



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Rekreasyon Yönetimi

Rekreasyon Yönetimi

Yüksek Lisans Tezi

**SERBEST ZAMAN BECERİKLİLİĞİNİN YAŞAM DOYUMU ÜZERİNDEKİ
ETKİSİ: İNOVATİF DÜŞÜNMENİN
ARACI ROLÜ VE BİREYSEL GİRİŞİMCİLİĞİN DÜZENLEYİCİ ROLÜ**

Gökhan TORUN
ORCID: 0000-0002-4908-3455

Danışman
Doç. Dr. Yalçın TÜKEL
ORCID: 0000-0003-3843-5889

Konya – 2026



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Tez Jüri Üyeleri



Öğrencinin	Adı Soyadı	Gökhan TORUN
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı/Bilim Dalı
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı	Yalçın TÜKEL
	Tezin Adı	Serbest Zaman Becerikliliğinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi: İnovatif Düşünmenin Aracı Rolü Ve Bireysel Girişimciliğin Düzenleyici Rolü

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan Serbest Zaman Becerikliliğinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi: İnovatif Düşünmenin Aracı Rolü ve Bireysel Girişimciliğin Düzenleyici Rolü başlıklı bu çalışma 29/06/2026 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora / Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sıra No	Danışman ve Üyeler	
	Unvanı	Adı ve Soyadı
1	Doç Dr.	Yalçın TÜKEL
2	Prof. Dr.	Fatma ARSLAN
3	Prof. Dr.	Adem CİVAN
4		
5		



Etik İlke ve Kurallara Uygunluk Beyannamesi Sayfası

Öğrencinin	Adı Soyadı	Gökhan TORUN
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı/Bilim Dalı
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tezin Adı	Serbest Zaman Becerikliliğinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi: İnovatif Düşünmenin Aracı Rolü Ve Bireysel Girişimciliğin Düzenleyici Rolü

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

TEŞEKKÜR

Bu tez çalışmasının hazırlanması sürecinde bilgi, deneyim ve yardımlarını esirgemeyen Araştırma Görevlisi Andaç Akçakese'ye katkıları ve desteği için teşekkür ederim.

Eğitim hayatım boyunca bana duydukları güven, gösterdikleri sabır ve verdikleri koşulsuz destekle her zaman güç kaynağım olan aileme en derin minnet ve sevgilerimi sunarım.

Akademik hayatımda yol göstericiliği, kişisel hayatımda ise desteği ve teşvikiyle gelişimime önemli katkılar sağlayan danışmanım Doç. Dr. Yalçın Tükel'e bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşması, rehberliği ve kıymetli destekleri için en derin saygı ve teşekkürlerimi borç bilirim.

Gökhan TORUN

Haziran 2026

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar LİSTESİ	viii
ÖZET	ix
ABSTRACT	x
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM: ARAŞTIRMANIN KAPSAMI.....	2
1.1. Araştırmanın Konusu	2
1.2. Araştırmanın Amacı	2
1.3. Araştırmanın Önemi	2
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	2
İKİNCİ BÖLÜM: KAVRAMSAL ÇERÇEVE	3
2.1. Zaman	3
2.2. Serbest Zaman.....	4
2.3. Serbest Zaman Becerikliliği	6
2.3.1. Serbest Zaman Becerikliliği İle İlgili Yapılan Çalışmalar	7
2.4. Yaşam Doyumu	9
2.5. İnovatif Düşünme.....	11
2.6. Girişimcilik ve Bireysel Girişimcilik Yönelimi.....	12
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM	14
3.1. Hipotez Örgüsü	14
3.2. Araştırma Modeli	18
3.3. Araştırma Grubu	18
3.4. Veri Toplama Araçları	19
3.4.1. Boş Zaman Becerikliliği Ölçeği	19
3.4.2. Yaşam Doyumu Ölçeği	19
3.4.3. İnovatif Düşünme Eğilimi Ölçeği	20
3.4.4. Bireysel Girişimcilik Yönelimi Ölçeği.....	20
3.5. Veri Analizi	20
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR.....	21
BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ, ÖNERİLER.....	28
5.1. Tartışma	28
5.2. Sonuç ve Öneriler.....	33

KAYNAKÇA	36
EKLER	51
Ek 1. Etik Kurul Kararı	51
Ek 2. Veri Toplama Araçları	52



TABLÖLER LİSTESİ

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Betimsel Bulgular.....	18
Tablo 4.1. Değişkenlere İlişkin Çarpıklık (Skewness) ve Basıklık (Kurtosis) Değerleri	21
Tablo 4.2. Faktör Yüğü, İç Tutarlılık, Kompozit Güvenirlik ve Açıklanan Ortalama Varyans Bulguları	21
Tablo 4.3. Fornell-Larcker Bulguları.....	22
Tablo 4.4. Heterotrait-Monotrait (HTMT) Bulguları	22
Tablo 4.5. Toplam ve Dolaylı Etki Bulgular.....	24
Tablo 4.6. R2 Bulguları.....	24
Tablo 4.7. Cinsiyet Açısından Bağımsız Gruplar T-Testi Bulguları	25
Tablo 4.8. Girişimcilik Eğitimi Alma Durumu Açısından Bağımsız Gruplar T-Testi Bulguları	25
Tablo 4.9. Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	25
Tablo 4.10. Serbest Zaman Becerikliliği Ölçeği Puanlarının Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	26
Tablo 4.11. İnovatif Düşünme Ölçeği Puanlarının Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	26
Tablo 4.12. Bireysel Girişimcilik Ölçeği Puanlarının Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	27

ÖZET

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü
Rekreasyon Yönetimi
Rekreasyon Yönetimi
Yüksek Lisans Tezi

SERBEST ZAMAN BECERİKLİLİĞİNİN YAŞAM DOYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: İNOVATİF DÜŞÜNMENİN ARACI ROLÜ VE BİREYSEL GİRİŞİMCİLİĞİN DÜZENLEYİCİ ROLÜ Gökhan TORUN

Bu tezin amacı, serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumu üzerindeki etkisini incelemek ve bu ilişkide inovatif düşünmenin aracı, bireysel girişimciliğin ise düzenleyici rolünü belirlemektir. Günümüzde bireylerin yaşam kalitesini artıran unsurlar arasında serbest zamanın etkili ve verimli değerlendirilmesi önemli bir yer tutmaktadır. Serbest zaman becerikliliği, bireylerin serbest zamanlarını planlama, yönetme ve bu süreçlerden doyum elde etme kapasitelerini ifade etmektedir. Bunun yanında inovatif düşünme ve bireysel girişimcilik gibi kişisel özelliklerin yaşam doyumu üzerindeki etkileri son yıllarda artan bir ilgiyle araştırılmaktadır. Bu doğrultuda araştırmada söz konusu değişkenler arasındaki ilişkiler bütüncül bir yaklaşımla ele alınmıştır. Araştırma nicel yöntem kapsamında korelasyonel araştırma deseninde yürütülmüştür. Çalışmanın evrenini Necmettin Erbakan Üniversitesinde öğrenim gören üniversite öğrencileri oluşturmakta olup kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak 385 öğrenciye ulaşılmıştır. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formunun yanı sıra Serbest Zaman Becerikliliği Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, İnovatif Düşünme Eğilimi Ölçeği ve Bireysel Girişimcilik Yönelimi Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler IBM SPSS ve SmartPLS programları aracılığıyla analiz edilmiştir. Analiz sürecinde bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), geçerlilik ve güvenilirlik analizleri ile yapısal eşitlik modellemesi uygulanmıştır. Araştırma bulguları, serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumunu pozitif ve anlamlı yönde etkilediğini göstermiştir. Ayrıca serbest zaman becerikliliğinin inovatif düşünme üzerinde de pozitif ve anlamlı bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Buna karşın inovatif düşünmenin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamış, dolayısıyla serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık rolü desteklenmemiştir. Düzenleyici etki analizlerinde ise bireysel girişimciliğin serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide düzenleyici etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak araştırma, serbest zaman becerikliliğinin üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun artırılmasında önemli bir değişken olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarını daha etkin değerlendirmelerine yönelik programların geliştirilmesi, inovatif düşünmeyi ve girişimcilik becerilerini destekleyen eğitim ve uygulamaların yaygınlaştırılması önerilmektedir. Ayrıca araştırmanın ilgili literatüre katkı sağlayacağı ve gelecekte yapılacak çalışmalara yol göstereceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Serbest zaman becerikliliği, yaşam doyumu, inovatif düşünme, bireysel girişimcilik, Rekreasyon

ABSTRACT

Necmettin Erbakan University, Graduate School of Social Sciences
Recreation Management
Recreation Management
Master Thesis

THE EFFECT OF LEISURE CRAFTING ON LIFE SATISFACTION: THE MEDIATING ROLE OF INNOVATIVE THINKING AND THE MODERATING ROLE OF INDIVIDUAL ENTREPRENEURSHIP.

Gökhan TORUN

The aim of this thesis is to examine the effect of leisure crafting on life satisfaction and to determine the mediating role of innovative thinking and the moderating role of individual entrepreneurship in this relationship. Today, the effective and efficient use of leisure time is considered one of the important factors that enhance individuals' quality of life. Leisure crafting refers to individuals' capacity to plan, manage, and derive satisfaction from their leisure time. In addition, the effects of personal characteristics such as innovative thinking and individual entrepreneurship on life satisfaction have attracted increasing attention in recent years. Accordingly, the relationships among these variables were examined through a holistic approach in this study. The research was conducted using a quantitative method based on a correlational research design. The population of the study consisted of university students studying at Necmettin Erbakan University, and a total of 385 students were reached through the convenience sampling method. As data collection instruments, a personal information form, the Leisure Crafting Scale, the Satisfaction with Life Scale, the Innovative Thinking Tendency Scale, and the Individual Entrepreneurial Orientation Scale were used. The obtained data were analyzed using IBM SPSS and SmartPLS software. During the analysis process, an independent samples t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), validity and reliability analyses, and structural equation modeling were performed. The findings of the study revealed that leisure crafting had a positive and significant effect on life satisfaction. Furthermore, leisure crafting was found to have a positive and significant effect on innovative thinking. However, the direct effect of innovative thinking on life satisfaction was not statistically significant; therefore, its mediating role in the relationship between leisure crafting and life satisfaction was not supported. The moderation analysis also indicated that the moderating effect of individual entrepreneurship on the relationship between leisure crafting and life satisfaction was not statistically significant. In conclusion, the study demonstrates that leisure crafting is an important variable in enhancing the life satisfaction of university students. Based on the findings, it is recommended that programs aimed at enabling university students to engage more effectively in leisure crafting be developed and that educational initiatives and practical applications supporting innovative thinking and entrepreneurial skills be expanded. Furthermore, it is believed that this study will contribute to the relevant literature and provide guidance for future research.

Keywords: Leisure Crafting, Life Satisfaction, Innovative Thinking, Individual Entrepreneurship, Recreation

GİRİŞ

Bireylerin yaşam kalitesi; psikolojik, sosyal ve çevresel faktörlerin yanı sıra zaman yönetimi ve serbest zaman deneyimlerinden de önemli ölçüde etkilenmektedir (Terzi ve diğ., 2024). Ancak bireylerin serbest zaman deneyimlerinden yeterince yararlanması çeşitli bireysel, sosyal ve yapısal kısıtlar nedeniyle sınırlı kalabilmektedir (Kuykendall ve diğ., 2018). Özellikle modern çalışma yaşamında artan iş yükü ve zaman baskısı bireyler arasında iş-yaşam çatışmasına yol açabilmekte ve bu durum bireylerin yaşam doyumu üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir (Kao, 2025). Bununla birlikte bazı durumlarda serbest zamanın aşırı fazla olması da bireylerde üretkenlik duygusunun azalmasına bağlı olarak olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir (Sharif ve diğ., 2021). Trainor ve diğ. (2010), yapılandırılmamış serbest zaman aktivitelerinin düşük psikolojik refahla ilişkili olduğunu saptamış; bu durum, serbest zamanın yapılandırılmış ve etkili bir biçimde yönetilmesinin bireylerin yaşam kalitesi açısından önemine işaret etmiştir. Bu nedenle serbest zamanın dengeli ve etkili bir biçimde planlanması ve yönetilmesi, bireylerin psikolojik refahlarının güçlendirilmesi ve yaşam kalitelerinin artırılması açısından önemli bir unsur olarak değerlendirilmektedir.

Bireylerin serbest zaman etkinlikleri kişisel gelişimi destekleyen önemli bir yaşam alanı olarak değerlendirilmektedir (Ayhan ve diğ., 2022). Bu etkinliklerin bireylerin mutluluk ve yaşam doyumu düzeylerini artırdığı, özellikle sosyal etkileşim içeren aktivitelerin yaşam doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu belirtilmektedir (Brown ve diğ., 2015; Đuranović, 2024; Kaya, 2016; Yalçınkaya ve diğ., 2022). Ayrıca sanat, kültür ve spor gibi serbest zaman faaliyetlerine katılımın öznel iyi oluşu desteklediği; yaratıcı serbest zaman etkinliklerinin ise bireylerin özgüvenini, sosyal ilişkilerini ve psikolojik iyi oluşunu geliştirdiği ifade edilmektedir (Bilir ve Leščinskij, 2025; Pavko-Čuden, 2017; Serdar ve diğ., 2021; Wheatley ve Bickerton, 2019). Bunun yanı sıra bazı çalışmalar, serbest zaman deneyimlerinin bireylerin yaratıcılıklarını geliştirerek yenilikçilik ve girişimcilik eğilimlerini de destekleyebildiğini ortaya koymaktadır (Elisondo ve diğ., 2022; Kumar ve Ragini, 2024; Siyahtaş ve Çakır, 2021).

Literatürde serbest zaman etkinliklerinin bireylerin mutluluk, yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşu üzerindeki etkilerini inceleyen çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Aktop ve Göksel, 2023; Ertaş, 2021; Pamukcu, 2025; Tapşın ve diğ., 2022). Bu çalışmalar serbest zaman etkinliklerine katılımın yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşla olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca bazı araştırmalar serbest zaman etkinliklerinin yaratıcılık, inovatif düşünme ve girişimcilik eğilimleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Adhiatma

ve diğ., 2019; Ma ve diğ., 2025; Morse ve diğ., 2021; Tükel ve diğ., 2025). Ancak ilgili literatür incelendiğinde serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi açıklayan psikolojik mekanizmalar ve bu ilişkide rol oynayabilecek bireysel özellikleri birlikte ele alan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir.

Bu kapsamda bu tez çalışmasının amacı, serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemek ve bu ilişkide inovatif düşünmenin aracı, bireysel girişimciliğin ise düzenleyici rolünü ortaya koymaktır. Bu doğrultuda değişkenler arasındaki ilişkilerin ortaya konulmasının literatüre katkı sunması ve elde edilen bulguların bireylerin serbest zamanlarını etkili biçimde değerlendirme süreçleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi açıklaması bakımından akademik çalışmalar ve uygulamalar için yol gösterici nitelikte olması beklenmektedir.

BİRİNCİ BÖLÜM: ARAŞTIRMANIN KAPSAMI

1.1. Araştırmanın Konusu

Bu tez çalışmasında, serbest zaman becerikliliğinin bireylerin yaşam doyumu üzerindeki etkisi incelenecektir. Çalışma ayrıca, inovatif düşünmenin bu ilişki üzerindeki aracı rolünü ve bireysel girişimciliğin düzenleyici rolünü ele almayı hedeflemektedir. Bu kapsamda, serbest zamanın verimli kullanımı ile yaşam doyumu, inovatif düşünme ve girişimcilik gibi faktörler arasındaki etkileşimi değerlendirilecektir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu tezin amacı serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumu üzerindeki etkisini incelemek ve bu ilişkide inovatif düşünmenin aracı, bireysel girişimciliğin ise düzenleyici rolünü tespit etmeyi amaçlamaktadır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Bu tezin önemi serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumu üzerindeki etkilerini inceleyerek, ilgili literatüre katkı sağlamak ve serbest zaman becerikliliğine yönelik yapılacak gelecek çalışmalara ışık tutmaktır.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın verileri, 2024–2025 eğitim-öğretim yılında Necmettin Erbakan Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerden elde edilmiştir. Bu nedenle araştırma, ilgili eğitim-öğretim dönemi ve araştırmaya katılan öğrenciler ile sınırlıdır.

İKİNCİ BÖLÜM: KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Zaman

Zaman, evrendeki tüm canlıların hayat döngüsünü devam ettirdiği ve içinde yaşadığı bir kavram olsa da tanımlanması zor olan bir kavramdır (Ak, 2020). Bu nedenle zaman kavramına birçok farklı düşünce ile yaklaşılmıştır (Uyrun, 2021). Zaman, bireylerin çeşitli faaliyetler sırasında deneyimledikleri ve hatırladıkları süreyi ifade eder. Zaman kullanımı ise bireylerin zamanlarını farklı etkinlikler ve durumlar arasında nasıl dağıttıklarını gösteren önemli bir sosyal göstergedir. Zamanın farklı faaliyetlere nasıl dağıldığının incelenmesi, bireylerin günlük yaşam düzeninin ve zaman kullanım biçimlerinin anlaşılmasına katkı sağlamaktadır (Gershuny, 2011).

Zaman, geçmişten başlayarak günümüze ulaşan ve geleceğe doğru sürekli ilerleyen bir süreç olarak ele alınmakta, aynı zamanda olayların anlaşılması ve anlamlandırılmasında temel bir unsur olarak görülmektedir. Doğada var olan ve duyuşsal algılar aracılığıyla ölçülebilen bir kavram olan zaman, evrendeki varlıkların hareketleri sırasında birbirlerine göre konumlarının değişmesi için geçen süreyi ifade etmektedir (Gülbüz ve Aydın, 2012). Türk Dil Kurumu'na (t.y.) göre zaman; bir işin veya oluşun içinde gerçekleştiği süre, bu sürenin belirli bir bölümü, belirlenmiş bir an, çağ ya da mevsim, bir iş için ayrılmış veya alışılmış saatler ile dönem veya devir gibi anlamlara gelmektedir. Köktaş (2004), zamanı üç temel kategoriye ayırmaktadır. Bunlar; temel gereksinimler için ayrılan zaman (uyku, yemek yeme, giyinme vb.), çalışma ve çalışmaya bağlı etkinlikler ile görevler için ayrılan zaman (işe gidiş geliş süreleri, öğrenme için ayrılan süre vb.) ve rekreasyon için ayrılan zaman (eğlenme, spor yapma vb.) olarak sınıflandırılmaktadır.

Zamanın algılanışı bireyden bireye farklılık gösterebilmektedir. Aynı ortamda bulunan bireylerin zamanı aynı şekilde deneyimlemeleri her zaman mümkün olmayabilir. Bireylerin ilgi alanları, beklentileri ve içinde bulundukları durumlar zamanın nasıl algılandığını etkileyebilmektedir. Bu nedenle bazı durumlarda zamanın çok hızlı geçtiği düşünülürken, bazı durumlarda ise zamanın yavaş ilerlediği algısı ortaya çıkabilmektedir. Bu durum zaman algısının bireysel özelliklere bağlı olarak değişebildiğini göstermektedir (Balci, 1990).

Zamanın doğası gereği doğrudan algılanması güçtür; bireyler zamanı genellikle çevrede meydana gelen değişimler aracılığıyla deneyimlemektedir. Bu nedenle zaman, çoğu durumda değişimin ortaya çıkmasıyla fark edilen ve algılanabilen bir olgu olarak değerlendirilmektedir

(Hancock, 2018). Aristoteles zaman kavramını, hareketin önce ve sonra ilişkisine göre sayılması veya ölçülmesi şeklinde açıklamaktadır. Bu yaklaşımda zaman, hareketten bağımsız bir varlık olarak değil, hareketin düzenlenmesi ve ölçülmesiyle ilişkili bir kavram olarak ele alınmaktadır (Winston, 2025).

Zaman, soyut bir kavram olarak ele alınmakta olup bireylerin zaman kavramına ilişkin algı ve anlayışlarının farklılık gösterebildiği belirtilmektedir (Litchfield ve Chater, 2008). Zaman, farklı biçimlerde açıklanan ve soyut özellik taşıyan bir kavram olarak değerlendirilmektedir. Doğrudan gözlemlenebilir bir yapıya sahip olmamasına rağmen bireylerin günlük yaşamlarını planlamasında, faaliyetlerini düzenlemesinde ve yaşam süreçlerini organize etmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Demiral, 2018).

Zaman kavramının tanımlanması oldukça güçtür. Bunun temel nedeni zamanın soyut bir yapıya sahip olması ve bireylerin bu kavramı farklı biçimlerde algılayabilmesidir. Zaman, genel olarak olayların ardışıklığına bağlı olarak zihinde oluşturulan ve başlangıcı ile sonu kesin olarak belirlenemeyen soyut bir süreç olarak ifade edilmektedir (Alparslan ve diğ., 2003). Zaman kavramı, olayların geçmişten günümüze uzanan ve geleceğe doğru devam eden kesintisiz bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda zaman, bireylerin yaşamlarında meydana gelen olayların algılanması ve ölçülmesini mümkün kılan temel bir boyut olarak ele alınmaktadır (Güçlü, 2001).

Zamanın bilinçli bir şekilde değerlendirilmesi bireyler ve toplumlar açısından önemli bir unsur olarak görülmektedir. Nitekim zamanın boşa harcanmasının, cepteki paranın harcanmasına benzer şekilde değerli bir kaynağın kaybedilmesi anlamına geldiği ifade edilmektedir (Karaküçük, 2014).

2.2. Serbest Zaman

Serbest zaman insanların günlük yaşantısında yenilendiği, dinlendiği, keyif aldığı, kendini geliştirdiği ve gerçekleştirdiği bir zaman dilimidir (Hacıoğlu ve diğ., 2017). Serbest zaman; bireylerin çalışma zamanı ile yaşamlarını sürdürebilmek için yerine getirmeleri gereken zorunlu faaliyetlere ayırdıkları zamanın dışında kalan ve aktif ya da pasif etkinlikleri kendi tercihleri doğrultusunda özgürce seçebildikleri kendilerine ait zaman dilimi olarak ifade edilmektedir (Karaküçük, 2019). Serbest zaman kavramı genel olarak bireyin çalışma, uyku, zorunlu günlük sorumluluklar ve ev işleri dışında kalan ve kendi tercihleri doğrultusunda değerlendirebildiği zaman dilimi olarak ifade edilmektedir (Broadhurst, 2001).

Serbest zaman, bireylerin çalışma, ev işleri ve kişisel bakım gibi zorunlu faaliyetlerini tamamladıktan sonra kendi tercihleri doğrultusunda değerlendirebildikleri zaman dilimini ifade etmektedir (Chatzitheochari ve Arber, 2012). Serbest zaman etkinlikleri, bireylerin çalışma, öz bakım ve uyku gibi zorunlu faaliyetlerin dışında kalan zamanlarda içsel motivasyonla gerçekleştirdikleri gönüllü etkinlikler olarak ifade edilmektedir (Hosseini ve diğ., 2016). Serbest zaman, bireylerin çalışma ve zorunlu yaşam faaliyetleri dışında kalan ve kendi tercihleri doğrultusunda değerlendirebildikleri zaman dilimi olarak ifade edilmektedir. Bu zaman dilimi bireylerin dinlenme, eğlenme, sosyal etkileşim kurma ve kişisel gelişim gibi faaliyetlere katılabildiği bir alan oluşturmaktadır (Torkildsen, 2005).

Serbest zaman, bireylerin çalışma, ailevi, sosyal ve fizyolojik sorumluluklarını yerine getirmelerinin ardından kendi istekleri ve tercihleri doğrultusunda değerlendirebildikleri zaman dilimini ifade etmektedir (Vučica ve diğ., 2020). Bu zaman dilimi bireyin zorunlu uğraşlarının dışında kalan ve kullanım biçimi üzerinde özgür olduğu bir alanı kapsamaktadır. Serbest zaman etkinlikleri ise bireylerin maddi kazanç elde etme amacı gütmeyen, tamamen kişisel tercihlerine bağlı olarak gerçekleştirdikleri etkinlikler olarak değerlendirilmektedir (Arslan, 2011). Bununla birlikte literatürde serbest zaman kavramının tek ve kesin bir tanımının bulunmadığı, farklı disiplinlerin bu kavrama farklı açılardan yaklaştığı ve serbest zamanın bireyin yaşam kalitesi, sosyal katılımı ve iyi oluşu ile ilişkili önemli bir yaşam alanı olarak ele alındığı belirtilmektedir (Zarotis ve Tokarski, 2020).

Serbest zaman kavramı genel olarak bireylerin çalışma, uyku ve temel yaşam gereksinimleri dışında kalan ve kendi tercihleri doğrultusunda değerlendirebildikleri zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır. Bu zaman dilimi bireyin dinlenme, eğlenme, sosyal etkileşim veya kişisel gelişim amacıyla çeşitli etkinliklere katılmasına olanak tanımaktadır. Bununla birlikte serbest zaman yalnızca zamansal bir boşluk olarak değil, bireyin özgürlük algısı, gönüllülük ve içsel motivasyon gibi psikolojik unsurlarla da ilişkilendirilen bir deneyim alanı olarak ele alınmaktadır (Chen ve Liu, 2020; Iso-Ahola ve Baumeister, 2023; Veal, 1992).

Serbest zaman etkinlikleri bireylerin kendi istekleri doğrultusunda gönüllü olarak katıldıkları ve fiziksel, zihinsel ya da psikolojik rahatlama sağlayan faaliyetler olarak değerlendirilmektedir (Deng, 2016). Serbest zaman kavramı farklı boyutları içeren bir yapı olarak ele alınmaktadır. Bu bağlamda serbest zamanın temel özellikleri zaman, etkinlik ve bireyin zihinsel durumu olarak ifade edilmektedir (Dancák, 2022). Serbest zaman, bireyin kendisi ve başkaları için yerine getirmesi gereken zorunlu görev ve sorumluluklardan

kurtulduğu, kendi isteği doğrultusunda seçeceği faaliyetlerle ilgilenebileceği ve bireyin bağımsız ve özgür olduğu zaman dilimini ifade etmektedir (Yılmaz, 1989).

Serbest zaman kavramı yalnızca bireylerin iş ve zorunlu faaliyetlerinden arta kalan bir zaman dilimini ifade etmekle sınırlı değildir. Aynı zamanda bireylerin haz, ilgi ve isteklerini gerçekleştirdikleri; kendilerini ifade ettikleri ve kimliklerini şekillendirdikleri bir deneyim alanı olarak da değerlendirilmektedir (Best, 2012). Serbest zaman kavramı literatürde genellikle bireyin zorunluluklardan bağımsız olduğu ve özgür olarak değerlendirebildiği zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır (Fleming ve diğ., 2011).

Serbest zaman, bireyin çalışma, öz bakım ve uyku gibi zorunlu faaliyetler dışında kalan zaman diliminde, bireyin kendi isteği ve içsel motivasyonu doğrultusunda gerçekleştirdiği gönüllü etkinlikler olarak ifade edilmektedir (Queiroz ve diğ., 2021). Serbest zaman kavramının temelinde bireyin özgür seçim yapabilmesi yer almakta olup serbest zaman etkinlikleri birey tarafından özgürce seçilen faaliyetler olarak değerlendirilmektedir (Kelly ve Freysinger, 2000, akt. Wu ve diğ., 2010). Demiray'a (1987) göre serbest zaman, en basit ifadeyle herhangi bir etkinlikte doldurulmamış zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır (Sabbağ ve Aksoy, 2011).

Serbest zaman, temel gereksinimler dışında kalan süredir ve bireylerin kişisel isteklerine ve arzularına göre değerlendirdikleri, herhangi bir iş veya sorumluluğunun olmadığı bir zaman dilimini ifade eder (Köktaş, 2004). Serbest zaman, bireylerin zorunlu çalışma ve sorumluluklarını yerine getirdikten sonra kalan ve çeşitli etkinlikler için değerlendirebildikleri zaman dilimini ifade etmektedir (Demir ve Demir, 2014). Türk Dil Kurumunda serbest zamanla alakalı doğrudan bir tanım yoktur (Ak, 2020). Fakat Türk Dil Kurumu (t.y.)'na göre serbest kelimesi "hiçbir şarta bağlı kalınmadan, istenildiği gibi davranılan" şeklinde tanımlanmaktadır.

2.3. Serbest Zaman Becerikliliği

Serbest zaman becerikliliği, bireylerin serbest zaman etkinliklerini amaç belirleme, sosyal ilişkiler kurma, öğrenme ve kişisel gelişim hedefleri doğrultusunda proaktif ve bilinçli bir şekilde gerçekleştirmeleri olarak tanımlanmaktadır (Petrou ve Bakker, 2015). Serbest zaman becerikliliği bireylerin serbest zaman etkinliklerini kendi ilgi, değer ve motivasyonları doğrultusunda aktif olarak düzenleyerek daha anlamlı ve tatmin edici deneyimler oluşturma sürecini ifade etmektedir (Berg, ve diğ., 2010). Serbest zaman becerikliliği bireylerin serbest zaman aktiviteleri aracılığıyla yeni kişisel kaynaklar elde etmelerine yardımcı olmakta ve bu

kaynakların iş yaşamına aktarılması yoluyla iş tükenmişliği gibi olumsuz sonuçların azaltılmasına katkı sağlayabilmektedir (Guo ve diğ., 2024). Nitekim bu bağlamda son yıllarda serbest zaman becerikliliği serbest zaman araştırmalarında önemli bir çalışma konusu haline gelmiştir (Tsaur ve diğ., 2023).

2.3.1. Serbest Zaman Becerikliliği İle İlgili Yapılan Çalışmalar

1. Xue ve diğ., (2022) çalışmasında; serbest zaman becerikliliğinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşunu anlamlı ve pozitif yönde artırdığı, bu ilişkide içsel ihtiyaç doyumunun aracı rol üstlendiği ve söz konusu etkinin özellikle serbest zaman sıkıntısı düzeyi yüksek bireylerde daha güçlü ve belirgin hale geldiği bulunmuştur.

2. Ni ve diğ., (2022) çalışmasında; serbest zaman becerikliliğinin çalışanların öz-denetim taleplerinin olumsuz etkileriyle başa çıkmada aracı rol oynadığı, bu süreçte proaktif canlılık yönetimini artırdığı ve algılanan yönetici rekreasyonel destek düzeyi yüksek olduğunda bu ilişkinin daha güçlü ve anlamlı hale geldiği bulunmuştur.

3. Kosenkranus ve diğ., (2021) çalışmasında; çalışanların iş ve serbest zaman becerikliliği davranışlarının psikolojik ihtiyaçlarla pozitif yönde ilişkili olduğu, özellikle gelişim odaklı ihtiyaçların bu davranışları anlamlı biçimde yordadığı ve işte fırsat algısının bu ihtiyaçlar aracılığıyla biçimlendirme davranışlarını dolaylı olarak etkilediği bulunmuştur.

4. Abdel Hadi ve diğ., (2021) çalışmasında; günlük iş talepleri, ev talepleri ve COVID-19 ile ilişkili ruminasyonun duygusal tükenmişliği pozitif yönde artırdığı, serbest zaman becerikliliğinin ise tükenmişliği anlamlı ve negatif yönde azalttığı, ayrıca proaktif kişiliğin bu beceriyi artırdığı ve tükenmişliğin iş performansını düşürdüğü bulunmuştur.

5. Petrou ve diğ., (2024) çalışmasında; serbest zaman becerikliliğinin çalışanların yaratıcılığını anlamlı ve pozitif yönde artırdığı, bu ilişkinin bilişsel gelişimsel ve duygusal kaynaklar aracılığıyla gerçekleştiği ve yaratıcılık üzerinden işte anlam duygusunu güçlendirdiği, ayrıca bu etkinin düşük iş bağlılığı düzeyine sahip çalışanlarda daha belirgin hale geldiği bulunmuştur.

6. Dinç ve diğ., (2025) çalışmasında; serbest zaman becerikliliği ile içsel serbest zaman motivasyonu arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler bulunduğu, erkek öğrencilerin serbest zaman becerikliliği düzeylerinin daha yüksek olduğu, bazı demografik değişkenlere göre

farklılıklar ortaya çıktığı ve içsel motivasyonun serbest zaman etkinliklerine aktif katılımı desteklediği bulunmuştur

7. Yazıcı ve diğ., (2023) çalışmasında, serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumunu anlamlı ve pozitif yönde etkilediği, iş bulma kaygısının ise yaşam doyumunu negatif yönde etkilediği bulunmuştur. Ayrıca serbest zaman becerikliliği, iş bulma kaygısı ve yaşam doyumunu düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre farklılaştığı belirlenmiştir.

8. Wong ve diğ., (2025) çalışmasında, serbest zaman becerikliliğinin dağcılarının bilinçli farkındalık deneyimlerini olumlu yönde etkilediği ve rekreasyoncu-çevre uyumunun bu ilişkide aracı rol oynadığı bulunmuştur. Bulgular, bireylerin rekreasyon faaliyetleriyle çevresel koşullar arasındaki uyum arttıkça farkındalık deneyimlerinin de güçlendiğini göstermektedir.

9. Tsaur ve diğ., (2021) çalışmasında, serbest zaman becerikliliğinin bireylerin serbest zaman katılımına yönelik bağlılıklarını/angaje olma düzeylerini anlamlı ve pozitif yönde artırdığı belirlenmiştir. Ayrıca zaman yapısının bu ilişkiyi güçlendirdiği ve bireylerin zamanlarını daha planlı kullanmalarının serbest zaman katılımını artırdığı bulunmuştur.

10. Trappe (2022) çalışmasında, iş-aile çatışması ile yaşam doyumunu ve algılanan iş verimliliği arasındaki ilişkiler incelenmiş; ancak bu ilişkilerin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Ayrıca serbest zaman becerikliliğinin bu ilişkide aracı rolü desteklenmemiştir.

11. Chen (2025) çalışmasında, işte yaşanan can sıkıntısının çalışanların yaratıcılığı üzerindeki etkisi incelenmiş ve serbest zaman becerikliliğinin bu ilişkide aracı rol oynadığı bulunmuştur. Bulgular, iş can sıkıntısının serbest zaman becerikliliğini artırabildiğini, bunun da çalışan yaratıcılığına olumlu katkı sağlayabildiğini göstermiştir. Ayrıca bu dolaylı ilişkinin iş rutinleşmesi düzeyi yüksek çalışanlarda daha güçlü olduğu belirlenmiştir.

12. Sesen ve diğ. (2024) çalışmasında, algılanan fazla niteliklilik ile serbest zaman becerikliliği arasındaki ilişki incelenmiş ve kültürleşmenin düzenleyici rolü test edilmiştir. Bulgular, algılanan fazla nitelikliliğin serbest zaman becerikliliğini pozitif yönde etkilediğini ve bu ilişkinin kültürleşme düzeyi yüksek bireylerde daha güçlü olduğunu göstermiştir.

13. Petrou ve diğ. (2017) çalışmasında, iş becerikliliği ve serbest zaman becerikliliğinin çalışanların işe bağlılık ve anlam oluşturma üzerindeki etkileri incelenmiştir. Bulgular, iş becerikliliğinin çalışanların işe bağlılığını artırdığını ve bu ilişkinin özellikle mesleki rol

öneminin yüksek olduğu durumlarda daha güçlü olduğunu göstermiştir. Ayrıca serbest zaman becerikliliğinin, işte beceriklilik fırsatlarının düşük olduğu durumlarda anlam oluşturmayı pozitif yönde etkilediği bulunmuştur.

14. Hamrick ve diğ. (2023) çalışmasında, serbest zaman becerikliliğinin girişimcilik çıktıları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bulgular, serbest zaman becerikliliğinin işte gelişme (thriving at work) aracılığıyla fırsat tanıma ve girişim performansını pozitif yönde etkilediğini göstermiştir. Ayrıca bu ilişkinin iş görevi odağı tarafından düzenlendiği bulunmuştur.

15. Park ve Yu (2026) çalışmasında, serbest zaman becerikliliğinin üniversite öğrencilerinin akademik doyum, yaşam doyumu ve eudaimonik iyi oluş düzeylerini psikolojik sermaye aracılığıyla pozitif yönde etkilediği belirlenmiştir. Ayrıca bu ilişkinin düşük ilgi-bölüm uyumu ve yüksek stres düzeylerinde daha güçlü olduğu bulunmuştur.

16. Zhang ve diğ. (2026) çalışmasında, iş stresinin hemşirelerde presenteeism davranışını artırdığı belirlenmiştir. Araştırma bulguları, bu ilişkide duygusal tükenmişliğin aracı rol oynadığını ve serbest zaman becerikliliğinin iş stresi ile duygusal tükenmişlik arasındaki ilişkiyi zayıflatan düzenleyici bir değişken olduğunu ortaya koymuştur.

17. Li ve diğ. (2026) çalışmasında, müzik katılımının farklı boyutlarının (zaman ayırma, ekonomik harcama, duygusal yatırım ve kişisel katılım) çalışanların tükenmişliğini negatif yönde etkilediği belirlenmiştir. Ayrıca bu ilişkide serbest zaman becerikliliğinin aracı rol oynadığı tespit edilmiştir.

18. Etgen ve diğ., (2025) çalışmasında; iş kontrolünün çok düşük ya da çok yüksek düzeylerinin psikolojik ihtiyaçları olumsuz etkilediği, bu durumun yaşamın diğer alanlarına yayıldığı ve serbest zaman becerikliliğinin bu olumsuz etkileri dengeleyici rol üstlendiği bulunmuştur.

19. Demirel ve diğ., (2025) çalışmasında; serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediği, bu ilişkide İslami iyi oluşun aracı rol üstlendiği ve bireylerin psikolojik ile ruhsal iyi oluşlarını güçlendirdiği bulunmuştur.

2.4. Yaşam Doyumu

Psikoloji bilimi uzun süre depresyon ve kaygı gibi olumsuz duygulara odaklanmış, ancak pozitif psikolojinin gelişimiyle birlikte bireyin iyi oluşunu açıklayan olumlu kavramlar ön plana çıkmış ve bu kapsamda yaşam doyumu önemli bir yer edinmiştir (Kaba ve diğ., 2017).

Nitekim bu bağlamda ‘‘yaşam doyumu’’ kavramı ilk olarak Bernice Neugarten ve arkadaşları (1961) tarafından ele alınmış olup, bireyin yaşamına ilişkin genel değerlendirmelerini ve memnuniyet düzeyini ifade eden bir yapı olarak tanımlanmıştır (Neugarten ve diğ., 1961). Daha sonraki yıllarda ise bu kavram pek çok araştırmacıya yön vermiştir (Yılmaz ve diğ., 2010). Yaşam doyumu, bireyin yaşamını genel olarak değerlendirmesine ilişkin bilişsel yargıları ifade eden ve öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu temsil eden bir kavramdır. Öznel iyi oluş ise çoğu zaman mutluluk ile ilişkilendirilmekte olup, olumlu duygular, olumsuz duygular ve yaşam doyumu olmak üzere üç temel bileşenden oluşmaktadır; bu bileşenlerden duygular duyuşsal boyutu, yaşam doyumu ise bilişsel boyutu yansıtmaktadır (Diener, 1984; Diener ve diğ., 1985; Diener, 2000).

Yaşam doyumu, bireyin beklentileri ile mevcut yaşam koşullarını karşılaştırarak ulaştığı genel bir değerlendirme olup, yaşamın farklı alanlarını kapsayan bütüncül bir memnuniyet düzeyini ifade etmektedir (Özer ve Karabulut, 2003). Yaşam doyumu, bireyin kendi belirlediği ölçütlere göre yaşamının genel kalitesine ilişkin yaptığı bilişsel ve bütüncül değerlendirmedir (Shin ve Johnson, 1978). Yaşam doyumu, bireyin yaşamının genel kalitesine ilişkin öznel değerlendirmesini yansıtan önemli bir göstergedir (Veenhoven, 1996). Aşan ve Erenler’e (2008) göre ise yaşam doyumu, bireyin yaşamının genel kalitesine ilişkin yaptığı olumlu değerlendirme düzeyini ifade etmektedir.

Yaşam doyumu, bireyin yaşamını genel olarak değerlendirmesiyle oluşan öznel bir kavramdır. Yaşam koşulları, gelir düzeyi ve sosyal çevre gibi faktörler etkili olsa da bireyin yaşamı algılama biçimi belirleyicidir. Bu nedenle benzer koşullara sahip bireyler farklı düzeylerde yaşam doyumu gösterediler (Özdevecioğlu, 2003). Yaşam doyumu, bireyin yaşamına ilişkin öznel değerlendirmesi olup, bu değerlendirme bireyin beklentileri ve karşılaştırma standartlarıyla ilişkilidir (Campbell ve diğ., 1976). Yaşam doyumu, bireyin yaşamının bütününe yönelik öznel ve genel bir değerlendirme sürecini ifade eden bilişsel bir yapıdır (Pavot ve diğ., 1991). Yaşam doyumu, bireyin yaşamını bütüncül olarak değerlendirerek ulaştığı genel memnuniyet düzeyini ve yaşam kalitesine ilişkin öznel yargısını ifade etmektedir (Sousa ve Lyubomirsky, 2001).

Yaşam doyumu, bireyin sahip oldukları ile ulaşmayı arzuladıkları arasında yaptığı karşılaştırma sonucunda oluşan bir değerlendirmedir; bu bağlamda kişinin beklentileri ile mevcut durumu arasındaki uyum düzeyini yansıtır (Altay ve Aydın Avcı, 2009) Yaşam doyumu, bireyin yaşamına ilişkin sahip olduğu değerlendirmeler ve bu değerlendirmelere

dayalı tutumların genel bir yansıması olarak ele alınmaktadır (Rice ve diğ., 1992). Yaşam doyumu, bireyin yaşamının genel niteliğini bütüncül bir biçimde olumlu olarak değerlendirme düzeyini ifade eder. Başka bir deyişle, kişinin kendi yön verdiği yaşamdan duyduğu memnuniyetin derecesini yansıtır ve yaşamla ilişkili olumlu duyguların bir göstergesi olarak ele alınır (Kaba ve diğ., 2017).

2.5. İnovatif Düşünme

Drucker’a göre inovasyon, bireylerin yalnızca yaratıcı düşünmesi değil, aynı zamanda değişimi sistematik biçimde fırsata dönüştürmesini sağlayan bir disiplin ve uygulama sürecidir (Drucker, 1985). Bu bağlamda inovasyon, işletmelerin ürün, hizmet veya süreçlerinde gerçekleştirdikleri değişimler aracılığıyla değer yaratmalarını sağlayan ve yönetilebilen sistematik bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Tidd ve Bessant, 2021). İnovasyon, yeni fikirlerin uygulamaya geçirilerek değer üreten çıktılara dönüştürülmesi süreci olup, yaratıcılığın somutlaşmış hali olarak değerlendirilmektedir (Özmuşul, 2012). Ayrıca bu süreç, mevcut bilgi ile yeni bilginin bütünleştirilmesine dayanmakta ve örgütlere rekabet avantajı sağlayan özgün çıktılar üretmektedir (Awan ve diğ., 2019). Bu çerçevede incelendiğinde inovatif düşünme, iş dünyasında yüksek düzeyde aranan ve değer verilen temel bir yetkinlik olarak karşımıza çıkmaktadır (Barak ve diğ., 2013).

İnovatif düşünme, bireyin düşünme becerilerinin zihinsel altyapısını oluşturan temel unsurlardan biridir (Kartal ve Bektaş, 2020). Literatürde genellikle yeni ve faydalı fikirlerin üretilmesi ile bu fikirlerin uygulamaya geçirilmesini kapsayan bir süreç olarak ele alınan inovasyon (Tang ve Werner, 2017), özünde yaratıcı düşünme süreçlerinin bilinçli ve amaçlı biçimde kullanılmasına dayanır. Bu doğrultuda inovatif düşünme; bağlama uygun ve alışılmışın dışında değer üreten fikirlerin ortaya çıkarılmasını içeren bilişsel bir faaliyet olarak değerlendirilebilir (Lansing-Stoeffler ve Daley, 2023). Bilişsel esneklik ve ıraksak düşünme süreçleriyle doğrudan ilişkili olan bu yetkinlik, yeni ve özgün fikirlerin üretimini mümkün kılan bir kapasitedir (Lina, 2024). Dolayısıyla inovatif düşünmeyi, bireyin bağlama uygun, yeni ve yenilikçi fikirler üretme potansiyeli olarak ifade etmek mümkündür (Nurjanah ve diğ., 2024).

Wang ve Burdina’ya (2024) göre bireyin kalıplaşmış düşünme biçimlerinin dışına çıkarak özgün fikirler üretebilmesi, hayal gücünü etkin biçimde kullanması ve problemlere esnek çözümler geliştirmesi inovatif düşünmenin temel özellikleri arasında yer almaktadır. İnsan zihninin farklı sorunlar ve fikirler için çok sayıda yenilikçi alternatif üretme kapasitesini temsil eden bu kavram, tüm yaratım süreçlerinin arkasındaki niteliksel itici güç olarak kabul

edilmektedir (Antonis, 2021). Ayrıca bu süreç, yaratıcı süreçlerle ortaya çıkan fikirlerin rasyonel ve mantıksal yollarla seçilip test edildiği çok aşamalı bir yapıyı barındırmaktadır (Sultanova, 2021). Anderson ve diğ., (2014) göre yaratıcılık yeni fikirlerin üretilmesi sürecini ifade ederken, inovasyon bu fikirlerin uygulanmasını da kapsayan daha geniş bir süreçtir. Bu bağlamda inovatif düşünme, fikir üretimi ve bu fikirlerin uygulanabilir çıktılarına dönüştürülmesiyle ilişkili bütüncül bir yapı olarak değerlendirilebilir.

2.6. Girişimcilik ve Bireysel Girişimcilik Yönelimi

Girişimciliğe ilişkin baskın tanımların büyük bölümü fırsatların keşfedilmesi ve değerlendirilmesi üzerine odaklanmaktadır. Bu bağlamda fırsatların takip edilmesi girişimciliğin en önemli bileşenlerinden biri olarak görülmektedir (Aloulou ve Fayolle, 2005). Girişim ve girişimci kavramları geçmişte kullanılan “teşebbüs” ve “müteşebbis” kavramlarının yerine kullanılmaktadır. Günlük hayatta girişim, bir işi yapmak için harekete geçme ve başlama durumunu ifade ederken; girişimci bu süreçte yer alan girişken kişi olarak tanımlanmaktadır (Aytaç ve İlhan, 2007). Ayrıca bireyler genellikle kendi işlerinin sahibi olma, kendi fikirlerini hayata geçirme ve finansal kazanç elde etme motivasyonlarıyla girişimcilik faaliyetlerine yönelmektedir (Barringer ve Ireland, 2022).

Girişimcilik, davranışsal bir süreç olarak yeni organizasyonların oluşturulmasını kapsarken (Gartner, 1989), aynı zamanda fırsatları tanıma ve hesaplanmış risk alma gibi unsurları da içermektedir (Nybakk ve Hansen, 2008). Frese’ye (2009) göre girişimcilik yalnızca fırsatların fark edilmesine dayanan bilişsel bir süreç değildir; aksine fırsatların keşfi, değerlendirilmesi, kullanılması ve yeni organizasyonların oluşturulmasını içeren aktif bir eylem sürecidir. Ayrıca girişimci, piyasada reaktif değil aktif bir aktör olarak konumlanmaktadır. Girişimcilik; yenilik, risk alma ve kar elde etme unsurlarını içeren, istihdamı artıran ve ekonomilerde rekabet gücünü destekleyen önemli bir süreçtir (Nakiboğlu, 2023).

Girişimci yalnızca sermaye sahibi bir birey olmayıp; yüksek başarıma arzusu, özgüven, yenilikçilik ve değişimi fırsat olarak değerlendirme gibi özelliklere sahip birey olarak tanımlanmaktadır (Yılmaz ve Sünbül, 2009). Girişimci; içindeki iş fikrini hayata geçirmek için cesaretle risk alan, bir ekip kurarak onları ortak bir vizyonda birleştiren kişidir. Kaynakları verimli kullanarak ve zorluklarla mücadele ederek kendi işletmesini inşa eden birey olarak tanımlanır (Gerber, 2015). Girişimci, mal ve hizmetlerin yanı sıra kaynakların ve kurumsal yapıların nasıl, nerede ve hangi amaçla kullanılacağını etkileyen kararları alma ve bu kararların

sonuçlarına ilişkin sorumluluğu üstlenme konusunda uzmanlaşmış birey olarak tanımlanabilir (Hébert ve Link, 1989).

Danny Miller, girişimciliği risk alma, proaktiflik ve yenilikçilik boyutları çerçevesinde ele almış; girişimcilik yönelimi kavramını bu üç temel unsur üzerinden tanımlayan ilk araştırmacılardan biri olarak kabul edilmektedir (Miller, 1983). Yenilikçilik, yeni ürün, hizmet ve süreçlerin geliştirilmesine yönelik yaratıcılık ve deneyimleme eğilimini; proaktiflik, gelecekte ortaya çıkabilecek talep değişimlerini öngörerek rakiplerden önce harekete geçmeyi; risk alma ise belirsizlik içeren durumlarda cesur kararlar alarak girişimde bulunma eğilimini ifade etmektedir (Bolton ve Lane, 2012).

Girişimciliğin üç temel boyutu ilk olarak Danny Miller 1983 yılında ortaya konulsa da daha sonra Gregory G. Lumpkin ve G. Thomas Dess 1996 yılında bu çerçeveyi genişleterek “saldırgan rekabetçilik” ve “özerklik” boyutlarını eklemiş ve boyut sayısını beşe çıkarmıştır. İzleyen çalışmalarda girişimciliğin daha kapsamlı ele alınması gerektiği vurgulanmış; bu doğrultuda Steven Krauss ve arkadaşları 2005 yılında “öğrenme yönlülük”, “başarı yönlülük” ve “kişisel inisiyatif” boyutlarını da ekleyerek girişimciliği sekiz boyutlu bir yapı olarak ele almıştır (Marangoz ve Erboy, 2013). Bu kavramlar şu şekilde tanımlanabilir;

Saldırgan rekabetçilik: Saldırgan rekabetçilik, bir işletmenin rakiplerine karşı kafa kafaya mücadele etme ve pazarda üstünlük sağlama konusundaki yoğun istekliliğidir (Lumpkin ve Dess, 1996).

Özerklik: Genel olarak özerklik, firma stratejileri bağlamında izin verildiğinde bile eylemin kendi kendini yönetmesi anlamına gelmektedir (Lumpkin ve Dess, 1996).

Öğrenme Yönlülük: Öğrenme yönlülüğü, bir bireyin deneyimlerinden öğrenmeye karşı takındığı tavırla ilgilidir ve girişimcinin keşfedilmemiş bir alandaki hataların üstesinden gelmek için bilgi tabanını genişletmesini sağlar (Krauss ve diğ., 2005).

Başarı Yönlülük: Başarı yönlülüğü, girişimcinin sürekli olarak performansını artırma ve mükemmelliğe ulaşma dürtüsü olarak tanımlanmakta olup firmanın büyüme potansiyeli ile doğrudan ilişkilendirilmektedir (Krauss ve diğ., 2005).

Kişisel İnisiyatif: Kişisel inisiyatif, girişimcinin çevresel koşulları değiştirmek amacıyla sergilediği öz-başlatmalı ve engellere karşı dirençli tutumunu ifade eder ve işletme

başarısı ile en güçlü korelasyona sahip olan Girişimci Yönelim boyutudur (Krauss ve diğ., 2005).

Girişimcilik yönelimi, işletmelerin girişimci faaliyetlere katılırken benimsedikleri strateji oluşturma süreçleri ve davranış tarzlarını ifade eden bir kurumsal yönelimdir (Lumpkin ve Dess, 2001). Lee ve Peterson (2000) ise Girişimcilik Yönelimini, girişimcilik sürecinde kullanılan yöntemler, gerçekleştirilen faaliyetler ve karar alma biçimlerini kapsayan bir kavram olarak tanımlamıştır. Covin ve diğ. (2020), bireysel girişimcilik yönelimini (Individual Entrepreneurial Orientation-IEO), çalışanların iş yerinde yenilikçi, proaktif ve risk alma davranışları sergilemeye yönelik eğilimleri olarak tanımlamaktadır. Kollmann ve diğ.(2007) göre bireysel girişimcilik yönelimi; bireyin özerklik, yenilikçilik, risk alma, proaktiflik ve rekabetçilik eğilimleri doğrultusunda fırsatları tanıma ve değerlendirme davranışlarıyla ilişkilidir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM

Tezin bu bölümünde araştırmanın modeli, hipotez örgüsü, evren ve örneklem, veri toplama araçları ile verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Hipotez Örgüsü

H1: Serbest zaman becerikliliği yaşam doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Bu hipotez serbest zaman becerikliliği, yaşam doyumunu üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir etkiye sahip olduğu varsayımına dayanmaktadır. Bireyin serbest zamanını etkili planlama, anlamlı etkinliklere yönelme ve bu süreçten doyum sağlama kapasitesini ifade eden çok boyutlu bir yapı olarak, öznel iyi oluş ve yaşam doyumunu ile doğrudan ilişkilidir. Brown vd. (2015), serbest zaman etkinliklerinin tamamının değil; özellikle spor, kültürel miras ziyaretleri ve aktif-yaratıcı faaliyetlerin yaşam doyumunu ile pozitif ve anlamlı bir ilişki içinde olduğunu belirtmektedir. Bu ilişkinin temelinde söz konusu etkinliklerin aktif katılımı ve sosyal etkileşimi desteklemesinin yattığı ifade edilmektedir. serbest zaman etkinliklerinin türüne bağlı olarak yaşam doyumuna katkı sağladığı; aktif ve sosyal içerikli etkinliklerin yaşam doyumunun önemli yordayıcıları olduğu vurgulanmaktadır (Cho ve diğ., 2018). Benzer şekilde, serbest zamanın sosyal boyutunun bireylerin yaşam doyumunu anlamlı biçimde artırdığı ve özellikle sosyalleşmeye dayalı etkinliklerin güçlü bir belirleyici olduğu belirtilmektedir (Đuranović,

2024). Ayrıca bir başka örnekte serbest zaman katılımının kişisel gelişimi ve stresle başa çıkmayı olumlu etkilediği belirtilmektedir (Kim ve diğ., 2021).

Serbest zaman süreçlerinde bireyin yeterlik, özerklik ve ilişkilene gibi temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması, yaşam doyumunu artıran temel mekanizmalar arasında yer almaktadır (Leveresen ve diğ., 2012). Bununla birlikte, serbest zaman etkinliklerine katılımın yaşam doyumundaki varyansın önemli bir kısmını açıkladığı (Sun Kim, 2000) ve bu etkinliklerin bireylerin psikolojik, sosyal ve fiziksel ihtiyaçlarını karşılayarak genel yaşam kalitesini yükselttiği belirtilmektedir (Yaşartürk ve diğ., 2024). Nitekim bu doğrultuda serbest zaman becerikliliği, yaşam doyumunu üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir etkiye sahip olduğu öngörülmektedir.

H2: Serbest zaman becerikliliği inovatif düşünmeyi pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Bu hipotez serbest zaman becerikliliğinin, inovatif düşünme üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir etkiye sahip olduğu hipotezine dayanmaktadır. Literatürde serbest zaman etkinliklerinin yalnızca dinlenme ve eğlenme işlevi taşımadığı, aynı zamanda bireylerin bilişsel, duyuşsal ve yaratıcı gelişimlerine katkı sağladığı vurgulanmaktadır. Özellikle yaratıcı içerikli serbest zaman aktivitelerine katılımın bireylerin bilişsel işlevlerini geliştirdiği ve daha yüksek düzeyde zihinsel performansla ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Fassi, 2025). Nitekim ciddi serbest zaman etkinlikleri ile yenilikçi tüketici özellikleri arasında pozitif ilişkiler bulunduğu belirlenmiştir (Abe ve Morita, 2024). Bu durum, serbest zaman becerikliliğinin yalnızca zaman yönetimi değil, aynı zamanda bireyin yeni fikirler üretme ve uygulama kapasitesiyle de ilişkili olduğunu göstermektedir.

Benzer şekilde, serbest zaman aktivitelerinin bireylerin yaratıcılık düzeyleri üzerinde doğrudan etkili olduğu pek çok çalışmada ortaya konmuştur. serbest zaman etkinliklerine aktif katılım sağlayan bireylerin yaratıcılık puanlarının daha yüksek olduğu ve bu faaliyetlerin yaratıcı süreçler için önemli fırsatlar sunduğu ifade edilmektedir (Elisondo, 2018). Ayrıca Wall (2012), sanat üretimini serbest zaman içerisinde gerçekleştirilen ve bireye yaratıcı mesajlar ile temsiller üretmek için benzersiz bir alan sunan, özgürleştirici (emancipatory) bir eylem olarak tanımlamaktadır. Bu bağlamda serbest zaman, bireyin pasif bir tüketici olmaktan çıkıp, kendi deneyimlerini anlamlandırdığı ve gündelik problemlerine yaratıcı çözümler ürettiği bir özerklik alanıdır. Serbest zaman bağlamında ortaya çıkan inovasyon süreçleri yalnızca bireysel düzeyde

değil, aynı zamanda sosyal ve kültürel bağlamda da şekillenmektedir. Yenilik, bireylerin mevcut durumlara alternatif çözümler geliştirmesi ve farklı düşünme biçimleri üretmesiyle ilişkilidir (Attali ve Saint-Martin, 2015). Bu doğrultuda, serbest zamanlarını etkin kullanan bireylerin yeni deneyimlere açık oldukları, farklı etkinliklere katılarak çeşitli bakış açıları geliştirdikleri ve bu durumun inovatif düşünmeyi beslediği söylenebilir.

Ayrıca serbest zaman deneyimlerinden elde edilen doyumun bireysel yenilikçilik davranışlarını anlamlı ve pozitif yönde etkilediği belirlenmiştir (Siyahtaş ve Ozan-Çakır, 2025). Bunun yanında serbest zaman faaliyetlerinin bireylerin kendini geliştirme, yeni beceriler edinme ve farklı deneyimler kazanma süreçlerine katkı sağladığı da ifade edilmektedir (Lin, 2024). Sonuç olarak, serbest zaman becerikliliği yüksek bireylerin yaratıcı etkinliklere katılım düzeylerinin artması, bilişsel esneklik kazanmaları ve yeni fikirler üretme kapasitelerinin gelişmesi yoluyla inovatif düşünme düzeylerinin yükseldiği değerlendirilmektedir.

H3: İnovatif düşünme yaşam doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Bu hipotez, inovatif düşünmenin bireylerin yaşam doyumunu düzeyini artırdığı varsayımına dayanmaktadır. Yaratıcı düşünme; yeni fikirler üretme, problem çözme ve değişen koşullara uyum sağlama gibi bilişsel süreçlerle ilişkili olup, bireylerin karmaşık durumlara daha etkili yanıt vermelerine ve günlük yaşamın gereksinimlerine uyum sağlamalarına katkı sağlar (Karunarathne ve Calma, 2024). Bu bağlamda inovatif düşünmenin de yaşam doyumuna da arttıracığı fikri öngörülebilir. Nitekim Bu doğrultuda yapılan çalışmalar, Yaratıcılık ile yaşam doyumuna arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen araştırmalar, yaratıcılık düzeyi ile yaşam doyumuna arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Caballero-García ve Sánchez Ruiz, 2021). Bu bulgulara göre inovatif düşünmenin yaşam doyumuna üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Diğer yandan, yaratıcılığın bireyin kendini ifade etmesini kolaylaştırdığı ve yaşam kalitesi ile anlamlı ilişkiler gösterdiği ifade edilmektedir (Khalifa, 2019). Bu bağlamda inovatif düşünmenin bireylerin yaşam doyumunu artıran önemli bir unsur olduğu kabul edilmektedir.

H4: İnovatif düşünme, serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumuna arasındaki ilişkide aracı role sahiptir.

Bu hipotez, serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide inovatif düşünmenin anlamlı bir aracılık rolü oynadığı varsayımına dayanmaktadır. serbest zaman becerikliliği, bireyin serbest zamanını etkin, anlamlı ve kişisel gelişimi destekleyici biçimde kullanabilme kapasitesini ifade etmekte olup, bu becerinin yaşam doyumu ile pozitif yönde ilişkili olduğu literatürde yaygın biçimde ortaya konmuştur (Iwasaki, 2007; Newman ve diğ., 2014). Bununla birlikte, bu ilişkinin altında yatan psikolojik mekanizmaların açıklanması, bireyin bilişsel ve duygusal süreçlerinin dikkate alınmasını gerektirmektedir. Bireylerin yeni deneyimlere açık olmaları, çeşitli etkinlikler geliştirmeleri ve yaratıcı çözümler üretebilmeleri, inovatif düşünmenin söz konusu ilişkide aracılık rolü üstlenebileceğine işaret etmektedir. Nitekim yaratıcılık; yeni ve uygun fikirler üretme, problem çözme ve esnek düşünme süreçleriyle yakından bağlantılıdır ve bu süreçler bireylerin içsel motivasyonunu destekleyerek psikolojik işleyişine katkı sağlar (Hennessey ve Amabile, 2010). Bu bağlamda, serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumunu artırıcı etkisinin, bireyin inovatif düşünme düzeyi aracılığıyla güçlendiği ve dolaylı bir etki oluşturduğu öngörülmektedir.

H5: Bireysel girişimcilik, serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi düzenlemektedir.

Bu hipotez, serbest zaman becerikliliği ile bireysel girişimciliğin etkileşiminin yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu varsayımına dayanmaktadır. Serbest zaman becerikliliği, bireyin serbest zaman etkinliklerini öğrenme, kişisel gelişim, hedef belirleme ve sosyal bağlantılar kurma amacıyla proaktif biçimde düzenlemesini ifade etmektedir (Petrou ve Bakker, 2015). Girişimcilik ise yenilik yapma, fırsatları değerlendirme ve değer yaratma süreçleriyle ilişkilendirilen bir kavramdır (Yılmaz ve Sünbül, 2009). Literatürde serbest zaman etkinliklerine katılım, serbest zaman doyumu ve serbest zamanın verimli değerlendirilmesinin yaşam doyumu ile pozitif ilişkili olduğu gösterilmektedir (Busetta ve diğ., 2024; Köse ve diğ., 2025; Tarkar ve diğ., 2025) Bu doğrultuda bireysel girişimciliğin, serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumu üzerindeki etkisini güçlendiren bir faktör olarak işlev görmesi beklenmektedir. Girişimci bireyler, serbest zamanlarını daha üretken, amaç odaklı ve kendini geliştirmeye yönelik kullanarak yaşam doyumlarını artırabilirler. Bu etkileşim, bireyin hem psikolojik iyi oluşunu hem de yaşamdan aldığı tatmini artıran bütüncül bir mekanizma sunmaktadır.

3.2. Araştırma Modeli

Araştırma, nicel araştırma yaklaşımı çerçevesinde yürütülmüştür. Nicel araştırmalar, gerçekliği araştırmacıdan bağımsız bir olgu olarak ele alan; bu gerçekliğin nesnel biçimde gözlemlenmesi, ölçülmesi ve analiz edilmesine dayanan, pozitivist görüş temelli çalışmalar olarak tanımlanmaktadır. Araştırmada, nicel araştırma yöntemleri kapsamında korelasyonel araştırma deseni benimsenmiştir. Çalışmanın tasarımında ise çok faktörlü yordayıcı korelasyonel model tercih edilmiştir. Korelasyonel araştırmalar, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkilerin, bu değişkenler üzerinde herhangi bir müdahalede bulunulmaksızın incelendiği araştırma türü olarak tanımlanmaktadır. Yordayıcı korelasyonel araştırmalar ise, değişkenler arasındaki ilişkilerin analiz edilerek bir ya da daha fazla değişkenin, diğer değişken(ler)den hareketle tahmin edilmeye çalışıldığı araştırmalar olarak ifade edilmektedir (Büyüköztürk ve diğ., 2020; Karasar, 2020). Bu araştırmada veriler, anket tekniği kullanılarak toplanmıştır.

3.3. Araştırma Grubu

Bu araştırmanın evrenini Necmettin Erbakan Üniversitesinde öğrenim gören üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Necmettin Erbakan Üniversitesinde toplam 35 bin 171 öğrenci bulunmakta olup %95 güven aralığı ve %5 hata payına göre en az 381 kişi örnekleme oluşturmaktadır. Bu bağlamda bu tezde araştırma kapsamında 385 öğrenciye ulaşılmıştır. Örneklemin belirlenmesinde kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Kolayda örnekleme yönteminde araştırmacı, veri toplama sürecine ulaşılması en kolay bireylerden başlayarak gerekli örneklem sayısına ulaşınca kadar devam eder; ayrıca zaman ve maliyet açısından en uygun olan katılımcı veya durumları seçmeyi tercih eder (Cohen, Manion ve Morrison, 2017).

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Betimsel Bulgular

Cinsiyet	N	%
Kadın	251	65,2
Erkek	125	32,5
Haftalık Serbest Zaman Sürenizi belirtiniz	N	%
1-5 saat	79	20,5
6-10 saat	116	30,1
11-15 saat	90	23,4
16 saat ve üzeri	88	22,9
Girişimcilik Konulu Bir Eğitim Aldınız mı?	N	%
Evet	94	24,4
Hayır	277	71,9
Toplam	385	100

Araştırmaya toplam 385 kişi katılmıştır. Katılımcıların cinsiyet dağılımı incelendiğinde, %65,2'sinin kadın (f=251), %32,5'inin ise erkek (f=125) olduğu görülmektedir. Haftalık serbest zaman süresi açısından katılımcıların %20,5'i 1-5 saat (f=79), %30,1'i 6-10 saat (f=116), %23,4'ü 11-15 saat (f=90) ve %22,9'u 16 saat ve üzeri (f=88) serbest zamana sahip olduğunu belirtmiştir. Girişimcilik konusunda eğitim alma durumuna bakıldığında ise katılımcıların %24,4'ünün eğitim aldığı (f=94), %71,9'unun ise eğitim almadığı (f=277) belirlenmiştir.

3.4. Veri Toplama Araçları

Bu tezde, ilk aşamada araştırmaya katılan katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Bu formda cinsiyet, eğitim durumu, haftalık serbest zaman süresi ve girişimcilik eğitimi alıp almadıklarına ilişkin sorular yer almıştır. İkinci aşamada ise Petrou ve Bakker (2016 tarafından geliştirilen ve Sürücü ve Ertan (2022) tarafından Türkçeye uyarlanan Serbest Zaman Becerikliliği Ölçeği, Diener vd. (1985) tarafından geliştirilen ve Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan Yaşam Doyumu Ölçeği, Bilir, Akbaş ve Darıca (2023) tarafından geliştirilen İnovatif Düşünme Eğilimi Ölçeği ve Bolton ve Lane (2012) tarafından geliştirilen ve Ercan ve Yıldırım (2021) tarafından Türkçeye uyarlanan Bireysel Girişimcilik Yönelimi Ölçeği kullanılmıştır.

3.4.1. Boş Zaman Becerikliliği Ölçeği

Petrou ve Bakker (2016) tarafından geliştirilen, Sürücü ve Ertan (2022) tarafından Türkçeye uyarlanan "Boş Zaman Becerikliliği Ölçeği," 5 dereceli Likert tipi bir ölçek olup, 1 en düşük puan (kesinlikle katılmıyorum) ve 5 en yüksek puan (kesinlikle katılıyorum) şeklinde değerlendirilmekte, toplamda 9 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,845, bileşik güvenirlik değeri ise 0,880 olarak bulunmuş; bu sonuçlar, ölçeğin iç tutarlılığa sahip ve güvenilir olduğunu göstermektedir (Sürücü ve Ertan, 2022).

3.4.2. Yaşam Doyumu Ölçeği

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen, Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçeye adapte edilen "Yaşam Doyumu Ölçeği," 7 dereceli Likert tipi bir ölçek olup, 1 en düşük puan (hiç uygun değil) ve 7 en yüksek puan (çok uygun) olarak belirlenmekte, toplamda 5 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,88, test-tekrar test güvenirliği ise 0,97 olarak bulunmuş; bu değerler, ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir (Dağlı ve Baysal, 2016).

3.4.3. İnovatif Düşünme Eğilimi Ölçeği

Bilir, Akbaş ve Darıca (2023) tarafından geliştirilen "İnovatif Düşünme Eğilimi Ölçeği," 1 en düşük puan (bana hiç uygun değil) ve 5 en yüksek puan (bana tamamen uygun) şeklinde değerlendirilen, toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin açıklanan varyans oranı %38 ve Cronbach alfa katsayısı 0,85 olarak belirlenmiş olup, bu değerler ölçeğin güvenilir olduğunu doğrulamaktadır (Bilir, Akbaş ve Darıca, 2023).

3.4.4. Bireysel Girişimcilik Yönelimi Ölçeği

Bolton ve Lane (2012) tarafından geliştirilen, Ercan ve Yıldırım (2021) tarafından Türkçeye uyarlanan "Bireysel Girişimcilik Yönelimi Ölçeği," 1 en düşük puan (hiç katılmıyorum) ve 5 en yüksek puan (tamamen katılıyorum) olarak değerlendirilen, toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0,807 olarak belirlenmiş olup, bu değer, ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir (Ercan ve Yıldırım, 2021).

3.5. Veri Analizi

Araştırma verilerinin analizinde IBM SPSS ve Smart PLS programları kullanılmıştır. İlk aşamada katılımcıların cinsiyet, eğitim durumu, haftalık serbest zaman süresi ve girişimcilik eğitimi alıp almadıklarına ilişkin değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Ölçüm modelinin değerlendirilmesi kapsamında Smart PLS programı kullanılarak faktör yükleri, iç tutarlılık katsayısı (Cronbach's alpha), kompozit güvenirlik (CR) ve açıklanan ortalama varyans (AVE) değerleri incelenmiştir. Ayrışma geçerliliğini test etmek amacıyla Fornell-Larcker kriteri ve HTMT değerleri analiz edilmiştir. Sonraki aşamada araştırma modelinde yer alan değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapısal eşitlik modellemesi uygulanmış, doğrudan, dolaylı ve düzenleyici etkiler değerlendirilmiştir. Modelin açıklayıcılık düzeyi R^2 değerleri ile incelenmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR

Bu bölümde, tez kapsamında elde edilen bulgulara ilişkin bilgiler sunulmuştur.

Tablo 4.1. Değişkenlere İlişkin Çarpıklık (Skewness) ve Basıklık (Kurtosis) Değerleri

Değişken	Skewness		Kurtosis	
	İstatistik	Std. Hata	İstatistik	Std. Hata
Serbest Zaman Becerikliliği	-,719	,124	1,014	,248
Yaşam Doyumu	-,350	,124	-,367	,248
İnovatif Düşünme	-,675	,124	1,120	,248
Bireysel Girişimcilik	-,608	,124	,764	,248

Tablo 4.1, araştırmada kullanılan Serbest Zaman Becerikliliği, Yaşam Doyumu, İnovatif Düşünme ve Bireysel Girişimcilik değişkenlerine ilişkin çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerlerini göstermektedir. Tablo incelendiğinde Serbest Zaman Becerikliliği değişkeninin çarpıklık ve basıklık değerlerinin sırasıyla -0,719 ve 1,014; Yaşam Doyumu değişkeninin -0,350 ve -0,367; İnovatif Düşünme değişkeninin -0,675 ve 1,120; Bireysel Girişimcilik değişkeninin ise -0,608 ve 0,764 olduğu görülmektedir. Araştırmada yer alan tüm değişkenlere ait çarpıklık ve basıklık değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer aldığı görülmektedir.

Tablo 4.2. Faktör Yüğü, İç Tutarlılık, Kompozit Güvenirlik ve Açıklanan Ortalama Varyans Bulguları

Değişken	Faktör Yüğü	İç Tutarlılık (α)	Kompozit Güvenirlik (CR)	Açıklanan Ortalama Varyans (AVE)
Serbest Zaman Becerikliliği	0,598–0,812	0,885	0,908	0,527
Yaşam Doyumu	0,705–0,850	0,850	0,891	0,622
İnovatif Düşünme	0,596–0,751	0,876	0,901	0,503
Bireysel Girişimcilik	0,660–0,783	0,846	0,883	0,520

Tablo 4.2. incelendiğinde Serbest Zaman Becerikliliği ölçeğine ait faktör yüklerinin 0.598 ile 0.812 arasında değiştiği, iç tutarlılık katsayısının 0.885, kompozit güvenirlik (CR) değerinin 0.908 ve açıklanan ortalama varyans (AVE) değerinin 0.527 olduğu belirlenmiştir. Yaşam Doyumu ölçeğinde faktör yüklerinin 0.705 ile 0.850 arasında değiştiği, iç tutarlılık katsayısının 0.850, kompozit güvenirlik değerinin 0.891 ve AVE değerinin 0.622 olduğu tespit edilmiştir. İnovatif Düşünme ölçeğine ait faktör yüklerinin 0.596 ile 0.751 arasında değiştiği, iç tutarlılık katsayısının 0.876, kompozit güvenirlik değerinin 0.901 ve açıklanan ortalama

varyans (AVE) değerinin 0.503 olduğu görülmektedir. Son olarak Bireysel Girişimcilik ölçeğinin faktör yüklerinin 0.660 ile 0.783 arasında değiştiği, iç tutarlılık katsayısının 0.846, kompozit güvenirlik değerinin 0.883 ve AVE değerinin 0.520 olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.3. Fornell-Larcker Bulguları

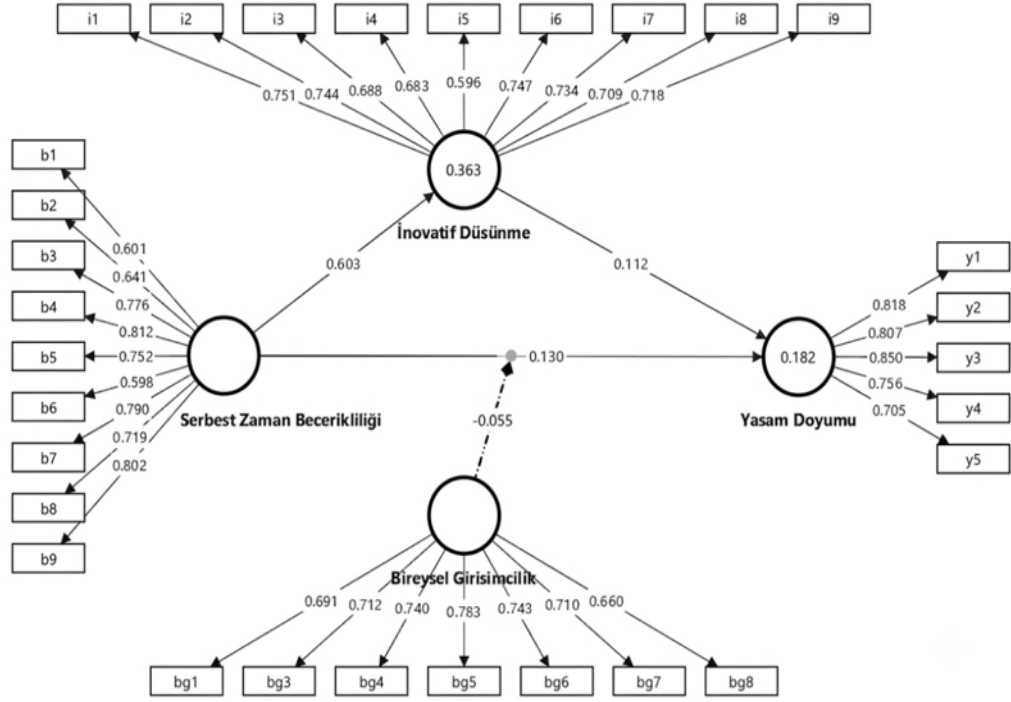
Değişken	1	2	3	4
1. Bireysel Girişimcilik	0,721	-		
2. Serbest Zaman Becerikliliği	0,595	0,726	-	
3. Yaşam Doyumu	0,386	0,346	0,789	-
4. İnovatif Düşünme	0,665	0,603	0,351	0,709

Tablo 4.3. incelendiğinde araştırma modelinde yer alan yapıların ayrışma geçerliliğini değerlendirmek amacıyla Fornell-Larcker kriteri incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre Bireysel Girişimcilik değişkeninin AVE karekök değeri 0.721, Serbest Zaman Becerikliliği değişkeninin 0.726, Yaşam Doyumu değişkeninin 0.789 ve İnovatif Düşünme değişkeninin 0.709 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 4.4. Heterotrait-Monotrait (HTMT) Bulguları

Değişken	1	2	3	4
1. Bireysel Girişimcilik	-			
2. Serbest Zaman Becerikliliği	0,688	-		
3. Yaşam Doyumu	0,427	0,374	-	
4. İnovatif Düşünme	0,777	0,683	0,390	-

Tablo 4.4. bulgularına bakıldığında araştırma modelinde yer alan yapılara ilişkin Heterotrait-Monotrait (HTMT) oranları incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre HTMT değerlerinin 0.374 ile 0.777 arasında değiştiği belirlenmiştir. En yüksek HTMT değeri 0.777 ile İnovatif Düşünme ve Bireysel Girişimcilik değişkenleri arasında gözlenmiştir. Tüm HTMT değerlerinin 0.85 eşik değerinin altında olması, modelde yer alan yapılar arasında ayrışma geçerliliğinin sağlandığını göstermektedir.



Şekil 4.1. Tezin Yapısal Modeli

Şekil 4.1'de araştırmaya ilişkin yapısal model sunulmuştur. Modelde Serbest Zaman Becerikliliği, İnovatif Düşünme, Bireysel Girişimcilik ve Yaşam Doyumu değişkenleri arasındaki yapısal ilişkiler ile ölçüm modeline ait standartlaştırılmış faktör yükleri gösterilmektedir. Yapısal modelde Serbest Zaman Becerikliliğinin İnovatif Düşünme üzerindeki yol katsayısı 0,603, İnovatif Düşünmenin Yaşam Doyumu üzerindeki yol katsayısı 0,112 ve Serbest Zaman Becerikliliğinin Yaşam Doyumu üzerindeki doğrudan etkisi 0,130 olarak elde edilmiştir. Bireysel Girişimciliğin moderatör etkisine ilişkin etkileşim katsayısı ise -0,055 olarak hesaplanmıştır. Modelde İnovatif Düşünme değişkenine ilişkin açıklanan varyans (R^2) değeri 0,363, Yaşam Doyumu değişkenine ilişkin açıklanan varyans (R^2) değeri ise 0,182 olarak belirlenmiştir. Ölçüm modelinde yer alan gözlenen değişkenlerin standartlaştırılmış faktör yükleri Serbest Zaman Becerikliliği için 0,598-0,812, İnovatif Düşünme için 0,596-0,751, Bireysel Girişimcilik için 0,660-0,783 ve Yaşam Doyumu için 0,705-0,850 aralığında bulunmuştur.

Tablo 4.5. Toplam ve Dolaylı Etki Bulgular

Yol	Etki (β)	Standart Sapma	t	p
Serbest Zaman Becerikliliği -> Yaşam Doyumu	0,130	0,066	1,982	0,048
Serbest Zaman Becerikliliği -> İnovatif Düşünme	0,603	0,039	15,518	0,00
İnovatif Düşünme -> Yaşam Doyumu	0,112	0,070	1,612	0,107
Serbest Zaman Becerikliliği -> İnovatif Düşünme -> Yaşam Doyumu	0,068	0,043	1,576	0,115
Serbest Zaman Becerikliliği $\times$ Bireysel Girişimcilik $\rightarrow$ Yaşam Doyumu	-0,055	0,032	1,735	0,083

Serbest Zaman Becerikliliğinin Yaşam Doyumu üzerindeki etkisinin pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($\beta = 0.130$, $t = 1.982$, $p = 0.048$). Bu doğrultuda H_1 hipotezi desteklenmiştir.

Serbest Zaman Becerikliliğinin İnovatif Düşünme üzerindeki etkisinin pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($\beta = 0.603$, $t = 15.518$, $p < 0.001$). Bu bulguya göre H_2 hipotezi desteklenmiştir. Serbest Zaman Becerikliliği

İnovatif Düşünmenin Yaşam Doyumu üzerindeki etkisinin pozitif yönlü ancak istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($\beta = 0.112$, $t = 1.612$, $p = 0.107$). Bu doğrultuda H_3 hipotezi desteklenmemiştir.

Serbest Zaman Becerikliliğinin Yaşam Doyumu üzerindeki etkisinde İnovatif Düşünmenin aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($\beta = 0.068$, $t = 1.576$, $p = 0.115$). Bu bulgu H_4 hipotezinin desteklenmediğini göstermektedir.

Serbest Zaman Becerikliliği ile Bireysel Girişimcilik etkileşiminin Yaşam Doyumu üzerindeki düzenleyici etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($\beta = -0.055$, $t = 1.735$, $p = 0.083$). Bu doğrultuda H_5 hipotezi desteklenmemiştir.

Tablo 4.6. R2 Bulguları

Değişken	R ²	Düzeltilmiş R ²
Yaşam Doyumu	0,182	0,174
İnovatif Düşünme	0,363	0,361

Tablo 4.6.'te analiz sonuçlarına göre modelde yer alan endojen değişkenlerin açıklayıcılık düzeylerini gösteren R² değerleri incelenmiştir. Buna göre, İnovatif Düşünme değişkenine ait R² değerinin 0.363 olduğu ve model tarafından orta düzeyde açıklandığı görülmektedir. Yaşam Doyumu değişkenine ait R² değerinin ise 0.182 olduğu ve model tarafından düşük düzeyde açıklandığı belirlenmiştir.

Tablo 4.7. Cinsiyet Açısından Bağımsız Gruplar T-Testi Bulguları

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	S.S	t	p
BZB	Kadın	251	3,77	.722	.752	.452
	Erkek	125	3,71	.672		
YD	Kadın	251	4,33	1,32	1,853	.065
	Erkek	125	4,07	1,22		
İD	Kadın	251	3,93	.646	.389	.697
	Erkek	125	3,90	.627		
BG	Kadın	251	3,57	.740	-1,738	.083
	Erkek	125	3,71	.673		

Not. BZB: serbest zamanan becerikliliği, YD: yaşam doyumu, İD: inovatif düşünme, BG: bireysel girişimcilik

Tablo 4.7. te T testi bulgularına göre BZB [$t(374)=.752$, $p>.05$], YD [$t(374)=1,853$, $p>.05$], İD [$t(374)=.389$, $p>.05$] ve BG’de [$t(374)=-1,738$, $p>.05$] herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır ($p>.05$).

Tablo 4.8. Girişimcilik Eğitimi Alma Durumu Açısından Bağımsız Gruplar T-Testi Bulguları

Değişken	Girişimcilik	N	$\bar{x}$	S.S	t	p
BZB	Evet	94	4,02	.623	4,319	.001
	Hayır	277	3,67	.705		
YD	Evet	94	4,36	1,35	,882	.378
	Hayır	277	4,22	1,27		
İD	Evet	94	4,10	.513	3,352	.001
	Hayır	277	3,86	.652		
BG	Evet	94	3,86	.571	4,344	.001
	Hayır	277	3,54	.736		

Not. BZB: serbest zamanan becerikliliği, YD: yaşam doyumu, İD: inovatif düşünme, BG: bireysel girişimcilik

Tablo 4.8. incelendiğinde T testi bulgularına göre BZB [$t(369)=4,319$, $p<.05$], YD [$t(369)=,882$, $p>.05$], İD [$t(369)=3,352$, $p<.05$] ve BG’de [$t(205,205)=4,344$, $p<.05$] anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yalnızca YD değişkeninde herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır ($p>.05$).

Tablo 4.9. Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA

Sonuçları

Süre	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	P	Anlamlılık
1-5 (1)	79	4,42	1,37	G. arası	12,409	3	4,136	2,477	061	
6-10 (2)	116	4,42	1,19	G. içi	616,175	369	1,670			
11-15 (3)	90	4,11	1,18	Toplam	628,584	372				
16 ve + (4)	88	4,01	1,43							
Toplam	373	4,25	1,29							

Tablo 4.9. incelendiğinde katılımcıların yaşam doyumu ortalaması puanlarının haftalık serbest zaman süresine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($F=2.477$; $p>.05$).

Tablo 4.10. Serbest Zaman Becerikliliği Ölçeği Puanlarının Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Süre	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	P	Anlamlılık
1-5 (1)	79	4.01	.606	G. arası	11,302	3	3,767	7,883	,001	1-3, 1-4, 2-4
6-10 (2)	116	3.83	.704	G. içi	176,353	369	0,478			
11-15 (3)	90	3.66	.716	Toplam	187,656	372				
16 ve + (4)	88	3.52	.717							
Toplam	373	3.76	.710							

Tablo 4.10. incelendiğinde katılımcıların serbest zaman becerikliliği ölçeği puanlarının haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($F=7.883$; $p<0.05$). Katılımcıların serbest zaman becerikliliği düzeylerinin hangi gruplar arasında farklılık gösterdiğini belirlemek amacıyla yapılan LSD testi sonuçlarına göre haftalık 1-5 saat serbest zamana sahip katılımcıların serbest zaman becerikliliği puanlarının ($X=4.01$), haftalık 11-15 saat ($X=3.66$) ve 16 saat ve üzeri serbest zamana sahip katılımcılardan ($X=3.52$) daha yüksek olduğu; haftalık 6-10 saat serbest zamana sahip katılımcıların serbest zaman becerikliliği puanlarının ise ($X=3.83$), haftalık 16 saat ve üzeri serbest zamana sahip katılımcılardan ($X=3.52$) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.11. İnovatif Düşünme Ölçeği Puanlarının Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Süre	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	P	Anlamlılık
1-5 (1)	79	4,08	,575	G. arası	6,729	3	2,243	5,669	,001	1-3, 1-4, 2-4
6-10 (2)	116	3,98	,588	G. içi	146,009	369	,396			
11-15 (3)	90	3,88	,647	Toplam	152,738	372				
16 ve + (4)	88	3,71	,702							
Toplam	373	3,91	,640							

Tablo 4.11. incelendiğinde katılımcıların inovatif düşünme ölçeği puanlarının haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($F=5.669$; $p<0.05$). Katılımcıların inovatif düşünme düzeylerinin hangi gruplar arasında farklılık

gösterdiğini belirlemek amacıyla yapılan LSD testi sonuçlarına göre, haftalık 1-5 saat serbest zamana sahip katılımcıların inovatif düşünme puanlarının ($X=4.08$), haftalık 11-15 saat ($X=3.88$) ve 16 saat ve üzeri serbest zamana sahip katılımcılardan ($X=3.71$) daha yüksek olduğu; haftalık 6-10 saat serbest zamana sahip katılımcıların inovatif düşünme puanlarının ise ($X=3.98$), haftalık 16 saat ve üzeri serbest zamana sahip katılımcılardan ($X=3.71$) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.12. Bireysel Girişimcilik Ölçeği Puanlarının Haftalık Serbest Zaman Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Süre	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	P	Anlamlılık
1-5 (1)	79	3,72	,623	G. arası	4,345	3	1,448	2,817	,039	1-4, 2-4
6-10 (2)	116	3,72	,685	G. içi	189,694	369	,514			
11-15 (3)	90	3,55	,790	Toplam	194,038	372				
16 ve + (4)	88	3,47	,755							
Toplam	373	3,62	,722							

Tablo 4.12. incelendiğinde katılımcıların bireysel girişimcilik puanlarının haftalık serbest zaman süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($F=2.817$; $p<0.05$). Katılımcıların bireysel girişimcilik düzeylerinin hangi gruplar arasında farklılık gösterdiğini belirlemek amacıyla yapılan LSD testi sonuçlarına göre, haftalık 1-5 saat serbest zamana sahip katılımcıların bireysel girişimcilik puanlarının ($X=3.72$), haftalık 16 saat ve üzeri serbest zamana sahip katılımcılardan ($X=3.47$) daha yüksek olduğu; haftalık 6-10 saat serbest zamana sahip katılımcıların bireysel girişimcilik puanlarının ise ($X=3.72$), haftalık 16 saat ve üzeri serbest zamana sahip katılımcılardan ($X=3.47$) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir

BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ, ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma bulguları ilgili literatür çerçevesinde tartışılacak, elde edilen sonuçlara yer verilecek ve araştırma sonuçları doğrultusunda uygulayıcılara ve gelecekte yapılacak çalışmalara yönelik öneriler sunulacaktır.

5.1. Tartışma

1.Serbest zaman becerikliliği yaşam doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Bu araştırmada elde edilen bulgular, serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Başka bir ifadeyle, bireylerin serbest zamanlarını planlama, uygun etkinlikleri seçme, karşılaştıkları engelleri aşma ve bu zamanı verimli kullanma becerileri arttıkça yaşamlarından duydukları memnuniyet de artmaktadır. Bu sonuç, serbest zamanın yalnızca boş zamanın değerlendirilmesiyle sınırlı olmadığını; bireyin psikolojik, sosyal ve kişisel gelişimini destekleyen önemli bir yaşam alanı olduğunu göstermektedir. Bu ilişkinin temelinde, serbest zaman becerikliliğine sahip bireylerin boş zamanlarını kendi ilgi ve ihtiyaçları doğrultusunda daha bilinçli yönetebilmeleri yer almaktadır. Serbest zamanını etkili biçimde değerlendiren bireyler ilgi duydukları etkinliklere daha fazla katılabilmekte, yeni beceriler kazanabilmekte, sosyal ilişkilerini güçlendirebilmekte ve günlük yaşamın stresinden uzaklaşabilmektedir. Bu durum olumlu duyguların artmasına, psikolojik iyi oluşun desteklenmesine ve sonuç olarak yaşam doyumunun yükselmesine katkı sağlayabilmektedir. Dolayısıyla serbest zaman becerikliliği yalnızca zaman yönetimi becerisi değil, aynı zamanda bireyin yaşam kalitesini artıran önemli bir kişisel kaynak olarak değerlendirilebilir. Araştırmanın bu bulgusu literatürde yer alan çalışmalarla da örtüşmektedir. Pressman ve arkadaşları (2009), keyif verici serbest zaman etkinliklerine katılımın psikolojik iyi oluşu artırdığını ve fiziksel sağlık göstergelerini olumlu yönde etkilediğini ortaya koymuştur. Benzer şekilde Heo ve arkadaşları (2013), bireylerin anlamlı ve kendileri için değer taşıyan serbest zaman etkinliklerine katılmalarının yaşam memnuniyetini artırdığını belirtmiştir. Sirgy ve arkadaşları (2011) ise serbest zaman kapsamında değerlendirilen seyahat deneyimlerinden elde edilen tatminin, bireylerin farklı yaşam alanlarındaki doyumunu artırarak genel yaşam doyumuna olumlu katkı sağladığını ifade etmektedir. Mevcut araştırmanın bulgusu, söz konusu çalışmaları desteklemekle birlikte, yaşam doyumunu artıran unsurun yalnızca serbest zaman etkinliklerine katılım olmadığını, bu etkinlikleri planlama, organize etme ve sürdürebilme becerisinin de önemli olduğunu göstermektedir. Başka bir ifadeyle,

serbest zamanın yaşam doyumuna katkısı, bireyin sahip olduğu serbest zaman becerikliliği sayesinde daha etkili biçimde ortaya çıkmaktadır. Bu yönüyle araştırma, serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumunu açıklayan önemli değişkenlerden biri olduğunu ortaya koyarak ilgili literatüre katkı sağlamaktadır.

2. Serbest zaman becerikliliği inovatif düşünmeyi pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Bu çalışmada elde edilen bulgular, serbest zaman becerikliliğinin inovatif düşünme üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Başka bir ifadeyle, bireylerin serbest zamanlarını planlı, aktif ve gelişim odaklı şekilde değerlendirme becerileri arttıkça yenilikçi fikir üretme ve farklı bakış açıları geliştirme eğilimlerinin de arttığı görülmektedir. Bu durum, serbest zamanın yalnızca dinlenme amacı taşıyan bir süreç olmadığını; aynı zamanda bireylerin yaratıcılıklarını ve bilişsel esnekliklerini geliştiren önemli bir alan olduğunu ortaya koymaktadır. Csikszentmihalyi (1996), yaratıcılığın temelinde merak, yenilik arayışı ve keşfetme eğilimlerinin bulunduğunu belirtmektedir. Yazara göre bireylerin keşif ve risk alma fırsatlarının kısıtlanması yaratıcı davranış motivasyonunu azaltabilmektedir. Bu doğrultuda, serbest zamanını etkin şekilde yönetebilen bireylerin farklı deneyimlere daha fazla açık hale gelmesi, yeni fikirler geliştirme kapasitelerini artırabilmektedir. Ayrıca Maddux ve Galinsky (2009), yurt dışında yaşama ve özellikle farklı bir kültüre adaptasyon sürecinin bireylerin bilişsel esnekliğini artırdığını; bu sürecin, yerleşik zihinsel kalıpların dışına çıkılmasını sağlayarak yaratıcı düşünce üretimini desteklediğini savunmaktadır.

Benzer şekilde, serbest zaman becerikliliği de bireylerin farklı deneyimlere yönelmesini, yeni beceriler kazanmasını ve alternatif bakış açıları geliştirmesini sağlayarak inovatif düşünme düzeylerini artırabilmektedir. Benzer şekilde Leung ve diğ., (2008), farklı kültürel deneyimlerin bireylerin yeni fikir, bakış açısı ve bilişsel şemalarla karşılaşmasını sağlayarak yaratıcı ve yenilikçi düşünme süreçlerini desteklediğini belirtmektedir. Dolayısıyla, serbest zamanlarını etkili değerlendiren bireylerin farklı deneyimlere daha açık hale gelmesi inovatif düşüncelerini destekleyebilmektedir. Bu bağlamda bulgular, serbest zaman becerikliliğinin inovatif düşünme açısından önemli bir unsur olduğunu göstermektedir.

3.İnovatif düşünme yaşam doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Araştırmanın üçüncü hipotezi doğrultusunda inovatif düşünme ile yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda, inovatif düşünmenin yaşam doyumu üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Bu

doğrultuda, inovatif düşünmenin yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediğini öne süren hipotez desteklenmemiştir.

Diener ve diğ., (1999) göre bireylerin sahip oldukları hedefler ve bu hedeflere yönelik ilerleme süreçleri, öznel iyi oluş ve yaşam doyumunun önemli belirleyicileri arasında yer almaktadır. Amabile ve diğ., (2016) tarafından yapılan araştırmada, pozitif duygular ile yaratıcı düşünme arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca Fredrickson'un (2001) broaden-and-build teorisine göre olumlu duygular bireylerin anlık düşünce-eylem repertuarını genişletmekte, zamanla bireylerin bilişsel ve psikolojik kaynaklarını geliştirmekte ve uzun vadede duygusal iyi oluşlarını artırmaktadır. Tang ve diğ., (2021) tarafından yapılan çalışmada, yaratıcı süreç katılımı ile bireylerin iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir. Benzer biçimde Conner ve diğ. (2018), günlük yaratıcı davranışlar ile bireylerin iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişki olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmalar dikkate alındığında, mevcut araştırmada anlamlı bir ilişki bulunamaması literatürdeki bazı bulgularla çelişmektedir.

Bu farklılığın nedeni örneklem grubunun özelliklerinden kaynaklanabilir. Araştırmadaki katılımcılar serbest zaman becerikliliği bağlamında değerlendirilmiştir ve bireylerin inovatif düşünceye sahip olmaları tek başına yaşam doyumlarını artırmak için yeterli olmayabilir. Yaşam doyumunu; bireylerin sağlık durumu, sosyal ilişkileri, ekonomik koşulları ve çeşitli yaşam alanlarına ilişkin değerlendirmeleriyle ilişkili çok boyutlu bir yapıdır (Diener ve diğ., 1999; Proctor ve diğ., 2009). Dolayısıyla inovatif düşünme, yaşam doyumunu doğrudan açıklamak yerine mevcut modelde olduğu gibi farklı değişkenler aracılığıyla dolaylı etkiler oluşturuyor olabilir.

4. İnovatif düşünme, serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide aracı role sahiptir.

Araştırmanın dördüncü hipotezi doğrultusunda serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide inovatif düşünmenin aracılık etkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda, inovatif düşünmenin serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkideki dolaylı etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Bu doğrultuda, inovatif düşünmenin serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide aracı rol üstlendiğini öne süren H4 hipotezi desteklenmemiştir.

Literatürde serbest zaman etkinliklerinin bireylere farklı deneyimler kazandırarak yaratıcı ve inovatif düşünme becerilerini desteklediği, yeni durumlara uyum sağlama

kapasitesini artırdığı ve bireylerin yeniliklere daha açık hale gelmesine katkı sağladığı ifade edilmektedir (Richards, 2010). Ayrıca yaratıcı potansiyelin gelişiminde bireyin deneyim çeşitliliği ile çevresel fırsatların belirleyici olduğu belirtilmektedir (Beghetto ve Kaufman, 2014). Bu doğrultuda, serbest zaman becerikliliğinin inovatif düşünmeyi desteklemesi ve bunun da yaşam doyumuna olumlu yönde yansması beklenebilir. Ancak mevcut araştırmada inovatif düşünmenin serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumuna arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol üstlenmediği belirlenmiştir. Bu bulgu, inovatif düşünmenin tek başına serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumuna etkisini açıklayan yeterli bir mekanizma olmadığını göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarını çoğunlukla eğlenme, dinlenme ve kişisel gelişim amacıyla değerlendirdikleri görülmektedir. Karaderi (2021), üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarını ağırlıklı olarak rahatlatma ve eğlenme odaklı etkinliklerle geçirdiklerini belirtmektedir. Bu durum, serbest zaman becerikliliğinin inovatif düşünmeyi desteklemesine rağmen, geliştirilen inovatif düşünme becerilerinin yaşam doyumuna yansıyacak somut kazanımlara dönüşmesini sınırlıyor olabilir. Nitekim üniversite öğrencilerinin geliştirdikleri inovatif düşünme becerilerini henüz akademik başarılarına, kariyer gelişimlerine ya da günlük yaşamlarında karşılaştıkları problemlerin çözümüne yansıtabilecek düzeyde yaşam ve çalışma deneyimine sahip olmamaları da bu bulgunun olası açıklamalarından biri olarak değerlendirilebilir. Yenilikçi düşüncenin bireyin yaşam doyumuna katkısı, bu düşüncelerin problem çözme, karar verme, üretkenlik ve başarı gibi alanlarda uygulamaya aktarılmasıyla daha belirgin hale gelebilmektedir. Bununla birlikte yaşam doyumuna, özellikle gençlerde ve üniversite öğrencilerinde psikolojik stres, akademik işlevsellik, sosyal ilişkiler ve algılanan sosyal destek gibi birçok faktörden etkilenen çok boyutlu bir yapı olarak değerlendirilmektedir (Park, 2004; Stallman, 2010). Bu nedenle inovatif düşünmenin yaşam doyumuna üzerindeki dolaylı etkisinin sınırlı kalmış olabileceği düşünülmektedir.

Bununla birlikte, araştırmada inovatif düşünmenin yaşam doyumuna üzerinde doğrudan anlamlı bir etkisinin bulunmaması, mevcut modelde aracılık etkisinin ortaya çıkmamasını açıklayan temel nedenlerden biri olarak değerlendirilebilir. Nitekim aracılık ilişkisinin ortaya çıkabilmesi için aracı değişkenin bağımlı değişken üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olması beklenmektedir. Mevcut araştırmada bu koşulun sağlanmamış olması, inovatif düşünmenin serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumuna arasındaki ilişkiyi açıklayan bir mekanizma olarak işlev görmediğini göstermektedir.

5. Bireysel girişimcilik, serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumuna arasındaki ilişkiyi düzenlemektedir.

Araştırmanın dördüncü hipotezi doğrultusunda serbest zaman becerikliliği ile bireysel girişimcilik etkileşiminin yaşam doyumu üzerindeki düzenleyici etkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda, serbest zaman becerikliliği ile bireysel girişimcilik etkileşiminin yaşam doyumu üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Bu doğrultuda, bireysel girişimciliğin serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide düzenleyici rol üstlendiğini öne süren hipotez desteklenmemiştir.

Literatürde girişimcilik özelliklerinin bireylere özerklik, bağımsız karar alma ve fırsatları değerlendirme eğilimi kazandırabildiği; özellikle fırsat odaklı girişimcilik süreçlerinde bunun yaşam doyumu ve öznel iyi oluş üzerinde olumlu sonuçlar doğurabildiği belirtilmektedir (Binder ve Coad, 2013; Naudé ve diğ., 2014). Ancak mevcut araştırmada bu özelliklerin serbest zaman becerikliliği ile birleştğinde yaşam doyumu üzerinde ek bir katkı oluşturmadığı görülmüştür. Bu bulgu, bireysel girişimciliğin serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumu üzerindeki etkisini değiştirecek ölçüde belirleyici bir değişken olmadığını düşündürmektedir. Bunun olası açıklamalarından biri, yaşam doyumunun sağlık, aile ilişkileri, iş yaşamı, ekonomik koşullar gibi birçok faktörün ortak etkisiyle şekillenen çok boyutlu bir yapı olmasıdır (Sirgy ve diğ., 2006; Howell ve Howell, 2008). Dolayısıyla bireysel girişimcilik eğilimi, tek başına serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi güçlendirecek düzeyde bir etki oluşturmamış olabilir.

Araştırma örnekleminin üniversite öğrencilerinden oluşması da elde edilen bulgunun açıklanmasında önemli bir etken olarak değerlendirilebilir. Üniversite öğrencilerinde bireysel girişimcilik çoğunlukla bir eğilim veya potansiyel düzeyinde kalmakta; bu eğilim henüz somut girişimcilik faaliyetlerine, iş deneyimine ya da kariyer çıktılarıyla desteklenen başarılarla dönüşmemektedir. Bu nedenle girişimcilik eğiliminin bireylerin yaşam doyumu üzerinde belirgin bir etki oluşturmaması beklenmeyebilir. Başka bir ifadeyle, girişimcilik eğilimi bireylerin kişisel özelliklerini yansıtsa da bu özelliklerin yaşam doyumunu artıracak somut kazanımlara dönüşebilmesi için girişimcilik deneyiminin aktif olarak yaşanması ve bireye çeşitli psikolojik, sosyal veya ekonomik getiriler sağlaması gerekmektedir. Araştırma grubunun bu sürecin henüz başlangıç aşamasında olması, bireysel girişimciliğin serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi anlamlı düzeyde güçlendirememesini açıklayabilir. Girişimcilik, bireylere bağımsız hareket etme ve fırsatları değerlendirme olanağı sunmasının yanında belirsizlik, risk alma, yoğun çalışma temposu ve yüksek sorumluluk gibi çeşitli zorlukları da beraberinde getirmektedir. Bu süreçte karşılaşılan baskı ve stres, bireylerin psikolojik iyi oluşunu olumsuz etkileyebilmekte ve girişimcilik eğiliminin yaşam doyumuna sağlayabileceği

olumlu katkıyı sınırlandırabilmektedir (Uy ve diğ., 2013). Dolayısıyla bireysel girişimcilik, tek başına serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumu üzerindeki olumlu etkisini güçlendiren bir özellik olarak ortaya çıkmamış olabilir.

5.2. Sonuç ve Öneriler

Araştırmadan elde edilen bulgular, ilgili bölümde literatür destekli olarak tartışılmıştır. Buna göre, araştırmanın sonuçları aşağıdaki gibidir:

- Serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumu üzerinde pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, bireylerin serbest zamanlarını planlı, verimli ve amaçlı bir şekilde değerlendirme becerileri arttıkça yaşam doyumlarının da arttığını ortaya koymaktadır.
- Serbest zaman becerikliliğinin inovatif düşünme üzerinde pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, bireylerin serbest zamanlarını etkili yönetme ve değerlendirme becerileri arttıkça inovatif düşünme düzeylerinin de arttığını göstermektedir.
- İnovatif düşünmenin yaşam doyumu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin bulunmadığı belirlenmiştir. Bu sonuç, yaşam doyumunun yalnızca bireylerin inovatif düşünme düzeyleriyle açıklanamayacağını ve yaşam doyumunun çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymaktadır.
- Bireysel girişimciliğin, serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide düzenleyici etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Bu bulgu, bireysel girişimciliğin serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi düzenleyen bir değişken olarak işlev görmediğini göstermektedir.
- Serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide inovatif düşünmenin aracı rolünün istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Buna göre, inovatif düşünme serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumu üzerindeki etkisini açıklayan anlamlı bir aracı değişken olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda gelecekte yapılacak araştırmalara ve uygulayıcılara yönelik öneriler geliştirilmiştir. Bu öneriler aşağıdaki gibidir:

- Araştırmada serbest zaman becerikliliğinin yaşam doyumu üzerinde olumlu etkisinin bulunması doğrultusunda, üniversitelerde ve gençlik merkezlerinde bireylerin serbest zamanlarını planlı, verimli ve kişisel gelişimlerini destekleyecek şekilde değerlendirmelerine yönelik eğitim ve farkındalık programları düzenlenebilir.
- Serbest zaman becerikliliğinin inovatif düşünmeyi artırdığı sonucundan hareketle, eğitim kurumları ve yerel yönetimler bireylerin yaratıcılıklarını geliştirebilecek sosyal, kültürel, sanatsal ve rekreatif etkinliklerin çeşitlendirilmesine yönelik çalışmalar gerçekleştirebilir.
- Serbest zaman becerikliliğinin inovatif düşünmeyi desteklediği bulgusundan hareketle, üniversitelerde öğrencilerin serbest zamanlarını yenilikçi projelere dönüştürebilecekleri bireysel girişimcilik, proje geliştirme ve sosyal inovasyon odaklı hibrit (çevrim içi ve yüz yüze) eğitim ve uygulama programları geliştirilebilir.
- Rekreasyon ile inovasyonu bütünleştiren atölye, yarışma ve proje temelli uygulamalar üniversite bünyesinde yaygınlaştırılarak öğrencilerin hem serbest zaman beceriklilikleri hem de yenilikçi düşünme kapasiteleri desteklenebilir.
- İnovatif düşünmenin yaşam doyumu üzerinde doğrudan anlamlı bir etkisinin bulunmaması nedeniyle, gelecekte yapılacak araştırmalarda öz yeterlilik, psikolojik iyi oluş, yaşam kalitesi, psikolojik dayanıklılık, mutluluk ve sosyal destek gibi farklı değişkenlerin modele dâhil edilmesi önerilebilir.
- Bireysel girişimciliğin düzenleyici etkisinin anlamlı bulunmaması doğrultusunda, farklı yaş grupları, farklı meslek grupları veya aktif girişimcilik deneyimine sahip bireylerden oluşan örneklem üzerinde benzer çalışmalar gerçekleştirilebilir.
- Araştırma belirli bir örneklem grubuyla sınırlı olduğundan, ilerleyen araştırmalarda farklı üniversitelerde öğrenim gören öğrenciler, çalışan bireyler, emekliler veya farklı sosyo-demografik özelliklere sahip örneklem üzerinde benzer çalışmalar yürütülebilir.
- Değişkenler arasındaki ilişkilerin zaman içerisindeki değişimini ortaya koyabilmek amacıyla boylamsal araştırmalar gerçekleştirilebilir.

- İnovatif düşünmenin yaşam doyumu üzerindeki etkisinin neden anlamlı bulunmadığını daha ayrıntılı incelemek amacıyla nitel araştırma yöntemlerinden yararlanılabilir.
- Serbest zaman becerikliliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin daha kapsamlı açıklanabilmesi amacıyla psikolojik iyi oluş, öz yeterlilik, sosyal destek, yaşam kalitesi, mutluluk, stres düzeyi ve akademik başarı gibi farklı aracı veya düzenleyici değişkenler gelecekteki araştırmalara dâhil edilebilir.



KAYNAKÇA

- Abdel Hadi, S., Bakker, A. B., & Häusser, J. A. (2021). The role of leisure crafting for emotional exhaustion in telework during the COVID-19 pandemic. *Anxiety, Stress, & Coping*, 34(5), 530–544. <https://doi.org/10.1080/10615806.2021.1903447>
- Abe, T., & Morita, Y. (2024). An analysis of the relationship between the characteristics of innovative consumers and the degree of serious leisure in user innovation. Fukuoka University.
- Adhlatma, A., Muna, N., & Fachrunnisa, O. (2019). Business and leisure “bleisure” in organization: Antecedents and outcomes. *Jurnal Dinamika Manajemen*, 10(2), 216–228. <https://doi.org/10.15294/jdm.v10i2.19783>
- Ahlin, B., Drnovšek, M., & Hisrich, R. D. (2014). Entrepreneurs’ creativity and firm innovation: The moderating role of entrepreneurial self-efficacy. *Small Business Economics*, 43(1), 101–117.
- Ak, O. (2020). Yaş kuşaklarının rekreasyonel etkinliklere bakışı. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Aktop, M., & Göksel, A. G. (2023). Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Sports for All and Recreation (Herkes İçin Spor ve Rekreasyon Dergisi)*, 5(2), 99–109. <https://doi.org/10.56639/jsar.1386975>
- Aloulou, W., & Fayolle, A. (2005). A conceptual approach of entrepreneurial orientation within small business context. *Journal of Enterprising Culture*, 13(01), 21–45.
- Alparslan, T., Kılıçgil, E., & Başpınar, E. (2003). Türk Silahlı Kuvvetlerine bağlı Türk Hava Kuvvetleri Komutanlığı karargahında görev yapan askeri personelin boş zaman değerlendirmelerinde sporun yeri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 99–106.
- Altay, B., & Aydın Avcı, İ. (2009). Huzurevinde yaşayan yaşlılarda özbakım gücü ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Dicle Tıp Dergisi*, 36(4), 275–282.
- Amabile, T. M., & Pratt, M. G. (2016). The dynamic componential model of creativity and innovation in organizations: Making progress, making meaning. *Research in Organizational Behavior*, 36, 157–183. <https://doi.org/10.1016/j.riob.2016.10.001>
- Anderson, N., Potočník, K., & Zhou, J. (2014). Innovation and creativity in organizations: A state-of-the-science review, prospective commentary, and guiding framework. *Journal of Management*, 40(5), 1297–1333. <https://doi.org/10.1177/0149206314527128>
- Antonis, T. (2021). The cultivation of creativity in the classroom. *SunText Review of Case Reports & Images*, 2(4), Article 136. <https://doi.org/10.51737/2766-4589.2021.036>
- Arslan, S. (2011). Serbest zaman kullanımı: Sıradan serbest zaman etkinlikleri ve sistemli serbest zaman etkinlikleri. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(2), 1–10.
- Aşan, Ö., & Erenler, E. (2008). İş tatmini ve yaşam tatmini ilişkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13(2), 203–216.

- Attali, M., & Saint-Martin, J. (2015). Innovation in alpine sports and leisure activities: Issues, processes and dynamics. *Loisir et Société / Society and Leisure*, 38(3), 310–314. <https://doi.org/10.1080/07053436.2015.1083757>
- Awan, U., Sroufe, R., & Kraslawski, A. (2019). Creativity enables sustainable development: Supplier engagement as a boundary condition for the positive effect on green innovation. *Journal of Cleaner Production*, 226, 172–185. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2019.03.308>
- Ayhan, R., Akay, B., Öçalan, M., & Orhan, R. (2022). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda düzeyleri ile akademik öz-yeterlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 258–276. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.1146884>
- Aytaç, Ö., & İlhan, S. (2007). Girişimcilik ve girişimci kültür: Sosyolojik bir perspektif. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (18), 101–120.
- Balcı, A. (1990). Zaman yönetimi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 23(1), 95–102. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000852
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Henry Holt and Company.
- Barak, M., Morad, S., & Ragonis, N. (2014). Students' innovative thinking and their perceptions about the ideal learning environment. In J. Viteli & M. Leikomaa (Eds.), *Proceedings of EdMedia: World Conference on Educational Media and Technology 2014*. Association for the Advancement of Computing in Education (AACE).
- Baron, R. A., & Tang, J. (2011). The role of entrepreneurs in firm-level innovation: Joint effects of positive affect, creativity, and environmental dynamism. *Journal of Business Venturing*, 26(1), 49–60. <https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2009.06.002>
- Barringer, B. R., & Ireland, R. D. (2022). *Entrepreneurship: Successfully launching new ventures* (Updated 6th global ed.). Pearson Education.
- Beghetto, R. A., & Kaufman, J. C. (2014). Classroom contexts for creativity. *High Ability Studies*, 25(1), 53–69. <https://doi.org/10.1080/13598139.2014.905247>
- Berg, J. M., Grant, A. M., & Johnson, V. (2010). When callings are calling: Crafting work and leisure in pursuit of unanswered occupational callings. *Organization Science*, 21(5), 973–994. <https://doi.org/10.1287/orsc.1090.0497>
- Best, S. (2010). *Leisure studies: Themes and perspectives*. SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781446212066>
- Bilir, B., Akbaş, U., & Darıca, N. (2023). Okul öncesi öğretmenlerine yönelik inovatif düşünme eğilimi ölçeğinin geliştirilmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 13(1), 233–253.
- Binder, M., & Coad, A. (2013). Life satisfaction and self-employment: A matching approach. *Small Business Economics*, 40(4), 1009–1033. <https://doi.org/10.1007/s11187-011-9413-9>

- Bolton, D. L., & Lane, M. D. (2012). Individual entrepreneurial orientation: Development of a measurement instrument. *Education + Training*, 54(2/3), 219–233. <https://doi.org/10.1108/00400911211210314>
- Broadhurst, R. (2001). *Managing environments for leisure and recreation*. Routledge.
- Brown, J. L., MacDonald, R., & Mitchell, R. (2015). Are people who participate in cultural activities more satisfied with life? *Social Indicators Research*, 122(1), 135–146. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0678-7>
- Busetta, G., Campolo, M. G., & Di Pino Incognito, A. (2024). Life satisfaction and leisure time among the elderly population. *Rivista Italiana di Economia Demografia e Statistica*, 78(2), 139–150.
- Büyükoztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2020). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri* (28. bs.). Pegem Akademi.
- Caballero-García, P. A., & Sánchez Ruiz, S. (2021). Creativity and life satisfaction in Spanish university students: Effects of an emotionally positive and creative program. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 746154. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.746154>
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*. Russell Sage Foundation.
- Chatzitheochari, S., & Arber, S. (2012). Class, gender and time poverty: A time-use analysis of British workers' free time resources. *The British Journal of Sociology*, 63(3), 451–471. <https://doi.org/10.1111/j.1468-4446.2012.01419.x>
- Chen, C. C., Greene, P. G., & Crick, A. (1998). Does entrepreneurial self-efficacy distinguish entrepreneurs from managers? *Journal of Business Venturing*, 13(4), 295–316. [https://doi.org/10.1016/S0883-9026\(97\)00029-3](https://doi.org/10.1016/S0883-9026(97)00029-3)
- Chen, I.-Shuo, & Choi, J. N. (2025). Does job boredom benefit creativity? A cross-domain process through leisure crafting. *European Journal of Innovation Management*, 28(9), 4756–4780. <https://doi.org/10.1108/EJIM-05-2024-0567>
- Chen, Z., & Liu, Y. (2020). The state of leisure life situation and the meaning of leisure education for college students in China. *International Journal of Educational Research*, 102, Article 101613. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101613>
- Cho, D., Post, J., & Kim, S. K. (2018). Comparison of passive and active leisure activities and life satisfaction with aging. *Geriatrics & Gerontology International*, 18(3), 380–386. <https://doi.org/10.1111/ggi.13188>
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2017). *Research methods in education* (8th ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315456539>
- Conner, T. S., DeYoung, C. G., & Silvia, P. J. (2016). Everyday creative activity as a path to flourishing. *The Journal of Positive Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1257049>

- Covin, J. G., & Slevin, D. P. (1989). Strategic management of small firms in hostile and benign environments. *Strategic Management Journal*, 10(1), 75–87. <https://www.jstor.org/stable/2486395>
- Covin, J. G., Rigtering, J. P. C., Hughes, M., Kraus, S., Cheng, C.-F., & Bouncken, R. B. (2020). Individual and team entrepreneurial orientation: Scale development and configurations for success. *Journal of Business Research*, 112, 1–12. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2020.02.023>
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention*. HarperCollins.
- Dağlı, A., & Baysal, N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250–1262.
- Dancák, P. (2022). Review of Philosophy of leisure—Foundations of the good life (J. Bouwer & M. van Leeuwen). *Philosophy and Canon Law*, 8(1), 1–4. <https://doi.org/10.31261/PaCL.2022.08.1.03>
- Demir, M., & Demir, Ş. S. (2014). İşgörenlerin serbest zaman gereksinimi ve serbest zaman doyumunu etkileyen faktörler. *İşletme ve İktisat Çalışmaları Dergisi*, 2(3), 74–84.
- Demiral, S. (2018). Açık alan rekreasyonuna katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi: Şavşat-Karagöl örneği (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Batman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Demirel, M., Saraçlı, Ç., & Akçakese, A. (2025). Leisure crafting and life satisfaction in Muslim young adults: The mediating role of Islamic well-being. *Journal of Research in Social Science and Humanities*, 5(1). <http://dx.doi.org/10.47679/jrssh.v5i1.198>
- Deng, M. (2016). Leisure sport industry and economic development. In *Proceedings of the 3rd International Conference on Education, Management, Arts, Economics and Social Science (ICEMAESS 2015)* (pp. 1223–1226). Atlantis Press.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Dinç, H., Özdemir, Y. C., Yağmur, R., Olur, B., & Sicimli, D. (2025). Examination of leisure crafting and intrinsic leisure motivation of sports science students. *Turkish Journal of Sports Science*, 9(1), 21–35. <https://doi.org/10.32706/tusbid.1678322>
- Drucker, P. F. (1985). *Innovation and entrepreneurship: Practice and principles*. Harper & Row.

- Đuranović, M. (2024). Leisure activities of young people as a predictor of life satisfaction. *International Journal of Instruction*, 17(3), 475–490. <https://doi.org/10.29333/iji.2024.17326a>
- Dyer, J. H., Gregersen, H. B., & Christensen, C. M. (2008). Entrepreneur behaviors, opportunity recognition, and the origins of innovative ventures. *Strategic Entrepreneurship Journal*, 2(4), 317–338. <https://doi.org/10.1002/sej.59>
- Elisondo, R. C. (2018). Serious leisure, self-perceptions and everyday creativity. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 4(1), 52–73.
- Elisondo, R. C., Soroa, G., & Flores, B. (2022). Leisure activities, creative actions and emotional creativity. *Thinking Skills and Creativity*, 45, Article 101060. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2022.101060>
- Ercan, S., & Yıldırım, C. (2021). Bireysel girişimcilik yönelimi ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Girişimcilik ve Kalkınma Dergisi*, 16(1), 91-105.
- Ertaş, M. (2021). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tutumlarının yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşlarına etkisi. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 8(2), 210–230.
- Etgen, S., Petrou, P., & Häusser, J. A. (2025). Too little and too much job control impair psychological needs: The buffering role of leisure crafting. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*. <https://doi.org/10.1111/joop.70069>
- Fassi, J. (2025). Creative engagement and cognitive function: Implications for gerontology practice [Conference presentation abstract]. *Innovation in Aging*, 9(Suppl. 2), igaf122.1678.
- Fleming, D. S., Allen, L. R., & Barcelona, R. J. (2011). Back to the future: The potential relationship between leisure and education. *New Directions for Youth Development*, 2011(130), 43–57. <https://doi.org/10.1002/yd.396>
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Frese, M. (2009). Toward a psychology of entrepreneurship—An action theory perspective. *Foundations and Trends in Entrepreneurship*, 5(6), 437–496. <https://doi.org/10.1561/03000000028>
- Gartner, W. B. (1989). Who is an entrepreneur? Is the wrong question. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 13(4), 47–68.
- Gerber, M. E. (2015). Girişimcilik tutkusu (G. Tulgar, Çev.). Aura Yayınları.
- Gershuny, J. (2011). Time-use surveys and the measurement of national well-being. Centre for Time Use Research, University of Oxford; Swansea University; Office for National Statistics.

- Gocłowska, M. A., Ritter, S. M., Elliot, A. J., & Baas, M. (2019). Novelty seeking is linked to openness and extraversion, and can lead to greater creative performance. *Journal of Personality*, 87(2), 252–266. <https://doi.org/10.1111/jopy.12387>
- Guo, Y.-F., Wang, S.-J., Plummer, V., Du, Y., Song, T.-P., & Wang, N. (2024). Effects of job crafting and leisure crafting on nurses' burnout: A machine learning-based prediction analysis. *Journal of Nursing Management*, 2024, Article 9428519. <https://doi.org/10.1155/2024/9428519>
- Güçlü, N. (2001). Zaman yönetimi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 25, 87–110.
- Gürbüz, M., & Aydın, A. H. (2012). Zaman kavramı ve yönetimi. *KSÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(2), 1–20.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., & Dinç, Y. (2017). Boş zaman ve rekreasyon yönetimi. *Detay Yayıncılık*.
- Hamrick, A. B., Paterson, T. A., Michaelis, T. L., Murnieks, C. Y., & Petrou, P. (2023). Work hard or play hard: The effect of leisure crafting on opportunity recognition and venture performance. *Journal of Business Venturing*, 38, Article 106327. <https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2023.106327>
- Hancock, P. A. (2018). On the design of time. *Ergonomics in Design*, 26(1), 1–6. <https://doi.org/10.1177/1064804617735018>
- Hébert, R. F., & Link, A. N. (1989). In search of the meaning of entrepreneurship. *Small Business Economics*, 1(1), 39–49.
- Hennessey, B. A., & Amabile, T. M. (2010). Creativity. *Annual Review of Psychology*, 61, 569–598. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100416>
- Heo, J., Stebbins, R. A., Kim, J., & Lee, I. (2013). Serious leisure, life satisfaction, and health of older adults. *Leisure Sciences*, 35(1), 16–32. <https://doi.org/10.1080/01490400.2013.739871>
- Hosseini, S. M. S., Asgari, A., Rassafiani, M., Yazdani, F., & Mazdeh, M. (2016). Leisure time activities of Iranian patients with multiple sclerosis: A qualitative study. *Health Promotion Perspectives*, 6(1), 47–53. <https://doi.org/10.15171/hpp.2016.08>
- Howell, R. T., & Howell, C. J. (2008). The relation of economic status to subjective well-being in developing countries: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 134(4), 536–560. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.4.536>
- Hubbard, J., & Mannell, R. C. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23(3), 145–163. <https://doi.org/10.1080/014904001316896846>
- Iso-Ahola, S. E., & Baumeister, R. F. (2023). Leisure and meaning in life. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1074649. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1074649>

- Iwasaki, Y. (2007). Leisure and quality of life in an international and multicultural context: What are major pathways linking leisure to quality of life? *Social Indicators Research*, 82(2), 233–264. <https://doi.org/10.1007/s11205-006-9032-z>
- Janssen, O. (2000). Job demands, perceptions of effort–reward fairness and innovative work behaviour. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 73(3), 287–302. <https://doi.org/10.1348/096317900167038>
- Kaba, İ., Erol, M., & Güç, K. (2017). Yetişkin yaşam doyumu ölçeğinin geliştirilmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 1-14.
- Kao, F.-H. (2025). Does leisure time improve your job and life satisfaction? The mediating effect of work-life conflict and the moderating effects of organizational support. *World Leisure Journal*, 67(1), 145–165. <https://doi.org/10.1080/16078055.2024.2359403>
- Karaderi, B. (2021). Leisure time spending tendencies of university students: The case of TRNC. *Asian Journal of University Education*, 17(3), 41–50. <https://doi.org/10.24191/ajue.v17i3.14524>
- Karaküçük, S. (2014). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme (7. bs.)*. Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S. (2019). *Boş zaman, rekreasyon ve islamiyet*. Gazi Kitabevi.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi (35. bs.)*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kartal, Ş., & Bektaş, Ö. (2020). Being an innovative teacher in 21th century: Studying innovative perception and qualities of social studies pre-service teachers. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 5(11), 423–504.
- Karunarathne, W., & Calma, A. (2024). Assessing creative thinking skills in higher education: Deficits and improvements. *Studies in Higher Education*, 49(1), 157–177. <https://doi.org/10.1080/03075079.2023.2225532>
- Kaufman, J. C., & Beghetto, R. A. (2009). Beyond big and little: The four C model of creativity. *Review of General Psychology*, 13(1), 1–12. <https://doi.org/10.1037/a0013688>
- Kaya, S. (2016). The relationship between leisure satisfaction and happiness among college students. *Universal Journal of Educational Research*, 4(3), 622–631. <https://doi.org/10.13189/ujer.2016.040322>
- Khalifa, H. A. M. (2019). Quality of life and its relation to creative thinking among a sample of female adolescents in Jeddah. *The International Journal of Social Sciences and Humanities Invention*, 6(2), 5297–5311. <https://doi.org/10.18535/ijsshi/v6i2.06>
- Kim, J., Kim, J., Lee, C., Kil, N., & Lee, Y. (2021). Investigating the relationships among leisure, coping, and personal growth among people with physical disabilities. *International Journal of Mental Health Promotion*, 23(4), 533–543. <https://doi.org/10.32604/IJMHP.2021.016321>
- Kim, M. S. (2000). Life satisfaction, acculturation, and leisure participation among older urban Korean immigrants. *World Leisure Journal*, 42(2), 28–40. <https://doi.org/10.1080/04419057.2000.9674184>

- Kollmann, T., Christofor, J., & Kuckertz, A. (2007). Explaining individual entrepreneurial orientation: Conceptualisation of a cross-cultural research framework. *International Journal of Entrepreneurship and Small Business*, 4(3), 325–340.
- Kosenkranius, M., Rink, F., Kujaanpää, M., & de Bloom, J. (2021). Motives for crafting work and leisure: Focus on opportunities at work and psychological needs as drivers of crafting efforts. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), Article 12294. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312294>
- Köktaş, Ş. K. (2004). *Rekreasyon: Boş zamanı değerlendirme*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Köse, E., Yerlisu-Lapa, T., Kaas, E. T., & Uzun, N. B. (2025). Mediating effect of leisure satisfaction on the relationship between leisure benefits and life satisfaction in exercise participants. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 16(2), 306–332. <https://doi.org/10.54141/psbd.1576962>
- Krauss, S. I., Frese, M., Friedrich, C., & Unger, J. M. (2005). Entrepreneurial orientation: A psychological model of success among Southern African small business owners. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 14(3), 315–344.
- Kumar, S. S., & Ragini, C. (2024). The emergence of serious leisure research: Trends and directions for leisure-based entrepreneurship. *Multidisciplinary Reviews*, 7, e2024033. <https://doi.org/10.31893/multirev.2024033>
- Kuykendall, L., Boemerman, L., & Zhu, Z. (2018). The importance of leisure for subjective well-being. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. DEF Publishers.
- Lansing-Stoeffler, K., & Daley, N. (2023). Navigating the spectrum of conventionality: Toward a new model of creative thinking. *Journal of Intelligence*, 11(2), Article 21. <https://doi.org/10.3390/jintelligence11020021>
- Lee, S. M., & Peterson, S. J. (2000). Culture, entrepreneurial orientation, and global competitiveness. *Journal of World Business*, 35(4), 401–416. [https://doi.org/10.1016/S1090-9516\(00\)00045-6](https://doi.org/10.1016/S1090-9516(00)00045-6)
- Leung, A. K., Maddux, W. W., Galinsky, A. D., & Chiu, C. Y. (2008). Multicultural experience enhances creativity: The when and how. *American Psychologist*, 63(3), 169–181. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.63.3.169>
- Liversen, I., Danielsen, A. G., Birkeland, M. S., & Samdal, O. (2012). Basic psychological need satisfaction in leisure activities and adolescents' life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(12), 1588–1599. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9776-5>
- Li, S., Wang, S., Yang, H., & Nah, K. (2026). How music alleviates job burnout: Uncovering the mediating mechanism of leisure crafting among construction workers. *Buildings*, 16(6), Makale 1256. <https://doi.org/10.3390/buildings16061256>
- Lin, M. (2024). Leisure innovation for older adults in urban China: Application and reexamination of leisure innovation theory. *Leisure Sciences*, 46(1), 82–100. <https://doi.org/10.1080/01490400.2021.1914246>

- Lina, A. (2024). The neural correlates of creativity and innovation in various domains and contexts in Germany. *International Journal of Psychology*, 9(1), 34–46. <https://doi.org/10.47604/ijp.2360>
- Lisauskienė, D., & Leščinskij, R. (2025). The value of creative activities in the recreational field: The grounded theory perspective. *Creativity Studies*, 18(1), 113–125. <https://doi.org/10.3846/cs.2025.20790>
- Litchfield, C., & Chater, K. (2008). Can I do everything? Time management in neonatal unit. *Australian Journal of Advanced Nursing*, 25(2), 36–45.
- Lumpkin, G. T., & Dess, G. G. (1996). Clarifying the entrepreneurial orientation construct and linking it to performance. *Academy of Management Review*, 21(1), 135–172. <https://doi.org/10.5465/amr.1996.9602161568>
- Lumpkin, G. T., & Dess, G. G. (2001). Linking two dimensions of entrepreneurial orientation to firm performance: The moderating role of environment and industry life cycle. *Journal of Business Venturing*, 16(5), 429–451. [https://doi.org/10.1016/S0883-9026\(00\)00048-3](https://doi.org/10.1016/S0883-9026(00)00048-3)
- Ma, Y., Wang, X., Mohandas, N. P., & Donald, W. E. (2025). Exploring the role of serious leisure in shaping entrepreneurial intention: Insights from higher education students in China. *Higher Education*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s10734-025-01531-y>
- Marangoz, M., & Erboy, N. (2013). Pazarlamada paradigma değişimi: Girişimci pazarlama. *Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 67–86.
- Miller, D. (1983). The correlates of entrepreneurship in three types of firms. *Management Science*, 29(7), 770–791.
- Morse, K. F., Fine, P. A., & Friedlander, K. J. (2021). Creativity and leisure during COVID-19: Examining the relationship between leisure activities, motivations, and psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 609967. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.609967>
- Mueller, B. A., & Shepherd, D. A. (2016). Making the most of failure experiences: Exploring the relationship between business failure and the identification of business opportunities. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 40(3), 457–487. <https://doi.org/10.1111/etap.12116>
- Nakiboğlu, A. (2023). Girişimcilik düşüncesinin evrimi. *Balkan and Near Eastern Journal of Social Sciences*, 9(3), 113–148.
- Naudé, W., Amorós, J. E., & Cristi, O. (2014). “Surfeiting, the appetite may sicken”: Entrepreneurship and the happiness of nations. *Small Business Economics*, 42(3), 523–540. <https://doi.org/10.1007/s11187-013-9491-x>
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. ve Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16(2), 134–143.

- Newman, D. B., Tay, L., & Diener, E. (2014). Leisure and subjective well-being: A model of psychological mechanisms as mediating factors. *Journal of Happiness Studies*, 15(3), 555–578. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9435-x>
- Ni, Y.-L., Kuo, C.-C., Wu, C.-H., Chang, W. H., & Chen, L. H. (2022). How can we cope with self-control demands and enhance proactive vitality management? The role of leisure crafting and supervisor recreational sports support. *Journal of Happiness Studies*, 23, 3961–3980. <https://doi.org/10.1007/s10902-022-00572-9>
- Nurjanah, N. E., Yetti, E., & Sumantri, M. S. (2024). Developing creative thinking in preschool children: A comprehensive review of innovative. *European Journal of Educational Research*, 13(3), 1303–1319. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.13.3.1303>
- Nybakk, E., & Hansen, E. (2008). Entrepreneurial attitude, innovation and performance among Norwegian nature-based tourism enterprises. *Forest Policy and Economics*, 10(7–8), 473–479. <https://doi.org/10.1016/j.forpol.2008.04.004>
- Özdevecioğlu, M. (2003). İş tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. In 11. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi Bildiriler Kitabı (pp. 696–710). Afyon Kocatepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Yayını.
- Özer, M., & Karabulut, Ö. Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Turkish Journal of Geriatrics (Geriatry)*, 6(2), 72–74.
- Özgen, H., & Beydoğan Tangör, B. (2022). From trait affect and conscientiousness to individual entrepreneurial orientation: The mediating role of cognitive flexibility. *The Journal of Psychology*, 156(2), 117–132. <https://doi.org/10.1080/00223980.2021.2014390>
- Özmuş, M. (2012). Öğretmen eğitiminde yaratıcılık ve inovasyon. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(3), 731–746.
- Pamukcu, B. M. (2025). Rekreatif amaçlı fitness merkezlerine giden bireylerin serbest zaman ilgilenimi ve yaşam doyumu arasındaki ilişki (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Park, J., & Yu, G. B. (2026). When stressed and misaligned, leisure crafting rebuilds: Mediating role of psychological capital on the relationship between college students' leisure crafting and subjective wellbeing. *Applied Research in Quality of Life*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11482-026-10568-9>
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 25–39. <https://doi.org/10.1177/0002716203260078>
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149–161.
- Petrou, P., & Bakker, A. B. (2015). Crafting one's leisure time in response to high job strain. *Human Relations*, 69(2), 507–529. <https://doi.org/10.1177/0018726715590453>

- Petrou, P., & Bakker, A. B. (2016). Crafting one's leisure time in response to high job demands. *Human Relations*, 69(2), 507–529. <https://doi.org/10.1177/0018726715590453>
- Petrou, P., Bakker, A. B., & van den Heuvel, M. (2017). Weekly job crafting and leisure crafting: Implications for meaning-making and work engagement. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 90(2), 129–152. <https://doi.org/10.1111/joop.12160>
- Petrou, P., Hamrick, A. B., & Abdel Hadi, S. (2024). Unraveling the power of leisure crafting for unengaged employees: Implications for creativity and meaning at work. *Journal of Organizational Behavior*, 45(8), 1170–1188. <https://doi.org/10.1002/job.2824>
- Pressman, S. D., Matthews, K. A., Cohen, S., Martire, L. M., Scheier, M., Baum, A., & Schulz, R. (2009). Association of enjoyable leisure activities with psychological and physical well-being. *Psychosomatic Medicine*, 71(7), 725–732. <https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e3181ad7978>
- Proctor, C. L., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10(5), 583–630. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9110-9>
- Queiroz, A. G., Galan, A. C., Darbyshire, L., Smith, J., & Lawson, L. M. (2021). Leisure in mental health occupational therapy interventions: A qualitative investigation. *Research, Society and Development*, 10(11), e200101119439. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i11.19439>
- Rice, R. W., Frone, M. R., & McFarlin, D. B. (1992). Work-nonwork conflict and the perceived quality of life. *Journal of Organizational Behavior*, 13(2), 155–168.
- Richards, R. (2010). Everyday creativity: Process and way of life—Four key issues. In J. C. Kaufman & R. J. Sternberg (Eds.), *The Cambridge handbook of creativity* (pp. 189–215). Cambridge University Press.
- Sabbağ, Ç., & Aksoy, E. (2011). Üniversite öğrencileri ve çalışanların boş zaman etkinlikleri: Adıyaman örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(4), 10–23.
- Serdar, E., Demirel, M., & Ayhan, C. (2021). The relationships between leisure satisfaction, job performance, and life satisfaction: A sample of private sector employees in Turkey. *International Journal of Recreation and Sports Science*, 5(1), 72–82. <https://doi.org/10.46463/ijrss.1025664>
- Sesen, H., Ertan, S. S., & Cavlan, G. İ. (2024). Perceived overqualification and leisure crafting of immigrants: The moderating role of acculturation. *Revista de Gestão*, 31(3), 321–333. <https://doi.org/10.1108/REGE-06-2022-0103>
- Shane, S., & Venkataraman, S. (2000). The promise of entrepreneurship as a field of research. *Academy of Management Review*, 25(1), 217–226. <https://www.jstor.org/stable/259271>

- Sharif, M. A., Mogilner, C., & Hershfield, H. E. (2021). Having too little or too much time is linked to lower subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 121(4), 933–947. <https://doi.org/10.1037/pspp0000391>
- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5(4), 475–492. <https://doi.org/10.1007/BF00352944>
- Shir, N., Nikolaev, B. N., & Wincent, J. (2018). Entrepreneurship and well-being: The role of psychological autonomy, competence, and relatedness. *Journal of Business Venturing*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2018.05.002>
- Sirgy, M. J., Kruger, P. S., Lee, D.-J., & Yu, G. B. (2011). How does a travel trip affect tourists' life satisfaction? *Journal of Travel Research*, 50(3), 261–275. <https://doi.org/10.1177/0047287510362784>
- Sirgy, M. J., Michalos, A. C., Ferriss, A. L., Easterlin, R. A., Patrick, D., & Pavot, W. (2006). The quality-of-life (QOL) research movement: Past, present, and future. *Social Indicators Research*, 76(3), 343–466. <https://doi.org/10.1007/s11205-005-2877-8>
- Siyahtaş, A., & Çakır, V. O. (2021). The effect of benefits gained from leisure activities on entrepreneurship and academic hopelessness. *Journal of Educational Issues*, 7(2), 87–107. <https://doi.org/10.5296/jei.v7i2.18848>
- Siyahtaş, A., & Çakır, V. O. (2025). The relationship between leisure satisfaction and individual innovativeness behavior: A study of young individuals. *ASR: CMU Journal of Social Sciences and Humanities*, 12(2), e2025014. <https://doi.org/10.12982/CMUJASR.2025.014>
- Sousa, L., & Lyubomirsky, S. (2001). Life satisfaction. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender: Sex similarities and differences and the impact of society on gender* (Vol. 2, pp. 667–676). Academic Press.
- Stallman, H. M. (2010). Psychological distress in university students: A comparison with general population data. *Australian Psychologist*, 45(4), 249–257. <https://doi.org/10.1080/00050067.2010.482109>
- Šuljug Vučica, Z., Bandalović, G., & Lončar, M. (2020). Youth leisure activities: A sociological research of students at the University of Split (Croatia). In *Proceedings of SOCIOINT 2020 – 7th International Conference on Education and Education of Social Sciences* (pp. 14–22). International Organization Center of Academic Research.
- Sultanova, G. S. (2021). Creativity and innovation thinking. *The American Journal of Social Science and Education Innovations*, 3(4), 93–98. <https://doi.org/10.37547/tajssei/Volume03Issue04-14>
- Sürücü, L., & Ertan, Ş. S. (2022). Boş zaman becerikliliği ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 79–92.
- Tang, M., & Werner, C. H. (2017). An interdisciplinary and intercultural approach to creativity and innovation: Evaluation of the EMCI ERASMUS intensive program. *Thinking Skills and Creativity*, 24, 29–43. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2017.04.001>

- Tang, M., Hofreiter, S., Reiter-Palmon, R., Bai, X., & Murugavel, V. (2021). Creativity as a means to well-being in times of COVID-19 pandemic: Results of a cross-cultural study. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 601389. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.601389>
- Tapşın, F. O., Çakmak, G., Selvi, S., Tapşın, F. O., & Karatut, A. (2022). Serbest zaman faaliyetlerine katılan gençlerin kişisel gelişim yönelimleri ve yaşam doyumu özelliklerinin incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(128), 121–133. <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.58216>
- Tarkar, P., Pandoi, D., Asif, M., & Johri, A. (2025). Family support and life satisfaction of older adults: The mediating and moderating role of leisure activities and health. *Leisure Studies*, 44(1), 79–95. <https://doi.org/10.1080/02614367.2023.2277721>
- Terzi, E., Işık, U., İnan, B. C., Akyıldız, C., & Üstün, Ü. D. (2024). University students' free time management and quality of life: The mediating role of leisure satisfaction. *BMC Psychology*, 12, Article 239. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01745-2>
- Tidd, J., & Bessant, J. (2021). *Managing innovation: Integrating technological, market and organizational change* (7th ed.). Wiley.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management* (5th ed.). Routledge.
- Trainor, S., Delfabbro, P., Anderson, S., & Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of Adolescence*, 33(1), 173–186. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.013>
- Trappe, A. T. (2022). Relationship between work-family conflict, well-being, perceived productivity, and the mediating role of leisure crafting (Bachelor's thesis, University of Groningen, Department of Psychology). University of Groningen.
- Tsaur, S.-H., Yen, C.-H., & Chen, Y.-T. (2021). Can leisure crafting enhance leisure engagement? The role of time structure and leisure type. *Leisure Studies*, 40(6), 747–763. <https://doi.org/10.1080/02614367.2021.1926529>
- Tsaur, S.-H., Yen, C.-H., Yang, M.-C., & Yen, H.-H. (2023). Leisure crafting: Scale development and validation. *Leisure Sciences*, 45(1), 71–91. <https://doi.org/10.1080/01490400.2020.1783728>
- Tükel, Y., Akçakese, A., Demirel, M., & Torun, G. (2025). The role of leisure involvement in fostering entrepreneurship orientation among Turkish women: A resource-based view. *Leisure Studies*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/02614367.2025.2495260>
- Türk Dil Kurumu. (t.y.). *Güncel Türkçe sözlük*. Erişim tarihi: 9 Mart 2026, <https://sozluk.gov.tr/>
- Uy, M. A., Foo, M.-D., & Song, Z. (2013). Joint effects of prior start-up experience and coping strategies on entrepreneurs' psychological well-being. *Journal of Business Venturing*, 28(5), 583–597. <https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2012.04.003>

- Uyrun, A. (2021). Serbest zaman-boş zaman değerlendirme aracı olarak rekreasyon. S. Meriç (Ed.), *Rekreasyon sosyolojisi* (ss. 21–36) içinde. Nobel Akademik Yayıncılık.
- van der Zwan, P., Hessels, J., & Rietveld, C. A. (2018). Self-employment and satisfaction with life, work, and leisure. *Journal of Economic Psychology*, 64, 73–88. <https://doi.org/10.1016/j.joep.2017.12.001>
- Veal, A. J. (1992). Definitions of leisure and recreation. *Australian Journal of Leisure and Recreation*, 2(4), 44–48, 52.
- Veenhoven, R. (1996). The study of life satisfaction. In W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, & B. Bunting (Eds.), *A comparative study of satisfaction with life in Europe* (pp. 11–48). Eötvös University Press.
- Wall, K. (2012). The gallery and the inukshuk: Everyday creativity and cultural production as leisure practices. *Leisure/Loisir*, 36(1), 17–35. <https://doi.org/10.1080/14927713.2012.701880>
- Wang, A., & Burdina, G. (2024). Developing students' creative thinking using innovative education technologies. *Interactive Learning Environments*, 32(7), 3490–3500. <https://doi.org/10.1080/10494820.2023.2184390>
- Wheatley, D., & Bickerton, C. (2019). Measuring changes in subjective well-being from engagement in the arts, culture and sport. *Journal of Cultural Economics*, 43(3), 421–442. <https://doi.org/10.1007/s10824-019-09342-7>
- Wiklund, J., & Shepherd, D. (2005). Entrepreneurial orientation and small business performance: A configurational approach. *Journal of Business Venturing*, 20(1), 71–91. <https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2004.01.001>
- Winston, A. C. (2025). On the apprehension of time in Aristotle (Doctoral dissertation, The Catholic University of America).
- Wong, J.-Y., Lin, J.-H., & Huang, C.-Y. C. (2025). The impact of leisure crafting on mountaineer's mindfulness: Exploring the mediating role of recreationist-environment fit. *Journal of Hospitality and Tourism Management*, 64, Article 101324. <https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2025.101324>
- Wu, H. C., Liu, A., & Wang, C.-H. (2010). Taiwanese university students' perceived freedom and participation in leisure. *Annals of Leisure Research*, 13(4), 679–700. <https://doi.org/10.1080/11745398.2010.9686870>
- Xue, Q., Yang, J., Wang, H., & Zhang, D. (2022). How and when leisure crafting enhances college students' well-being: A (quantitative) weekly diary study. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 273–290. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S344717>
- Yalçinkaya, N., Soyer, F., & Ayhan, C. (2022). The effect of leisure benefits on happiness. *International Journal of Human Sciences*, 19(4), 641–647. <https://doi.org/10.14687/jhs.v19i4.6341>
- Yaşartürk, F., Elçi, G., Kural, S., & Keskin, Y. (2024). Analysis of the relationship between leisure satisfaction and life satisfaction among students participating in outdoor

- recreational activities. *Physical Education of Students*, 28(6), 371–381. <https://doi.org/10.15561/20755279.2024.0606>
- Yazıcı, Ö. F., Somoğlu, M. B., Öztaş, M., & Güler, B. (2023). The relationship between leisure crafting, job finding anxiety and life satisfaction. *Journal of Education and Recreation Patterns (JERP)*, 4(2), 415–430. <https://doi.org/10.53016/jerp.v4i2.153>
- Yılmaz, B. (1989). Boş zaman ve halk kütüphanesi: Kavramsal bir yaklaşım. *Türk Kütüphaneciliği*, 3(4), 200–206.
- Yılmaz, E., & Sünbül, A. M. (2009). Üniversite öğrencilerine yönelik girişimcilik ölçeğinin geliştirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (21), 195–203.
- Yılmaz, G., Keser, A., & Yorgun, S. (2010). Konaklama işletmelerinde çalışan sendika üyelerinin iş ve yaşam doyumunu belirlemeye yönelik bir alan araştırması. *Paradoks Ekonomi, Sosyoloji ve Politika Dergisi*, 6(1), 87-107.
- Zarotis, G. F., & Tokarski, W. (2020). Definition, concepts and research about leisure time. *International Journal of Innovative Research and Knowledge*, 5(2), 139–149.
- Zhang, C., Feng, J., Li, D., & Wang, H. (2026). Evaluating the association between job stress and presenteeism among nurses: The mediating role of emotional exhaustion and the moderating effect of leisure crafting. *Frontiers in Public Health*, 14, Makale 1719915. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2026.1719915>
- Zhao, H., Seibert, S. E., & Lumpkin, G. T. (2010). The relationship of personality to entrepreneurial intentions and performance: A meta-analytic review. *Journal of Management*, 36(2), 381–404. <https://doi.org/10.1177/0149206309335187>

EKLER

Ek 1. Etik Kurul Kararı



NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
ETİK KURUL KARARI

Etik Kurul Toplantı Tarihi/Sayısı ve Karar No	Tarih :13/12/2024 Toplantı Sayısı:23 Karar No :2024/911
Araştırmanın Başlığı	Serbest Zaman Becerikliliğinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi: İnovatif Düşünmenin Aracı Rolü ve Bireysel Girişimciliğin Düzenleyici Rolü.
Sorumlu Araştırmacı	Doç. Dr. Yalçın TÜKEL
Yardımcı Araştırmacı	Lisansüstü Öğrenci: Gökhan TORUN
Etik Kurul Kararı	22242 sayılı başvuru Etik Kurul tarafından değerlendirilmiş olup, başvurunun bilimsel araştırma etiği açısından “ Uygun ” olduğuna karar verilmiştir.

ASLI GİBİDİR
13/12/2024

Ek 2. Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

1. **Cinsiyet:** () Kadın () Erkek
2. **Haftalık serbest zaman sürenizi belirtiniz:** () 1-5 saat () 6-10 saat () 11-15 saat () 16 saat ve üzeri
3. **Girişimcilik konulu bir eğitim aldınız mı ?** () Evet () Hayır

BOŞ ZAMAN BECERİKLİLİĞİ İLE İLGİLİ İFADELER	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Boş zamanlarımda yapmış olduğum aktivitelerle sosyal ilişkiler kurmaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5
2. Yaptığım iş dışında merakımı uyandıran zorlu aktiviteler bulmaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5
3. Boş zamanlarımda yaptığım aktivitelerle yeteneklerimi (becerilerimi) artırmaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5
4. Boş zamanlarda yaptığım aktiviteler sayesinde öğrenme deneyimlerimi artırmaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5
5. Boş zaman aktiviteleriyle kendime ulaşmak için yeni hedefler koymaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5
6. Boş zaman aktiviteleri sayesinde başkalarından ilham alıyorum.	1	2	3	4	5
7. Boş zamanda yapılan aktivitelerle, yeni ve özgün deneyimler edinmeye çalışıyorum.	1	2	3	4	5
8. Boş zamanlarımı kendimi geliştirmek için bir şans (fırsat) olarak görüyorum.	1	2	3	4	5
9. Kendimi zihinsel olarak canlı tutmak için, boş zamanlarımda aktiviteler yaparak yeni ve değişik deneyimler edinmeye çalışıyorum.	1	2	3	4	5

YAŞAM DOYUMU İLE İLGİLİ İFADELER	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun Değil	Ne uygun, ne uygun değil	Biraz Uygun	Uygun	Çok Uygun
1 Yaşamın pek çok yönüyle ideallerime yakın.	1	2	3	4	5	6	7
2 Yaşam koşullarım oldukça iyi.	1	2	3	4	5	6	7
3 Yaşamımdan hoşnutum.	1	2	3	4	5	6	7
4 Şu ana kadar istediğim şeyleri elde edebildim.	1	2	3	4	5	6	7
5 Yeniden dünyaya gelseydim yaşamımda hemen hemen hiçbirşeyi Değiştirmezdim	1	2	3	4	5	6	7

İNOVATİF DÜŞÜNME EĞİLİMİ İLE İLGİLİ İFADELER	Hiç uygun değil	Uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Çok uygun
1. Olaylar karşısında farklı bakış açıları geliştiririm.	1	2	3	4	5
2. Yenilik odaklı bir insanım.	1	2	3	4	5
3. Fikirleri kabul etmek yerine araştırırım.	1	2	3	4	5
4. Cevabını bilmediğim sorular üzerinde çaba gösteririm.	1	2	3	4	5
5. Hayallerim ile gerçek yaşam arasında ilişki kurmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
6. Hangi koşullarda çalışırsam çalışayım yenilikçi fikirlerimle oraya değer katacağıma inanırım.	1	2	3	4	5
7. Farklı konuları birbirleri ile ilişkilendirmede iyiyim.	1	2	3	4	5
8. İnsanlar fikirlerime değer verir.	1	2	3	4	5
9. İnsanları yenilikçi olmaya teşvik ederim.	1	2	3	4	5
10. Belirsiz durumlarla mücadele etmede başarılıyım.	1	2	3	4	5

BİREYSEL GİRİŞİMCİLİKLE İLGİLİ İFADELER	Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Bilmediğim konularda cesaretle girişimde bulunmayı severim.	1	2	3	4	5
2. Yüksek getiri sağlayacağına inandığım bir şeye çok fazla zaman ayırmaya ve/veya para yatırmaya meyilliyim.	1	2	3	4	5
3. Riskli durumlarda cesur davranma eğilimideyim..	1	2	3	4	5
4. Riskli olsun ya da olmasın, genellikle, standart olmayan yeni ve sıra dışı aktiviteler denemeyi severim	1	2	3	4	5
5. Genel olarak, daha önce kullanılan, denenmiş ve mevcut proje ve yöntemleri ele almak yerine, özgün ve eşi benzeri olmayan projeler ve yaklaşımlara daha çok önem veririm.	1	2	3	4	5
6. Yeni şeyler öğrenirken herkesin yaptığı gibi yapmaktansa kendime özgü benzersiz bir yöntem denemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
7. Problem çözerken, başkalarının çoğunlukla kullandıkları yöntemleri kullanmak yerine, farklı ve orijinal yaklaşımları tercih ederim.	1	2	3	4	5
8. Genellikle gelecekte yaşanabilecek problemleri, ihtiyaçları veya değişiklikleri öngörebilirim.	1	2	3	4	5
9. Projeleri önceden planlama eğilimindeyim.	1	2	3	4	5
10. Bir projeyi oturup başkasının yapmasını beklemek yerine, onu hızlandırmayı ve üzerinde çalışmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5