. (1992). *Spor ve Serbest Zaman Eğitimi*, 1. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu, Aralık-1992, İzmir, M.E. Basımevi, Ankara.
- Çelik, K. (2007), Tarım Topraklarının Kentsel Arsa Olarak İmara Açılmasının Getirmiş Olduğu Sorunlar, *11. Türkiye Bilimsel Harita ve Teknik Kurultayı* / 2-6 Nisan 2007.
- Dattilo, J., Dattilo, A.M., Samdahl, D.M., & Kleiber, D.A. (1994). Leisure Orientations and Self-esteem in Women with Low Income Who are Overweight. *Journal of Leisure Research*, 26, s:23-38.
- Demir, C. ve Demir, N. (2007). Bireylerin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılmalarını Etkileyen Faktörler İle Cinsiyet Arasındaki İlişki: Lisans Öğrencilerine Yönelik Bir Uygulama. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 6(1), 36-48.
- Demiray, U. (1987). *Açıköğretim Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zamanları Değerlendirme Eğilimleri, Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme*. Anadolu Üniversitesi Yayınları, 148-152.
- Demirel, Ö. (1999). Çoruh Havzası (Yusufeli Kesimi) Doğal Kaynak Değerlerinin Rekreasyon ve Turizm Potansiyeli Açısından Değerlendirilmesi üzerine Bir Araştırma. *Tr. J. of Agriculture and Forestry*, 23 (5): 1103-1112.
- Dikici, K. (1994). *Adana İli Lise Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Aışkanlıkları*. Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 113 s., Adana.
- Edginton, C.R, Jordan, D.J, De Graaf D.G, Edginton SR. (2002). *Leisure and Life Satisfaction* (3. Basım) Dubuque, IA: McGraw-Hill, 312-350.
- Ekenci, G., İmamoğlu, A. (2002), *Spor İşletmeciliği*, 2. Baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Ekinci, N., Kalkavan, A., Üstün, D. ve Gündüz, B. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Sportif ve Sportif Olmayan Rekreatif Etkinliklere Katılmalarına Engel Olabilecek Unsurların İncelenmesi, *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1),1-13.
- Elliott, T., Marmarosh, C. L. (1994). Problem-solving appraisal, health complaints, and health-related expectancies. *Journal of Counseling & Development*, 72(5), 531-537.
- Erkal, M., Güven, Ö. ve Ayan, D. (1998). *Sosyolojik Açıdan Spor*, Der yayınları, 3. Baskı, İstanbul, 85-89.
- Farr, W. (2008). The effects of video modeling on leisure time activities for learners with severe special needs. Basılmamış Doktora Tezi, *Arizona State University, USA*.
- Featherstone, M. (1998). The Flaneur and the City, *Urban Studies*, 35(5-6): 909-925. Graefe, A. ve Parker, S. (1997). *Recreation and Leisure: An Introductory Handbook*, Venture Publishing, London, 25-38.
- Fernandes, R.A., Freitas Júnior, I.F., Cardoso, J.R., Vaz Ronque, E.R., Loch, M.R., Oliveira, A.R., (2008). Association between regular participation in sports and leisure time behaviors in brazilian adolescents: a cross-sectional study. *BioMed Central Public Health*, 8(32), 1-6.

- Flood, S., & Hellstedt, J. C. (1992). Gender differences in motivation for intercollegiate athletic participation. *Journal of Sport Behavior*, 14(3), 159-168.
- Frederick, C. M., & Ryan, R. M. (1993). Differences in motivation for sport and exercise and their relations with participation and mental health. *Journal of Sport Behavior*, 16(3), 124-147.
- Gömlüksiz, M. N. (2004). Kitap Okuma Alışkanlığına İlişkin Bir Tutum Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14 (2), 185-195.
- Güven, Ö. (2007), Atatürk ve Cumhuriyet Döneminde Beden Eğitimi ve Spor, *Cumhuriyetin İlk Yıllarından Günümüze Dil Kültür ve Eğitim*, Gazi Üniversitesi Yayını: Ankara, 2007, s:633-665.
- Güven, Ö. (2004), Cumhuriyet Dönemi Ankarasında Binicilik, Gazi Koşusu, Atlı Polo ve Futbola Genel Bir Bakış, *Cumhuriyetin 80. Yılında Her Yönüyle Ankara*, Ankara Büyükşehir Belediyesi Başkanlığı: Ankara, 2004, s: 154-164.
- Hall, C.M., ve Page, S.J. (1999). *The Geography of Tourism and Recreation: Environment, Place and Space*. London, and New York: Routledge, 268-290.
- Henderson, K. A., Bialeschki, M. D., Shaw, S. M., and Freysinger, V.J. (1996). *Both Gains and Gaps: Feminist Perspectives on Women's Leisure*. State College, PA: Venture Publishing, Inc, 187-202.
- Henderson, K. A. ve Bialeschki, M. D. (1991). A Sense of Entitlement to Leisure as Constraint and Empowerment for Women. *Leisure Sciences*, 13, s: 51-65.
- Henderson, K.A. (1995). Women's Leisure: More Truth than Facts?. *World Leisure and Recreation*, 37(1), s: 9-13.
- Ho JTS. (1996). Stress, health and leisure satisfaction: The case of teachers. *International Journal of Educational Management*, 10(1), 41-48.
- Howat, G., Murray, D., & Crilley, G. (2009). The relationships between service problems and perceptions of service quality, satisfaction, and behavioral intentions of Australian public sports and leisure center customers'. *Journal of Park and Recreation Administration*, 17, 20. 42-64.
- Huang CY, Carleton B. (2003). The relationships among leisure participation, leisure satisfaction, and life satisfaction of college students in Taiwan. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 1(2),129-132.
- Hudson, S. (2000). "The Segmentation of Potential Tourists: Constraint Differences between Men and Women." *Journal of Travel Research*, 38(4), s: 363-368.
- Hunnicut, B. K. (1988). Work, leisure, and labor supply: An analysis of the 1980 U.S. Census Data. *International Review of Modern Sociology*, 18(1), s: 31-55.
- Iso-Ahola S.E. ve Weissinger E. (1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*, 22(1): 1-17.

- Işık, Ş. (2005). Türkiye'de Kentleşme ve Kentleşme Modelleri, *Ege Coğrafya Dergisi*, 14 (1-2), s. 57-72.
- James, K. (1995). *Ownership of Space: Its Impact on Recreational Participation of Young Women*. Perth, Western Australia: Edith Cowan University, Department of Leisure Sciences.
- Jensen, M. A., Peterson, T. L., Murphy, R. J. ve Emmerling, D. A. (1992). 'Relationship of health behaviors to alcohol and cigarette use by college students. *Journal of College Student Development*, 33(2), 163-170.
- Jensen, J.R. (2006). Outdoor recreation in America. *Parks and Recreation*, Vol. 37, Issue.10, p. 65-70.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1988). *İnsan ve İnsanlar*. İstanbul: Evrim Basın Yayım Dağıtım. 83-104.
- Kara, F. M., Gürbüz, B. Ve Öncü, E. (2014). Leisure Boredom Scale: the Factor Structure and the Demographic Differences. *The Turkish Journal of Sport and Exercise*. 16(2): 28-35.
- Kara, F.M. ve Özdedeoğlu, B. (2015). Serbest Zamanda Sıkılma Algısı ve Boş Zaman Engelleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. 3. *Rekreasyon Araştırmaları Kongresi*, 5-7 Ekim, Eskişehir, Türkiye.
- Karaküçük, S. (1999). *Rekreasyon, Boş zamanları Değerlendirme*, Kavram Kapsam ve Bir Araştırma. Seren Matbaacılık Yayınları, 236-252.
- Kelkit, A., Özel, E. (2004). A Study on Determination of Recreational Demands And Inclinations of City People of Çanakkale. *The International Journal of Urban Labour and Leisure*, 6(1), 362-368.
- Kelly, J.R. (1990). *Leisure*. New Jersey: Prentice Hall. Englewood Clieffs.. s.440.
- Kılıçaslan, Ç. (2008). Ortaca Kenti Rekreasyon Alanlarının Mevcut Durumu ve Muğla Üniversitesi Ortaca Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Rekreasyon Alanlarına Yönelik Beklentileri. *Düzce Üniversitesi Ormancılık Dergisi*, 4 (1-2), 15-19 .
- Kır, İ. (2007). Yüksek Öğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinlikleri: Ksü Örneği. *Kahra Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 307-328.
- Kim, C., & Kim, S. Y. (1998). Segmentation of sport center members in Seoul based on attitudes toward service quality. *Journal of Sport Management*, 12, 273-287.
- Kline, R.B. (2005), *Principles and Practice of Structural Equation Modeling (2nd Edition ed.)*. New York: The Guilford Press. s: 61-67.
- Koçoğlu, F. (1998). *Dünyada ve Türkiye'de sağlık*. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları, No:72.
- Kovacs, A. (2007). The Leisure Personality: Relationships Between Personality. Leisure Satisfaction, And Life Satisfaction. Doctorate Thesis, School of Health. Physical Education and Recreation, Indiana University, s.153.

- Kraus, R. (1971). *Recreation and Leisure in Modern Society*, TACC, Amerika Birleşik Devletleri, 286-320.
- Kunz, J.L. ve Graham, K. (1996). Life Course Changes in Alcohol Consumption in Leisure Activities of Men and Women. *Journal of Drug Issues*, 26, 805-827.
- Kümbetoğlu, B. (2005). *Sosyolojide ve Antropolojide Niteliksel Yöntem ve Araştırma*. Bağlam Yayıncılık, İstanbul.
- Kurum, E. ve Odabaş, A. (1991). Ankara Kenti İçin Bir Rekreasyon Potansiyeli Beynam Ormanı “2000’li Yıllar İçin Ankara Kentinin Açık ve Yeşil Alan Sistemi Ne Olmalıdır?”, *Peyzaj Mimarlığı Dergisi*, 91(2), 65-69.
- Laurier, E. (1999). *That sinking feeling: Elitism, working leisure and yachting*. In D. Crouch (Ed.), *Leisure/tourism geographies: Practices and geographical knowledge*. London: Routledge.
- Llyod, K. M, Auld, C.J. (2002). The roles of leisure in determining quality of life: Issues of content and measurement. *Social Indicators Research*, 57, 43-71.
- Lott, Bernice E. (1967). *Attitude Formation: The Development of a Color-Preference Response Through Mediated Generalization*. In Martin Fishbein (ed). New York: John Willey & Sons Inc. Readings in Attitude Theory and Measurement, 366-373.
- Meehan, M. P., Durlak, J. A. ve Braynt, F. B. (1993). The relationship of social support to perceived control and subjective mental health in adolescents. *Journal of Community Psychology*, 21, 49-55.
- Misra R, McKean M. (2000). College students academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16 (1), 41-51.
- Mc Avoy, L., (2001). Outdoors for Everyone: Opportunities that include people with disabilities. *Parks and Recreation*, 36 (8), 24-36.
- Moccia, F.D. (2000). Planning Time: An Emergent European Practice. *European Planning Studies*, 8 (3), 367-376.
- Morgan, C. F. (1991). *Psikolojiye Giriş*. (9. Baskı). Çev. S. Karakaş ve Ark. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları. (s 363-383)
- Murphy, J. (1997). Concepts of Leisure. (Ed.). *Recreation and Leisure: An Introductory Handbook*. s:11-17.
- Myers, J. E., Sweeney, T. J. ve Witmer, J. M. (2000). The wheel of wellness counseling for wellness: a holistic model for treatment planning. *Journal of Counseling and Development*, 78(3), 251-266.
- Newcomb, T. M. (1978). The acquaintance process: Looking mainly backward. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(10), s:1075-1083.
- Ngai VT. (2005). Leisure satisfaction and quality of life in Macao, China. *Leisure Studies*, 24, 195-207.

- Önder, S. (2003). Selçuk Üniversitesi Öğrencilerinin Rekreatif Etilim ve Taleplerini Belirlenmesi Üzerinde Bir Araştırma, *Selçuk Üniversitesi Ziraat Fakóltesi Dergisi* 17 (32): 31 – 38.
- Önsoy, C., (1984). *Osmaniye İşkenderun Kıyı Kesiminde Ekolojik Planlama İlkelerine Uygun Alan Kullanımının Araştırılması*. Ç.Ü. Fen Bilimleri Enstitüsü, Peyzaj Mimarlığı Anabilim Dalı, Doktora Tezi (Basılmamış), Adana, 236 s.
- Özşaker, M. (2012). Gençlerin Serbest Zaman Aktivitelerine Katılamama Nedenleri Üzerine Bir İnceleme, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(1): 126-131.
- Özdağ, S., Yeniçeri, M., Fiřekçiođlu, İ.B., Akçakoyun F., Kürkçü, R., (2009). Devlet Memurlarının Boş Zaman Değerlendirme Eğilimleri, Antropometrik ve Fiziksel Uygunluk Seviyeleri. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22, 307-323.
- Palombi, B. J. (1991). Psychometric propenies of wellness instrnments. *Journal of Counseling and Development*, 71(2), 221-225.
- Park, S. (2001). A further exploration of the involvement profiles in selected recreational sport activities: Results from a study in Korea. *Sport Marketing Quarterly*, 10(2), 77-82.
- Passmore A., French D., (2001) Development and Administration of a Measure to Assess Adolescents' Participation", *Adolescence*, 36(141) 67-75.
- Pearson MQ. (1998). Job satisfaction, life satisfaction and psychological health, *Career Development Quarterly*, 7(46), 416-426.
- Pehlivan, O., Odabaşı, Y., Suna, N., Karagözođlu, C. (1997) IV. Spor Hekimliđi Kongresi, İzmir.
- Pronovost, G. (2000). The Collapse of the Leisure Society? New Challenges for the Sociology of Leisure, (Ed), *The International Handbook of Sociology*. London: Sage Publications.
- Pulur, A., (2003), Üniversitede Görev Yapan Öğretim Elemanları ve İdari Personellerin Boş Zamanlarının Sporla Değerlendirme Eğilimlerinin Araştırılması (Kırıkkale Üniv. Örneği), *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi Bildiriler Kitabı*, Ankara, Ekim -2003.
- Roberts, K. (1996). Young People, Schools, Sport and Government Policies. *Sport, Education and Society*, 1(1) s: 47–57.
- Rojek, C. (1995). *Decentring Leisure: Rethinking Leisure Theory*, Sage Publication-London, 25-29.
- Rowe, D. (1996). *Popüler Kùltürler Rock ve Sporda Haz Politikası* (1. Baskı). İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 26-32.
- Russell, R.V. (1996). *Pastimes: The Context Of Contemporary Leisure*. Madison: Brown ve Benchmark Publishers.

- Sankır, H. (2001). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Ekonomik Özelliklerine Göre Serbest Zaman Faaliyeti Olarak Sanat Tüketimleri. Hacettepe Üniversitesi Örneği*. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 158 s., Ankara.
- Schrag, K.& Strattman, K. (2009). Free-time literacy activities. *Proceedings of the 5th Annual GRASP Symposium, Communication Sciences and Disorders*. College of Health Professions, Wichita State University, s:156-157.
- Searle, M.S. ve Jackson, E.L. (1995). Socioeconomic Variation in Perceived Barriers to Recreation Participation Among Would be Participants. *Leisure Sciences*, 7, s: 227-249.
- Sessoms, D., (1993). Parks and recreation: Our growing invisible population. *Parks and Recreation*, 27:62-65.
- Sezgin, S. (1987). *Türk Toplumunun Rekreatyon Alışkanlıkları: İstanbul Örneği*. Mimar Sinan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 167 s., İstanbul.
- Shillingford, J. P. ve Mackin, A. S. (1991). Enhancing self-esteem through wellness programs. *The Elementary School Journal*, 91(5), 458-466.
- Siegenthaller KL, O'Dell I. (2000). Leisure attitude, leisure satisfaction and perceived freedom in leisure within family dyads. *Leisure Sciences*, 22, 281-295.
- Sayers, S. (1989). Work, Leisure and Human Needs. (Ed). *The Philosophy of Leisure*. England: Macmillan Press. s:34-54.
- Sellick, J. (2002). Leisure Education: Models and Curriculum. 20 Haziran 2016, http://www.cprs.org/membersonly/LeisureEducation_Models.doc.
- Süzer, M. (1997). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal ve Ekonomik Özelliklerine Göre Boş Zamanlarını Değerlendirme Biçimleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tabachnick, B. G. Ve Fidel, L. S. (2011), *Using Multivariate Statics (Sixth Edition)*. MA:Allyn & Bacon Inc. s: 79-98.
- Tatlıdil, E. (2009), Kent ve Kentli Kimliği; İzmir Örneği, *Ege Akademik Bakış / Ege Academic Review*, 9 (1) 2009: 319-336.
- Tel, M. ve Köksalan, B. (2008). Öğretim Üyelerinin Spor Etkinliklerinin Sosyolojik Olarak İncelenmesi (Doğu Anadolu Örneği). *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 261-278.
- Terzioğlu, A. ve Yazıcı, M. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Anlayış ve Alışkanlıkları (Atatürk Üniversitesi Örneği), *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 1-31.
- Tolukan, E. (2010). Özel Yetenekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreatyonel Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*.
- Tordkilsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. 5. Baskı. EveFN Spon. London. New York. Tokyo. Melbourne. Madras.

- Trembath, E. M., Szabo, A. ve Baxter, M. J. (2002). Participation motives in leisure center physical activities. *The Online Journal of Sport Psychology*, 4(3).
- Trenberth L, Dewe P, Walkey F. (1999). Leisure and its role as a strategy for coping with work stress. *International Journal of Stress Management*, 6(2), 89- 103.
- Tucker, D.A. (2001). Workaholism: The antithesis of leisure. . Basılmamış Doktora Tezi, *University of Illinois at Urbana, Michigan- Champaign, USA*.
- Tuncay, S. (2000). Türkiye’de Gençlik Sorunlarının Psikolojik Boyutu. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 244 -251.
- Tunçkol, H.M. ve Çumralıgil, B.(2005). Selçuk Üniversitesindeki Akademik Personelin Rekreatyon Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(4), 45-51.
- Uzun, G., M. F. Altunkasa, (1991). *Rekreasyonel Planlamada Arz ve Talep*. Ç.Ü. Ziraat Fakültesi Genel Yayın No: 6, Yardımcı Ders Kitapları Yayın No: 1, Adana.
- Warren, K. (1990). *Women's outdoor adventures*. In Miles, J. C., and Priest, S. (Eds.), State College, PA: Venture.Adventure education, s: 411-417.
- Wells, M., T. Merriman, (2002). The outdoors and the classroom. *Parks and Recreation*, 37 (3), 94-100.
- Witmer, J.M. ve Sweeney, T. J. (1992). A holistic model for wellness and prevention over life span. *Journal Of Counseling & Development*, 71, (2),140-148.
- Wynne D. and O’Connor, J., (1998). “Consumption and the Postmodern City”, *Urban Studies*, 35(5-6): 841-864
- Veal, A.J. (1992). Definitions of Leisure and Recreation. *Australian Journal of Leisure and Recreation*, 2 (4), s: 44.
- Vong Tze N. (2005). Leisure satisfaction and quality of life in Macao, China. *Leisure Studies*, 24 (2), 195-207.
- Yetiş, Ü. (2008). Kamu Kuruluşlarında çalışan Devlet Memurlarının Boş zaman Faaliyetlerini Değerlendirme Alışkanlıkları (Tugsaş Örneği). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(2), 34-45.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2005). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınları.
- Yılmaz, S. (2004). Serçeme Vadisinin Rekreasyonel Kullanım Potansiyelinin Belirlenmesi. *Ekoloji Dergisi*, 13 (51): 1-6.
- Yılmaz, O., Kurum, E., Akpınar, N. (1996). Ankara Metropolitan Kent Halkının Rekreasyonel Eğilimleri Ve Kent Yakın Çevresi Açık-Yeşil Alanları İle İlişkileri. *Çevre Planlama ve Tasarımına Bütüncül Yaklaşım Sempozyumu*, Ankara.
- Yörükoğlu A. (1994). *Çocuk Ruh Sağlığı*, Acar Matbaacılık, Ankara, 122-130.

- Zeijl, E., Y. Poel, M. Bois-Reymond, J. Ravesloot, (2000). The role of parents and peers in the leisure activities of young adolescents. *Journal of Leisure Research*, 32 (4,) 281-302.
- Zerzan, J. (2004). *Gelecekteki İlkel* (Cemal Atilla, Çev.). İstanbul: Kaos Yayınları, 15-19.
- Zorba, E. (1990). Endüstride Verimlilik Açısından Spor Tesislerinin Planlanması, *Amatör Spor Dergisi*, Sayı:38, Ankara.





EKLER

EK-1 Etik Komisyon Raporu

Evrak Tarih ve Sayısı: 18/11/2016-E.138906



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Etik Komisyonu



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

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 18/10/2016 tarihli ve 14574941-100- 122994 sayılı yazısı.

İlgi yazınızla göndermiş olduğunuz, Enstitünüz Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Öğrencisi Murat UYGURTAŞ'ın, Prof.Dr.Özbay GÜVEN'in danışmanlığında yürüttüğü "*Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları ve Karşılaştıkları Problemler: Ankara İli Örneği*" adlı tez çalışması ile ilgili konu Komisyonumuzun 11.11.2016 tarih ve 13 sayılı toplantısında görüşülmüş olup,

İlgilinin çalışmasının yapılmasında etik açıdan bir sakınca bulunmadığına oybirliği ile karar verilmiş ve karara ilişkin imza listesi ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Mustafa Necmi ULHAN
Komisyon Başkan Yardımcısı

Ek:1 Liste
DAĞITIM
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne
Genel Sekreterliğe » Öğrenci İşleri Daire
Başkanlığına

Ankara
Tel:0 (312) 202 20 57 Faks:0 (312) 202 20 63
E-temat Adresi: etik@etik.komisyon.gazi.edu.tr

Bilgi için: Mustafa Özkan
Genel Evrak Sorumlusu
Telefon No: 202 20 57

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK-2 Kişisel Bilgi Formu

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor anabilim dalında lisansüstü eğitim yapmakta olan bir araştırmacı tarafından yürütülmektedir. Çalışmanın amacı, sağlıklı yaşam merkezlerine üye olan bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımlarına yönelik tutumların ölçülmesi ve karşılaşılan problemlerin belirlenmesi amacıyla hazırlanmıştır. Ölçek sonuçları sadece tutumların ölçülmesi ve problemlerin belirlenmesi amacıyla kullanılacak, kişisel amaçlar için ölçek sonuçlarından yararlanılmayacaktır.

Bu amaçla geliştirilmiş olan veri toplama aracı üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde kişisel bilgiler, ikinci bölümde serbest zaman etkinliklerine katılımı tutum ölçeği ve üçüncü bölümde ise serbest zaman etkinliklerine katılımı problem anketi yer almaktadır.

Çalışmanın gerçeğe yakın sonuçlar yansıtabilmesi için, lütfen ifadeleri dikkatli bir şekilde okuyunuz ve kişisel düşüncelerinizi içtenlikle belirtiniz.

Teşekkürler...

Araştırmacı: Arş. Gör. Murat UYGURTAŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

1- Cinsiyetiniz:

() Kadın

() Erkek

2- Yaşınız:

3- Öğrenim durumunuz:

İlkokul ()

Ortaokul ()

Lise () Lisans ()

Lisansüstü ()

4- Annenizin Öğrenim Durumu

İlkokul ()

Ortaokul ()

Lise () Lisans ()

Lisansüstü ()

5- Babanızın Öğrenim Durumu

İlkokul ()

Ortaokul ()

Lise () Lisans ()

Lisansüstü ()

6- Mesleğiniz:

Kamu Sektörü ()

Özel Sektör ()

Serbest Meslek ()

Emekli ()

Ev Hanımı ()

Diğer:

7- Çalıştığınız işyerinde ne kadar zamandır çalışıyorsunuz?

1 Yıl ve Daha Az ()

2-4 Yıl ()

5-7 Yıl ()

8 Yıl ve Üzeri ()

8- Hangi semtte oturuyorsunuz?.....

9- Medeni haliniz:

Evli ()

Bekar ()

10- Ortalama aylık kişisel geliriniz?

EK-3. Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği (SZEKTÖ) *

<i>Sayın katılımcı; Bu ölçek bireylerin serbest zamanlarında katıldıkları etkinliklere yönelik tutumlarını ölçmeye yarayan bir araçtır. Her bir ifadeyi dikkatli bir şekilde okuduktan sonra, buna hangi derece katıldığınızı ya da katılmadığınızı, ifadenin sağındaki kutucuklara (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen her ifadeyi sadece bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış ifade olmamasına özen gösteriniz.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1- Serbest zaman etkinlikleri sonrasında kendimi iyi hissedirim.					
2- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde insanlarla rahatça iletişim kurabilirim.					
3- Serbest zaman etkinliklerine katılarak stresimi azaltırım.					
4- Serbest zaman etkinlikleri sayesinde çalışma hayatımda başarılı olduğumu hissedirim.					
5- Serbest zaman etkinlikleri sırasında kendime daha çok güvenirim.					
6- Serbest zaman etkinlikleri kişinin kendisini zinde hissettirir.					
7- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin sağladığı sosyalleşmenin kişiler arası iletişime olumlu katkısı vardır.					
8- Serbest zaman etkinliklerinin iş ilişkilerimde olumlu etkisi olduğunu düşünürüm.					
9- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde farklı etkinliklerin sunulması, serbest zaman etkinliklerine ayırdığım zamanı artırmamı sağlar.					
10- Serbest zaman etkinlikleri sayesinde işyerinde sorunları çözme konusunda kendimi güçlü hissedirim.					
11- Serbest zaman etkinlikleri sayesinde kişinin dışarıdaki hayatında yaratıcılığı gelişir.					
12- Serbest zaman etkinlikleri bireyin hayatıyla ilgili kararlarda özgür hissetmesini sağlar.					
13- Serbest zaman etkinliklerinin sağladığı fiziksel sağlık sayesinde kendimi mutlu hissedirim.					
14- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında kendimi rahatça ifade edebilirim.					
15- Kişiler, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki her bir etkinliğe katılmak için çaba sarf ederler.					
16- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde işyerinin yoğun temposundan kurtulurum.					
17- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde, çalışma hayatımda kendimi rahat hissedirim.					
18- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında irademe göre davranmak, kendime olan güvenimi artırır.					
19- Serbest zaman etkinlikleri sonrasında grup içindeki bilgi paylaşımı insanın kendisini güzel hissettirir.					
20- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında hayatıma yön veren insanlarla karşılaşırım.					
21- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerine gönüllü olarak gelmek özgüven duygusunu artırır.					
22- Serbest zaman etkinlikleri sayesinde, etkinliklere katılan diğer insanlara örnek olma amacını benimserim.					
23- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde sporcu olabileceğimi hissedirim.					
24- Serbest zaman etkinlikleri kişisel hayattaki beklentilerin artmasını sağlar.					
25- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde etrafımdaki insanların sosyal hayatına katkı sağlarım.					
26- Serbest zaman etkinlikleri spor merkezi dışında da fırsatları kolaylıkla değerlendirmemi sağlar.					
27- Devletin spor politikalarının yararlı olup olmadığını, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde görmek mümkündür.					
28- Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin günün herhangi bir saatinde olması motivasyonumu artırır.					

* Bu veri toplama aracı, araştırmacının yazılı izni olmadan kullanılamaz.

EK-4. Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi (SZEKPA) *

<i>Sayın katılımcı; Bu ölçek bireylerin serbest zamanlarında katıldıkları etkinliklere katılımlarında karşılaştıkları problemleri ölçmeye yarayan bir araçtır. Her bir ifadeyi dikkatli bir şekilde okuduktan sonra, buna hangi derece katıldığınızı ya da katılmadığınızı, ifadenin sağındaki kutucuklara (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen her ifadeyi sadece bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış ifade olmamasına özen gösteriniz.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Serbest zaman etkinliklerine katılmak için yeterli zaman bulmakta zorlanırım.			
2. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin beni baskıladığını düşünürüm.			
3. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde kontrolümü kaybettiğimi düşünürüm.			
4. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerden sonra kendime zaman ayıramam.			
5. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde bulunmak beni ekonomik olarak zorlar.			
6. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler dışında, yaz veya kış kamplarına zaman ayıramam.			
7. Sağlıklı yaşam ve spor merkezleri dışında düzenlenen gezi/kamp gibi etkinliklere katılmakta ekonomik açıdan zorlanırım.			
8. Serbest zaman etkinliklerine katılmamdan dolayı evdeki sorumluluklarıma zaman ayıramamak beni endişelendirir.			
9. Çocuk sahibi olmanın sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılımda engel oluşturduğunu düşünürüm.			
10. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin grup farklılıklarını göz ardı ettiklerini düşünürüm.			
11. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin daha verimli olması gerektiğine inanırım.			
12. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi yetersiz hissederim.			
13. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki karşılıklı etkinliklerde gereksiz hırsa kapıldığımı düşünürüm.			
14. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, fiziksel olarak bazı etkinliklere katılmaya çekinirim.			
15. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki grup etkinliklerinin beni olumsuz etkilediğini düşünürüm.			
16. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlik çeşitliliğini yetersiz bulurum.			
17. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin sağlık problemlerinde olumlu etkisini hissetmem.			
18. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılımda, ulaşım kaynaklı zaman problemi yaşıyorum.			
19. Serbest zaman etkinlikleri sonrasında işyerinde kendimi uyuklarken bulurum.			
20. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerden sonra okulda/işyerinde uyum problemleri yaşıyorum.			
21. Serbest zaman etkinliklerine katıldığımda bedensel açıdan zorlandığımı hissederim.			
22. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılmak için kendimi ikna etmeye çalıştığım olur.			
23. Serbest zaman etkinliklerin bazılarını sıkıldığım için katılmadığım olur.			
24. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin olumlu etkisini görmediğim için etkinliklere katılmam.			
25. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde, eğiticilerin beni aşağıladığını düşünürüm.			
26. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde yalnız kaldığımı hissederim.			
27. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde sporun sosyalleşme amacını hissetmem.			
28. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin kapalı alanlarda olması beni olumsuz etkiler.			

* Bu veri toplama aracı, araştırmacının yazılı izni olmadan kullanılamaz.

EK-4. (devam) Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi (SZEKPA) *

<i>Açıklama; Her bir ifadeyi dikkatli bir şekilde okuduktan sonra, buna hangi derece katıldığınızı ya da katılmadığınızı, ifadenin sağındaki kutucuklara (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen her ifadeyi sadece bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış ifade olmamasına özen gösteriniz.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
29. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde sunulan hizmetlerin beni tatmin etmediğini hissedirim.			
30. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde eğiticilerin benden kapasitemin üstünde performans beklemesi beni olumsuz etkiler.			
31. Serbest zaman etkinliklerinin işyerindeki performansımı düşürmesi, etkinliklere katılmamı engeller.			
32. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki uzun süreli etkinliklerde heyecanımı kaybettiğim olur.			
33. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere fazla kişi katıldığında, temiz bir çevre için önlemler alınmaması beni olumsuz etkiler.			
34. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere maddi olanaklardan dolayı ailemle birlikte katılamam.			
35. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerine katılan kişilerde, etkinliklerden kazanım amacının farklılaştığını düşünürüm.			
36. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında kişilerin başkalarını seyretmesi beni rahatsız eder.			
37. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde cinsiyete özel etkinlikler sunulmaması beni kısıtlar.			
38. Serbest zaman etkinliklerinde, eğiticilerin farklı beceri düzeylerine göre etkinlik yürütmemesi beni rahatsız eder.			
39. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, çalışma saatlerime göre alternatif programların olmamasının katılım konusunda beni kısıtladığını düşünürüm.			
40. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki eğlenceli etkinliklerde kültür farklılığının göz ardı edilmesinin, beni rahatsız ettiğini hissedirim.			
41. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde daha önce egzersiz tecrübemin olmaması katılımımı etkiler.			
42. Öğrenim düzeyinin sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere katılımı etkisi olduğunu düşünürüm.			
43. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerde çok fazla teknoloji kullanılmaması gerektiğini düşünürüm.			
44. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde, bedensel etkinlikler dışında programların düzenlenmemesinin etkinliklere düzenli katılımımı etkilediğini düşünürüm.			

* Bu veri toplama aracı, araştırmacının yazılı izni olmadan kullanılamaz.

EK-5 Ankara İli Spor ve Sağlıklı Yaşam Merkezlerinin İlçelere Göre Dağılımı

- 1- Altındağ** (E:389 , K:385)
- a- Ekin Spor Merkezi (E:68 , K: 27)
 - b- B-Fit Spor Merkezi (E:- , K: 52)
 - c- Anıl Sports Center (E: 84 , K: 25)
 - d- Diva Sports Center (E: 61 , K: 50)
 - e- Shapes for Woman (E: , K: 88)
 - f- Etkin Spor Merkezi (E: 74, K: 42)
 - g- İkra Spor Kulübü (E: 29 , K: 52)
 - h- Uçar Gençlik ve Spor Kulübü (E: 73 , K: 49)
- 2- Çankaya** (E: 2519 , K: 2491)
- a- Sports International (E: 490 , K: 524)
 - b- Base Life Club (E: 320 , K: 250)
 - c- Dior Gym (E: 122 , K: 88)
 - d- Before After Sağlıklı Yaşam ve Pilates (E: - , K: 85)
 - e- Oranium Sports Club (E: 125 , K: 110)
 - f- Vamos Sports Complex (E: 450 , K: 390)
 - g- Ankyra Sports Club (E: 340 , K: 360)
 - h- Babor Sağlıklı Yaşam Merkezi (E: 95 , K: 67)
 - i- Sporty Spor ve Sağlıklı Yaşam Merkezi (E: 55 , K: 85)
 - j- Pelops Sports Club (E: 65 , K: 45)
 - k- Bobb Fitness (E: 50 , K: 25)
 - l- Wolt Sports Club (E: 70 , K: 50)
 - m- Bob Fitness Personel Training (E: 85 , K: 50)
 - n- Prana SPA – Fitness (E: - , K: 125)
 - o- Kızılay Spor Salonu (E: 125 , K: 110)
 - p- Re Born Sports Club (E: 89 , K: -)
 - q- Fit Point Personel Training (E: 75 , K: -)
 - r- CSR Sports Center (E: 85 , K: -)
 - s- SOS Beauty&Form (E: - , K: 220)
 - t- Alptekin Spor Merkezi (E: 78 , K: 52)

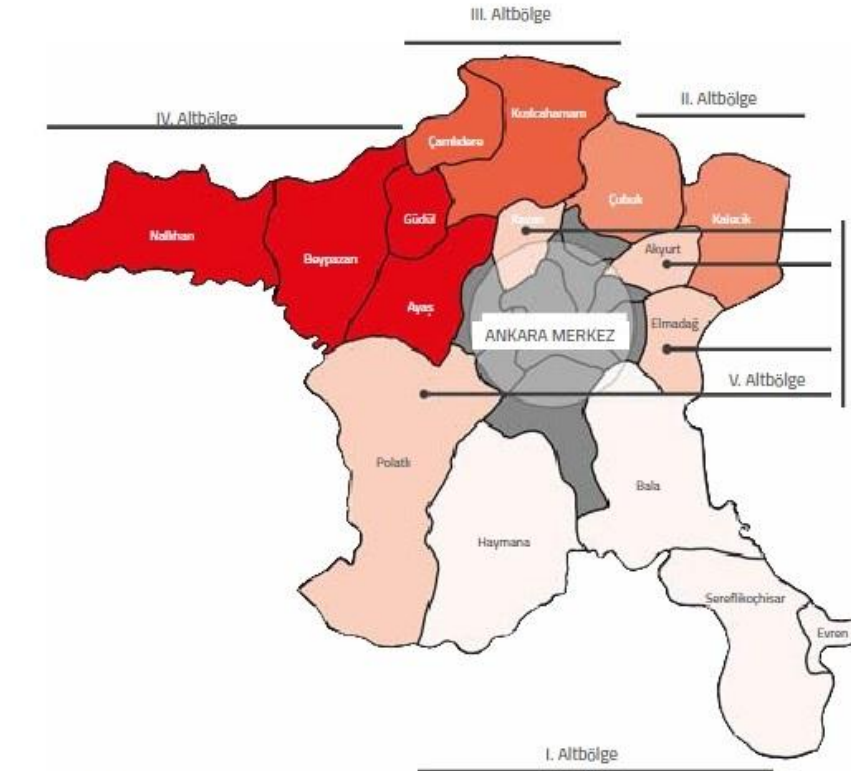
EK-5. (devam) Ankara İli Spor ve Sağlıklı Yaşam Merkezlerinin İlçelere Göre Dağılımı

- 3- Etimesgut** (E: 756 , K: 701)
- a- Dolphin Sağlıklı Yaşam Kulübü (E: 115 , K: 97)
 - b- Koryo Spor Merkezi (E: 46 , K: 49)
 - c- Shapes for Women (E: - , K: 115)
 - d- Smart Spor Merkezi (E: 120 , K: 45)
 - e- Elvankent Spor Merkezi (E: 110 , K: 75)
 - f- Shapes for Woman (E: - , K: 120)
 - g- Özgür Çelik Spor Merkezi (E: 85 , K: 45)
 - h- Axe Capoiara Spor Merkezi (E: 120 , K: 130)
 - i- Atik Spor Merkezi (E: 85 , K: 25)
 - j- Bulut Spor Merkezi (E: 75 , K: -)
- 4- Gölbaşı** (E: 470 , K: 685)
- a- Collesium Spor Merkezi (E: 95 , K: 80)
 - b- B-Fit Sağlık ve Spor Merkezi (E: , K: 110)
 - c- Shapes for Woman (E: , K: 125)
 - d- B-fit Spor Merkezi (E: , K: 85)
 - e- Metsan Spor Kulübü (E: 150 , K: 115)
 - f- On Sports Club (E: 95 , K: 80)
 - g- Flaş Sports Center (E: 45 , K: 65)
 - h- Akoden Aikido (E: 85 , K: 25)
- 5- Keçiören** (E:748 , K: 721)
- a- N Fit Body Fitness (E: 125 , K: 145)
 - b- Etkin Spor Powerlifting (E: 68 , K: 50)
 - c- B Fit for Women (E: , K: 105)
 - d- Shapes for Woman (E: , K: 180)
 - e- Etkin Spor (E: 95 , K: 56)
 - f- Club One Sport & Health (E: 105 , K: 100)
 - g- Taipen Spor Merkezi (E: 75 , K: 20)
 - h- Body Style Spor Merkezi (E: 75 , K: 25)
 - i- Fetih Spor Akademisi (E: 105 , K: 40)

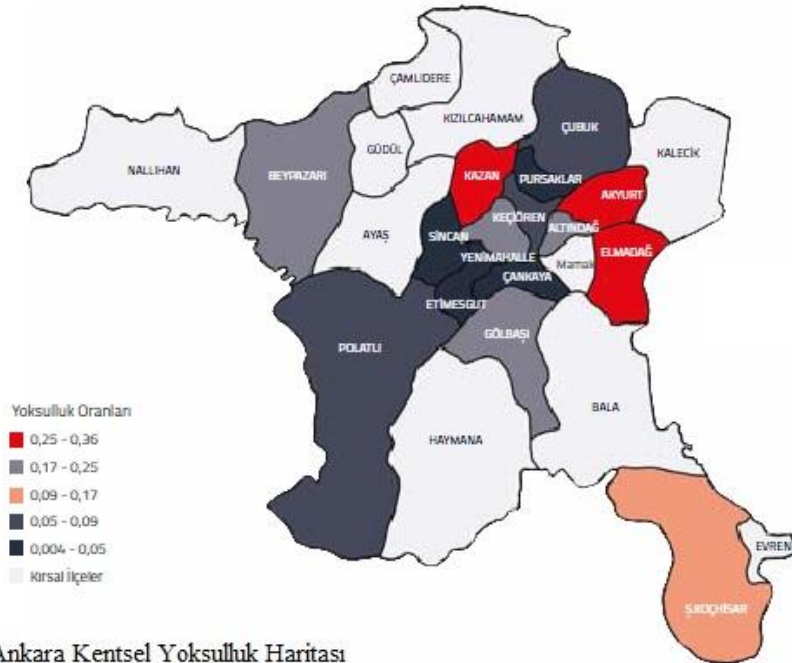
EK-5 (devam) Ankara İli Spor ve Sağlıklı Yaşam Merkezlerinin İlçelere Göre Dağılımı

- 6- Mamak** (E: 528 , K: 442)
- a- Olympic Sport Club (E: 85 , K: 65)
 - b- Pozitif Spor Kulübü (E: 125 , K: 110)
 - c- Anıl Sports Center (E: 108 , K: 65)
 - d- Shapes for Woman (E: , K: 120)
 - e- Taekwondo-Pilates Spor Salonu (E: 115 , K: 60)
 - f- Korya Spor Salonu (E: 95 , K: 22)
- 7- Sincan** (E: 655 , K: 530)
- a- Ayaz Fitness Salonu (E: 205 , K: 100)
 - b- Bfit Spor Merkezi (E: , K: 145)
 - c- Clubone Spor Merkezi (E: 100 , K: 50)
 - d- İmparator Spor Kulübü (E: 95 , K: 25)
 - e- Altıneldivenler Spor Kulübü (E: 125 , K: 65)
 - f- Sayokan Spor Merkezi (E: 55 , K: 50)
 - g- Özdemir Spor Kulübü (E: 75 , K: 95)
- 8- Yenimahalle** (E: 2338 , K:2277)
- a- Grenada Life Personal Training Beauty (E: 325 , K: 285)
 - b- Sportif Yaşam Kulübü (E: 225 , K: 230)
 - c- A Plus Spor Merkezi (E: 110 , K: 65)
 - d- Atlantis Sports Center (E: 220 , K: 240)
 - e- Delos Sports&Squash Club (E: 245 , K: 325)
 - f- Park Life Club (E: 280 , K: 175)
 - g- Sports A Life Club (E: 125 , K: 225)
 - h- Fitness Park (E: 160 , K: 190)
 - i- Andora Sağlıklı Yaşam Merkezi (E: 85 , K: 110)
 - j- Power Line Spor Merkezi (E: 115 , K: 80)
 - k- Maksimum Spor Merkezi (E: 90 , K: 55)
 - l- Sport X Body Building (E: 175 , K: 85)
 - m- Studyo Exercise (E: 75 , K: 115)
 - n- Life Motion Personel Training (E: 108 , K: 97)

EK-6 Ankara 2014-2023 Kalkınma Planı



Ankara Alt Bölgelere Göre Dağılımı



Ankara Kentsel Yoksulluk Haritası

Taş' ın (2012) verilerinden hareketle Ankara Kalkınma Ajansı “Ankara Bölge Planı: 2014-2023” raporundan alıntılanmıştır.

EK-7 Çalışmanın Uygulandığı Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezleri

Çankaya

- **Vamos Sports Complex:** Muhsin Yazıcıoğlu Cad. No: 49 100. Yıl
- **Ankyra Sports Club:** Ceyhun Atıf Karsu Cd. No:100/28-29 Balgat
- **Pelops Sports Club:** Çetin Emeç Bulvarı 1238. Cadde No:16 Yukarı Öveçler
- **Sporty Spor ve Sağlıklı Yaşam Merkezi:** Harbiye Mh., Hürriyet Caddesi No:57-1A
- **Oranium Sports Club:** Ferit Recai Ertuğrul Cad. 2/D Oran Sitesi
- **Sports International:** İhsan Doğramacı Bulvarı No:1 Bilkent

Yenimahalle

- **Life Motion Personel Training:** Alacaatlı Cad. Anchor AVM No:18 A-Blok/5, Çayyolu
- **Grenada Life Personal Training Beauty:** Eko Sağlıklı Yaşam Spor Eğitim ve Güzellik Hiz. Dış Ticaret Ltd. Şti 1943 Cadde (Eski 1. Cadde) No:22
- **Sportif Yaşam Kulübü:** Eskişehir Yolu Prestij Kontları 364/1 Ümitköy,
- **Atlantis Sports Center:** Atlantis AVM Batıkent
- **MAC Fit Armada:** Söğütözü Mah. Eskişehir Yolu No:6
- **Sports A Life Club:** Yaşamkent, 3222. Cadde 57/7, Çayyolu
- **Fitness Park:** Prof. Dr. Ahmet Taner Kışlalı, 2865. Sk. No:28

Keçiören

- **N Fit Body Fitness:** Aşık Veysel Cd. No: 45 Atapark.
- **Fetih Spor Akademisi:** Pınarbaşı Mah. Ark Cad. No: 17

Etimesgut

- **Koryo Spor Merkezi:** Yaşamkent Mah. 3207. Cad. No:95
- **Dolphin Sağlıklı Yaşam Kulübü:** Eryaman Evleri, Dolphin AVM Eryaman.

EK-8. Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği Taslağı

<i>Açıklama; Her bir ifadeyi dikkatli bir şekilde okuduktan sonra, buna hangi derece katıldığınızı ya da katılmadığınızı, ifadenin sağındaki kutucuklara (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen her ifadeyi sadece bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış ifade olmamasına özen gösteriniz.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Serbest zaman etkinlikleri sonrasında kendimi iyi hissedirim.					
2. Serbest zaman etkinliklerinde kendimi ifade etme şansı bulurum.					
3. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde insanlarla rahatça iletişim kurabilirim.					
4. Serbest zaman etkinliklerinin sağlık için yararlıdır.					
5. Serbest zaman etkinliklerine katılarak stresimi azaltırım.					
6. Serbest zaman etkinlikleri sayesinde çalışma hayatımda başarılı olduğumu hissedirim.					
7. Bireyler, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde bulunarak diğer sorumluluklarından kaçarlar.					
8. Serbest zaman etkinlikleri sırasında kendime daha çok güvenirim.					
9. Serbest zaman etkinlikleri kişinin kendisini zinde hissettirir.					
10. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinin sağladığı sosyalleşmenin kişiler arası iletişime olumlu katkısı vardır.					
11. Serbest zaman etkinliklerine katılırken çalışma saatlerimin süresinin kısaldığını hissedirim.					
12. Serbest zaman etkinliklerine katılmak için heyecan hissedirim.					
13. Serbest zaman etkinliklerinin iş ilişkilerimde olumlu etkisi olduğunu düşünürüm.					
14. Açık havada serbest zaman etkinliklerinin yapılması, üye olduğum sağlıklı yaşam ve spor merkezine olan bağlılığı artırır.					
15. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde farklı etkinliklerin sunulması, serbest zaman etkinliklerine ayırdığım zamanı artırmamı sağlar.					
16. Serbest zaman etkinlikleri sayesinde işyerinde sorunları çözme konusunda kendimi güçlü hissedirim.					
17. Serbest zaman etkinlikleri sayesinde kişinin dışarıdaki hayatında yaratıcılığı gelişir.					
18. Serbest zaman etkinlikleri bireyin hayatıyla ilgili kararlarda özgür hissetmesini sağlar.					
19. Serbest zaman etkinliklerinin sağladığı fiziksel sağlık sayesinde kendimi mutlu hissedirim.					
20. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında kendimi rahatça ifade edebilirim.					
21. Kişiler, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki her bir etkinliğe katılmak için çaba sarf ederler.					
22. Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde işyerinin yoğun temposundan kurtulurum.					

EK-8. (devam) Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği Taslağı

Açıklama; Her bir ifadeyi dikkatli bir şekilde okuduktan sonra, buna hangi derece katıldığınızı ya da katılmadığınızı, ifadenin sağındaki kutucuklara (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen her ifadeyi sadece bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış ifade olmamasına özen gösteriniz.		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
23.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde, çalışma hayatımda rahat davranırım.					
24.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında irademe göre davranmak, kendime olan güvenimi artırır.					
25.	Serbest zaman etkinlikleri sayesinde arkadaşlarım arasında kendimi ayrıcalıklı hissederim.					
26.	Serbest zaman etkinlikleri sonrasında grup içindeki bilgi paylaşımı insanın kendisini güzel hissettirir.					
27.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sırasında hayatıma yön veren insanlarla karşılaşırım.					
28.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerine gönüllü olarak gelmek özgüven duygusunu artırır.					
29.	Serbest zaman etkinlikleri sırasında, etkinliklere katılan diğer insanlara örnek olurum.					
30.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklere tesisin kalabalık olduğu zamanlarda katılırım.					
31.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde sporcu olabileceğimi hissederim.					
32.	Serbest zaman etkinlikleri kişisel hayattaki beklentilerin artmasını sağlar.					
33.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinlikler sayesinde etrafımdaki insanların sosyal hayatına katkı sağlarım.					
34.	Serbest zaman etkinliklerine katılarak spor merkezi dışında da fırsatları kolaylıkla değerlendiririm.					
35.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde kullanılan teknoloji, beni daha fazla çeker.					
36.	Devletin spor politikalarının yararlı olup olmadığını, sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde görmek mümkündür.					
37.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerinde tıbbi yardım alabilme imkânı, etkinlikler sırasında beni rahatlatır.					
38.	Sağlıklı yaşam ve spor merkezlerindeki etkinliklerin günün herhangi bir saatinde katılabilirim.					

EK-9 Bireysel Görüşme Formu

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor anabilim dalında lisansüstü eğitim yapmakta olan bir araştırmacı tarafından yürütülmektedir. Çalışmanın amacı, sağlıklı yaşam merkezlerine üye olan bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerinin ve etkinlikler sonrası kazanımlarının belirlenmesi, buna bağlı olarak da sağlıklı yaşam merkezlerinde düzenlenen etkinliklerin toplumsal sonuçlarının ortaya çıkarılmasıdır.

Bu amaçla geliştirilmiş olan anket iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde kişisel bilgiler, ikinci bölümde ise serbest zaman etkinlikleri ile ilgili sorular yer almaktadır.

Çalışmanın gerçeğe yakın sonuçlar yansıtabilmesi için, lütfen ankette yer alan ifadeleri dikkatli bir şekilde okuyunuz ve kişisel düşüncelerinizi içtenlikle belirtiniz.

Teşekkürler...

Araştırmacılar: Arş. Gör. Murat UYGURTAŞ

BÖLÜM I

KİŞİSEL BİLGİLER

1- Cinsiyet:

() Kadın () Erkek

2- Doğum tarihi ve yeri:.....

3- Öğrenim durumu:

İlköğretim () Ortaöğretim () Lisans () Lisansüstü ()

4- Anne Öğrenim Durumu

İlköğretim () Ortaöğretim () Lisans () Lisansüstü ()

5- Baba Öğrenim Durumu

İlköğretim () Ortaöğretim () Lisans () Lisansüstü ()

6- Mesleği:

7- Çalıştığı kurumda statüsü:.....

EK-9. (devam) Bireysel Görüşme Formu**8-** Ne kadar zamandır çalışıyor?

1 yıldan az () 1-3 yıl () 4-6 yıl () 7 yıl ve üzeri ()

9- Hangi semtte oturuyor?.....**10-** Medeni hali:

Evli () Bekar () İlişki ()

11- Kiminle birlikte yaşıyor/oturuyor?

Aile () Yalnız () Arkadaşlar () Yurt, otel vs. ()

12- Aylık geliri?**13-** Gelirinin hepsini kendisi için mi harcıyor?.....

Aile () Kendisi () Birikim ()

14- Aile Ankara'ya bir yerden mi göç etmiş?.....**BÖLÜM II****SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİ İLE İLGİLİ SORULAR****15-** Serbest zaman faaliyetlerine yeterince katılabiliyor musunuz?.....**16-** Günde kaç saat çalışıyorsunuz?.....**17-** Serbest zaman faaliyetlerine günlük / haftalık ne kadar zaman ayırıyorsunuz?.....**18-** Serbest zaman faaliyetlerini sağlıklı yaşam merkezlerinde tercih etme nedenleriniz nelerdir?..........
.....**19-** Sağlıklı yaşam merkezlerindeki serbest zaman faaliyetlerine kimlerle katılıyorsunuz?

Grup ya da bireysel etkinlikler

.....

20- Hangi etkinlikleri daha çok tercih ediyorsunuz?.....**Sanatsal** (sinema, edebiyat, tiyatro, müzik, resim, fotoğraf, vb.)

EK-9. (devam) Bireysel Görüşme Formu

Entellektüel (kitap, konferanslar, radyo, TV,vb.)

Sosyal (aile, partiler, toplantılar, vb.)

Hobi (bahçecilik, el sanatları, el işleri, vb.)

Fiziki (spor, yürüyüş, avcılık, balıkçılık, vb.)

21- Serbest zaman etkinliklerine katıldıktan sonra üzerinizde ne gibi etkiler kaldığını hissediyorsunuz?.....

Dinlendirici ()

Eğlenceli ()

Mutluluk verici ()

Eğitici ()

Stres Azalıyor ()

Sağlıklı ()

.....
.....

22- Bu etkinliklerin çalışma yaşamında ne gibi olumlu etkilerini hissediyorsunuz?.....

.....

23- Bu tür etkinliklere katılmak için daha fazla serbest zamana sahip olmak ister misiniz?.....

24- Daha fazla serbest zamanınız olsaydı hangi etkinlikleri / nerelerde yapmak isterdiniz?.....

25- Etkinliklerde bireysel mi grup aktivitelerini seçersiniz? Neden?.....

.....

26- Serbest zamanlarda yeniden çalışma hayatı için hissedilen şey nedir?

.....

.....

EK-9. (devam) Bireysel Görüşme Formu

27- Daha uzun süreli serbest zamanlarınızda nasıl etkinliklere katılıyorsunuz? Neden?
(Tatil, sendika, politika, bireysel gelişim)

.....
.....

BÖLÜM III

**SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YÖNELİK PROBLEMLER İLE İLGİLİ
SORULAR**

28- Serbest zamanlarınızı değerlendirmede zorluk çekiyor musunuz?

.....
.....

29- Tesis içinde ne gibi sorunlarla karşılaşıyorsunuz?

.....
.....

30- Çalışma şekliniz ya da statünüz serbest zaman planlamanızı etkiliyor mu? nasıl etkiliyor?

.....
.....

31- Örgütsel yapı içinde ast-üst ilişkileriniz çalışma dışı zamanlarınızı etkiliyor mu?

.....
.....

32- Çalışan personel ya da tesisteki diğer katılımcılar ile ilgili görüşleriniz nelerdir?

.....
.....

33- Tesiste size sunulan etkinlik ya da hizmetlere yönelik görüşleriniz nelerdir? Öneri ya da istekleriniz karşılanıyor mu?

.....
.....

Bireysel ya da grup olarak tesisteki etkinliklere yönelik problemler yaşadığınız oldu mu?

Nelerdir?.....

EK-10. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü İzin Yazısı



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

SAYI : 14574941-302.99/ 347-
KONU : ANKET ÇALIŞMASI İZİNİ
MURAT UYGURTAŞ

ANKARA
18.02.2016

ANKARA

Enstitümüz Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Programı öğrencisi Murat UYGURTAŞ'ın Prof. Dr. Özhay GÜVEN'in danışmanlığında yürüteceği "Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları ve Karşılaştıkları Problemler : Ankara İli Örneği" konulu tez çalışmasının uygulamasını Ankara ilinde yer alan Sağlık Yaşam ve Spor Merkezlerinde () uygulayabilmesi için gerekli iznin verilmesi hususunda;

Gereğini bilgilerinize arz ve rica ederim.

Doç. Dr. Ufuk KOCA ÇALIŞKAN
ENSTİTÜ MÜDÜRÜ

- EK: 1- Kişisel Bilgi Formu
2- Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Tutum Ölçeği
3- Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımda Problem Anketi
4- Dilekçe Örneği

EK-11. Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezleri Olur Yazıları



Konu: Murat Uygurtaş Tez Çalışması Hk.

T.C.

GAZİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne;

1457941-302.99/317 ilgili yazınıza istinaden Murat Uygurtaş'ın 'Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları ve Karşılaştıkları Problemler: Ankara İli Örneği' isimli tez çalışması için anket yapması uygundur.

Bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

BATIKENT ATLANTIS SPOR ÖZEL SAĞLIK BİLİMLERİ
MERK. İŞT. TURZ. SANL. VE TİC. LTD. ŞTİ.
Kardelen Mah. Başkent Bulvarı No: 224 H1/2 Batıkent/ ANKARA
Tel: 0312 256 65 55 / Faks: 0312 256 65 00 / E-Posta: info@atlantisavm.com.tr
Osman M.D. T.C. 096 1231 / T.C. S.ö. Yeri: Ankara
Menş. No: 0150056629100018 Tarih: 20.06.2020

Kardelen Mah. Başkent Bulv. Atlantis AVM (-3.kat) No:224 H1/2 Batıkent/ ANKARA Tel: 0312 2566555

VAMOS SPORTS COMPLEX

Konu: Murat Uygurtaş Tez Çalışması Hk.

T.C.

GAZİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne;

1457941-302.99/317 ilgili yazınıza istinaden Murat Uygurtaş'ın 'Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları ve Karşılaştıkları Problemler: Ankara ili Örneği' isimli tez çalışması için anket yapması uygundur.

Bilgilerinize saygılarımla arz ederim.


VAMOS Sports Complex
VAMOS
Emirhan Demirel
Emirhan Demirel

LIFE MOTION PILATES STUDIO

KONU: Murat Uygurtaş Tez Çalışması Hk.

T.C.

GAZİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Sağık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne

1457941-302.09/317 ilgili yazıya istinaden Murat Uygurtaş 'ın " Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezlerine Katılan

Bireylerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları ve Karşılaştıkları Problemler: Ankara İli Örneği "

İsimli tez çalışması için anket yapması uygundur.

Bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

İBRAHİM TANER ÖZDEMİR
Anneli Taner Kışkıl Mah. Aiselerik
Cad. Andor AVM A - Blok No 18/2
Tel: 238 13 16 Çankaya / ANKARA
Doğanbey V.D. 478 637 56450
Ticaret Sic.No: 277-0288 843

İbrahim Taner Özdemir

SPORTY SPOR VE SAĞLIKLI YAŞAM KULÜBÜ

Konu: Murat Uygurtaş Tez Çalışması Hk.

TC

GAZİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

(Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne)

14574941-302.99/317 ilgili yazınıza istinaden Murat Uygurtaş'ın " Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Etkinliklerine Yönelik Tutumları ve Karşılıkları Problemier: Ankara İli Örneği " isimli tez çalışması yapması uygundur.

Bilgilerinize saygılarımla arz ederim.



ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler :

Adı Soyadı : Murat UYGURTAŞ
Doğum Yeri : Ankara
Doğum Tarihi : 18/02/1981
Uyruğu : Türkiye Cumhuriyeti
Medeni Hali : Evli
Telefon : (533) 929 1192
E-posta : uygurtasm@gmail.com



Eğitim Durumu :

2012-... Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor A.B.D.
 2008-2011 Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bil. Enst. Spor Bilimleri A.B.D.
 2000-2005 Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu
 Spor ve Rekreasyon Bölümü
 1997-1999 Sokullu Mehmet Paşa Lisesi

Çalışma Tecrübeleri :

2003 Mart-Nisan Görme Engelliler Atletizm Yarışması Hakemliği
 2003 Mayıs Bedensel Engelliler Atletizm Bahar Şenliği Hakemliği
 2003 Haziran-Ağustos Dikmen Vadi Tenis Kursu Eğitimci
 2003 Eylül-2004 Haziran TV8 Spor Birimi Editör Yard.
 2004 Haziran Hacettepe Üniversitesi Su Sporları Eğitim Kampı Yardımcı
 Eğitimci
 2004 – 2005 Haziran Gençlerbirliği Spor Kulübü Futbol Okulu Antrenörlüğü (Staj)
 2004 – 2005 Haziran Galatasaray Spor Kulübü Yüzme Okulu Antrenörlüğü (Staj)
 2005 Şubat Hacettepe Üniversitesi Kayak Eğitim Kampı Yardımcı
 Eğitimci
 2005 Mart-Ekim Renewa Next Globe Sağlıklı Yaşam Merkezi
 Fitness Danışmanlığı
 2005 Kasım-.... Kırıkkale Üniversitesi Araştırma Görevlisi

Yayınlar:

Aşçı, F.H., E. Çağlar, A. Altıntaş, B. Karahan ve **M. Uygurtaş**, “Construct and Criterion Validity of “Children and Youth Physical Self-Perception Profile”, Proc. 10th International Sport Sciences Congress, 134-136, 23-25 October, Bolu, Turkey, 2008.

Aşçı, F. H., Çağlar, E., Altıntaş, A., Karahan, B. G. ve **Uygurtaş, M.** “Çocuklar ve Gençler için Fiziksel Benlik Algısı Envanteri”nin Yapı ve Kriter Geçerliği. 10. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı. S. 134-136. Bolu, Türkiye, 2008.

Altıntaş, A., E. Çağlar, F.H. Aşçı, B. Güven-Karahan, **M. Uygurtaş**, “Çocuklar ve Gençler için Fiziksel Benlik Algısı Envanteri”nin Yapı ve Ölçüt Bağıntılı Geçerliği’nin Test Edilmesi”, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 14 (2), 3-12, 2009.

Uygurtaş, M. “Usage Of Leisure Time By Labouring Youth”, 11th International Sports Sciences Congress, 1758-1759, 10-12 Antalya, Denizli, Turkey, 2010.

Bilge M., Deliceoglu G., Bagdatli S., **Uygurtaş M.**, and Caliskan O. “A preliminary study on multiple branches talent identification and development.” In the Proceedings of the 1st International Congress of Children and Sports. 19-21 April Near East University. Lefkosa Turkish Republic of Northern Cyprus, 2010.

F.H. Aşçı, E. Çağlar, A. Altıntaş, B. Güven, **M. Uygurtaş**, “An Examination of Longitudinal Changes in Physical Self-Perception: A Case of Turkey”, Proc. 13th FEBSAC European Congress of Sport Psychology, 12-17 July , Madeira, Portugal, 2011.

Uygurtaş, M. “A Study on Usage of Leisure Time by Working Youth Who Work in Shopping Malls”, 12th International Sports Sciences Congress, 1870-1873, 12-14 December, Denizli, Turkey, 2012.

Uygurtaş, M., Gürbüz, B. “An examination of the relationship between leisure attitude and leisure boredom among professional volleyball players”, 11th International Sports Sciences Congress, 1-4 November, Antalya, Turkey, 2016.

Aşçı, F.H., Çağlar, E., **Uygurtaş, M.** “Roles of Perceived Motivational Climates Created by Coach, Peer and Parent on the Dispositional Flow in the Young Athletes”, Perceptual and Motor Skills, 0 (0), 1-15, 2017.

Hobiler :

Doğa Sporları, Futbol, Kayak, Su Sporları, Tenis, Yüzme.



GAZİ GELECEKTİR..