

NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REKREASYON YÖNETİMİ ANABİLİM DALI
REKREASYON YÖNETİMİ BİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORTİF SERBEST ZAMAN
İLGİLENİM VE YAŞAM KALİTESİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

HASRET BAYRAK

18811701023

DANIŞMAN

Prof. Dr. Fatma ARSLAN

KONYA / 2023



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Bilimsel Etik Sayfası



Öğrencinin	Adı Soyadı	Hasret BAYRAK		
	Numarası	18811701023		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı/ Rekreasyon Yönetimi Bilim Dalı		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans	X	
		Doktora		
	Tezin Adı	Üniversite Öğrencilerinin Sportif Serbest Zaman İlgilenim ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi		

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.

Hasret BAYRAK



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü



Öğrencinin	Adı Soyadı	Hasret BAYRAK		
	Numarası	18811701023		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı/ Rekreasyon Yönetimi Bilim Dalı		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans	X	
		Doktora		
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Fatma ARSLAN		
	Tezin Adı	Üniversite Öğrencilerinin Sportif Serbest Zaman İlgilenim ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi		

ÖZET

Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesi algı düzeylerini incelenmek ve serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesi algı düzeyleri arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Nicel bir araştırma olarak tasarlanan bu tez çalışmasında, genel tarama modeli ve uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Araştırmanın evrenini Necmettin Erbakan Üniversitesinin lisans programına sahip 20 fakültede öğrenim gören öğrenciler oluşturmakta iken evreni temsil etmesi amacıyla “Turizm Fakültesi”, “Tıp Fakültesi”, “İlahiyat Fakültesi” ve “Ahmet Keleşoğlu Eğitim” Fakültesi rastgele bir şekilde araştırmaya dahil edilmiştir. Uygun örneklem yöntemi ile araştırmaya 598 öğrenci katılmıştır.

Araştırma kapsamında, ele alınan sorunun çözümüne yönelik olarak 3 adet veri toplama aracı kullanılmıştır. Veri toplama aracı bilgi formu ve iki ölçekten oluşmaktadır. İlk bölümünde öğrencilerin demografik değişkenlerini belirleyen (cinsiyet, yaş, fakülte, algılanan ekonomik durum, anne ve baba eğitim durumu, akademik başarı algısı ve aile tutumu) sorular yer alırken, ikinci bölümünde “Serbest Zaman İlgilenim” ve “Yaşam Kalitesi” ölçeği kullanılmıştır.

Verilerin analizi açık kaynak kod yazılımlı “Jamovi” paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Verilerin dağılımını belirlemek için çarpıklık-basıklık testi kullanılmış ve normal bir dağılıma sahip olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırma bulgularına göre; katılımcıların cinsiyet, yaş, algılanan ekonomik durum, anne ve baba eğitim durumu, akademik başarı ve aile tutumu değişkenlerine göre serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesi alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca serbest zaman ilgilenimi alt boyutlarından kendini ifade etme alt boyutu ile yaşam kalitesi alt boyutlarından ruhsal alan ve çevresel alan alt boyutları arasında negatif ilişki tespit edilirken diğer alt boyutlar arasında orta düzeyde pozitif ilişki bulunmuştur.

Sonuç olarak, öğrencilerin anne-baba eğitim durumunun sportif serbest zamanı değerlendirmede ve yaşam kalitesi alt boyut ortalamalarında pozitif yönde etkili olduğu, öğrencilerin akademik başarı düzeyleri arttıkça serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam kalite düzeylerinin pozitif yönde etkilendiği, demokratik ailede yetişen öğrencilerin serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalite düzeylerinin pozitif yönde artış gösterdiği, algılanan ekonomik durumun yükselmesinin serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesi algısını noktasında pozitif yönde etkili olduğu tespit edilmiştir. Nitekim sportif serbest zaman faaliyetleri ile yaşam kalitesinin ilişki içerisinde olması beklenen bir durumdur. Sportif serbest zaman faaliyetlerinin doğası gereği bireye sağlamış olduğu fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal faydalardan kaynaklı olarak yaşam kalitesini pozitif yönde etkilediği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Serbest Zaman, Yaşam Kalitesi, İlgilenim, Üniversite Öğrencileri



T.C.

NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ

Sosyal Bilimler Enstitüsü



Author's	Name and Surname	Hasret BAYRAK		
	Student Number	18811701023		
	Department	Recreation Management		
	Study Programme	Master's Degree (M.A.)	X	
		Doctoral Degree (Ph.D.)		
	Supervisor	Prof. Dr. Fatma ARSLAN		
	Title of the Thesis/Dissertation	Investigation of University Students Sports Free Time Interest and Life Quality Levels		

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the levels of leisure time interest and quality of life perception of university students and to determine the relationship between leisure time interest and quality of life perception levels. In this thesis study designed as a quantitative research, general survey model and convenient sampling method were used.

While the population of the research consists of students studying in 20 faculties with undergraduate programs of Necmettin Erbakan University, "Faculty of Tourism", "Faculty of Medicine", "Faculty of Theology" and "Ahmet Keleşoğlu Faculty of Education" were randomly included in the research in order to represent the universe. With the convenience sampling method, 598 students participated in the research.

Within the scope of the research, 3 data collection tools were used to solve the problem addressed. The data collection tool consists of an information form and two scales. In the first part of the form, there are questions that determine the demographic variables of the students (gender, age, faculty, perceived economic status, mother and father education status, academic achievement perception and family attitude), while in the second part, "Leisure Time Interest" and "Quality of Life" scales were used.

Data analysis was carried out using the open source software "Jamovi" package program. Skewness and kurtosis test was used to determine the

distribution of the data and it was determined that it did not have a normal distribution.

According to the findings of the study, significant differences were found in the sub-dimensions of leisure time interest and quality of life according to the participants' gender, age, perceived economic status, mother and father education level, academic achievement and family attitude variables. In addition, a negative relationship was found between the self-expression sub-dimension of leisure time interest and the spiritual domain and environmental domain sub-dimensions of quality of life, while a moderate positive relationship was found between the other sub-dimensions.

As a result, it was determined that the educational status of the students' parents was positively effective in the evaluation of sportive leisure time and quality of life sub-dimension averages, as the academic achievement levels of the students increased, their leisure time interests and quality of life levels were positively affected, the leisure time interests and quality of life levels of the students raised in democratic families increased positively, and the increase in the perceived economic status was positively effective on the point of leisure time interests and quality of life perception. As a matter of fact, it is an expected situation that sportive leisure time activities and quality of life are in a relationship. It is thought that sportive leisure time activities positively affect quality of life due to the physical, mental, emotional and social benefits they provide to the individual due to their nature.

Keywords: Leisure Time, Quality of Life, Interest, University Students

İÇİNDEKİLER

ÖZET	ii
ABSTRACT.....	iv
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ	viii
TEŞEKKÜRLER	vii
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

SPORTİF SERBEST ZAMAN VE YAŞAM KALİTESİ	5
1.1. Serbest Zaman Kavramı	5
1.1.1. Serbest Zamanın Değerlendirilmesi.....	7
1.1.2. Serbest Zamanın Fonksiyonları	9
1.1.3. Serbest Zaman Değerlendirme Eğilimini Etkileyen Faktörler.....	10
1.2. İlgilenim Kavramı, Türleri ve Düzeyleri	13
1.2.1. İlgilenimi Etkileyen Faktörler.....	15
1.2.2. Serbest Zaman İlgilenimi.....	17
1.4. Yaşam Kalitesi Kavramı.....	20
1.5. Yaşam Kalitesinin Ölçümlenmesi	21
1.6. Yaşam Kalitesinin Göstergeleri	23
1.7. Yaşam Kalitesini ve Yaşam Doyumunu Açıklamaya Yarayan Bazı Kuramlar....	24

İKİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ	33
2.1. Araştırmanın Amacı ve Modeli	33
2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	33
2.3. Veri Toplama Araçları.....	34
2.3.1. Katılımcı Formu	35
2.3.2. Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği	35
2.3.3. Yaşam Kalitesi Ölçeği	35
2.4. Verilerin Analizi	36

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR.....	39
3.1. Örneklemeye Yönelik Betimsel Bulgular	39
3.2. Cinsiyet Değişkenine göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları	40
3.3. Yaş Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları	41
3.4. Fakülte Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları	43
3.5. Algılanan Ekonomik Durum Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları.....	44
3.6. Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları.....	46
3.7. Baba Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları.....	47
3.8. Akademik Başarı Durumu Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları.....	48
3.9. Aile Tutumu Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları.....	49
3.10. Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi	51
TARTIŞMA VE SONUÇ	52
KAYNAKÇA.....	62
EKLER	79
EK 1. Demografik Verilere Yönelik Hazırlanan Form.....	79
EK 2. Yaşam Kalitesi Ölçeği.....	80
EK 3. Sportif Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği.....	81

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 2.4.1. Ölçme Araçlarına Ait iç Tutarlılık Katsayıları.....	37
Tablo 2.4.2. Homejenlik Analizi	37
Tablo 3.1. Betimsel Bulgular.....	39
Tablo 3.2. Cinsiyet Değişkenine Yönelik Test Sonuçları	40
Tablo 3.3. Yaş Değişkeni ait Test Sonuçları	41
Tablo 3.4. Fakülte Değişkeni Açısından Test Sonuçları	43
Tablo 3.5. Algılanan Ekonomik Durum Değişkeni Açısından Test Sonuçları.....	44
Tablo 3.6. Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Test Sonuçları	46
Tablo 3.7. Baba Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Test Sonuçları.....	47
Tablo 3.8. Akademik Başarı Değişkeni Açısından Test Sonuçları	48
Tablo 3.9. Aile Tutumu Değişkeni Açısından Test Sonuçları.....	49
Tablo 3.10. Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkiye Ait Test Sonuçları	51

TEŞEKKÜRLER

Lisans ve yüksek lisans eğitim sürecimin boyunca, sadece bilgi ve deneyimleri ile değil her zaman manevi olarak da yanımda olup bana yol gösteren, desteğini hiç eksik etmeyen çok değerli danışman hocam Sayın Prof. Dr. Fatma ARSLAN'a teşekkür ve saygılarımı sunarım.

Çalışmamın özellikle yöntem ve analiz kısmında yanımda olan, daima fikirleri ve yardımlarını esirgemeyen çok değerli hocam Arş. Gör. H. Suat AKSU'ya,

Lisans ve yüksek lisans sürecim boyunca her daim bir eğitmen olarak yanımda durup bizlerin gelişimi için çaba gösteren Sayın Bölüm Başkanım Doç. Dr. Mehmet DEMİREL'e,

Eğitim sürecimiz boyunca akademik ve sektörel anlamda bizleri teşvik edip içimizdeki kıvılcımı ateşlemek için sürekli çaba sarf eden değerli hocalarım Dr. Mustafa Sabır BOZOĞLU ve Arş. Gör. Alper KAYA'ya teşekkürlerimi sunarım.

GİRİŞ

Modern teknolojinin ortaya çıkışı, İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi ve akabinde anayasaların sunmuş olduğu bir hak olarak ortaya çıkan serbest zaman kavramı, eğitim faaliyetlerinin yaygınlaşmasıyla birlikte bireylerin bilinçli bir şekilde kullanmaya başladığı bir olgu şeklinde kendine göstermiştir (Assembly, 1948; Güneş, 2021; Hart, 2007; Orme, 2020; Karaküçük, 1999). Serbest zamanlardaki bu artışa paralel olarak bireyler eğleneme-dinleme veya gelişim amacı ile birtakım faaliyetlerine katılım göstermeye başlamışlardır. Bu faaliyetlere katılım yoluyla bireylerin birçok fayda elde edildiği belirtilmektedir (Lackey, 2021). Bunlar genel anlamda fiziksel, psikolojik ve sosyal faydalar ana başlıkları altında tartışılmaktadır (Ertüzün vd., 2020). Fiziksel faydalar; kalp hastalıkları, felç, yüksek tansiyon, şeker hastalığı gibi risklerin azalması noktasında, daha genç ve ergen bireyler ekseninde ise, sağlıklı bir kemik yapısına ulaşmada, kardiyorespiratuar dayanıklılık ve kas yapısının gelişmesinde, vücut yağ oranının azalarak kas kütlelerinin artışı gibi fiziksel ve fizyolojik sağlığı desteklemektedir (Kaya vd., 2021). Psikolojik faydalar noktasında; depresyon ve anksiyete seviyelerinin azalmasında ve zihinsel uyanıklığın sürekli hale gelmesi noktasında etkili olabilmektedir (Lackey, 2021). Sosyal faydalar olarak ise; bireyin sabırlı ve enerjik olmasında, toplumsal olgulara daha kolay adapte olabilmesinde, kendine güven duygusunun artırılmasında ve kolektif bir bilinç oluşması noktasında etkili olabilmektedir (Brown, 2019). Bu durumun farkına varan birey ve dolayısıyla toplum, serbest zamanı faydalı bir şekilde değerlendirebilmek adına farklı arayışlar içerisinde kendini bulabilmektedir. Bu arayışlar “serbest zaman ilgilenimi” kavramı şeklinde ortaya çıkmaktadır (Kouthouris, 2009).

Özelde ilgilenim kavramı ilk olarak Krugman’ın 1965 yılında televizyon reklamlarının birey üzerindeki etkisine yönelik gerçekleştirdiği bir çalışma ile literatüre girmiştir (McQuarrie ve Munson, 1987). Daha çok tüketici davranışları alanında uzun yıllar kullanılan ve kullanılmaya devam eden bu kavram, bireylerin serbest zaman faaliyet seçimlerini incelemek amacıyla da kullanılmaya başlanmıştır (Yetim ve Argan, 2013). Serbest zaman ilgilenimi, bireylerin serbest zaman aktivitelerine karşı ilgilenim düzeyini, bu faaliyetlerin seçiminden kaynaklı elde

edilen sembolik değerler ve bu faaliyetlere katılım nedeniyle ortaya çıkan ilgilenim düzeyinin doğasını anlamaya yönelik imkanlar sağlamaktadır (Havitz ve Dimanche, 1999; Wiley vd., 2000). Serbest zaman ilgilenimi üzerine gerçekleştirilen araştırmalarda ilgilenim kavramını açıklamak ve kapsamını belirlemek amacıyla beş farklı parametrenin kullanıldığı görülmektedir (Gürbüz vd., 2018). Bunlar; “ekicilik”, “nem Verme”, “Sosyal İlişki”, “zdeşleşme” ve “Kendini İfade Etme” alt boyutları şeklinedir.

Konu ile ilgili olarak Güldür (2020) tarafından serbest zaman ilgilenimi ve benlik saygısı üzerine gerçekleştirilen bir çalışmada; cinsiyet ile serbest zaman ilgilenimi arasında yalnızca “kendini ifade etme” alt boyutu ile ilişkili olduğu sonucuna varmıştır. Wiley vd., (2000)’in yaptığı başka bir çalışmada ise cinsiyet faktörünün serbest zaman ilgilenimi alt boyutlarından “kendini ifade etme” alt boyutu ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Bir başka çalışmada ise cinsiyet faktörü ile serbest zaman ilgilenimi arasında herhangi bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Aydın, 2016). Hardin ve Greer (2009)’un gerçekleştirdiği bir çalışmada ise, cinsiyet değişkeni ile serbest zaman ilgilenimi arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Serbest zaman ilgilenimini etkileyen bir başka faktörün de gelir durumu olduğu literatürde sıklıkla tartışılmaktadır. Örneğin Pampel vd., (2010) sağlık davranışları ve serbest zaman faaliyetleri üzerine gerçekleştirmiş olduğu bir çalışmada, serbest zaman faaliyetlerinin seçimi ve ilgilenim düzeyleri arasındaki ilişkinin temel belirleyicisinin gelir durumu olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bir başka çalışmada ise gelir durumu ile serbest zaman faaliyetleri arasında herhangi bir ilişkinin olmadığını gösteren çalışmalarda bulunmaktadır (Güldür, 2020). Serbest zaman ilgilenimini etkileyen bir başka faktörün ise bireyin yaş değişkeni olduğu bildirilmektedir. Aydın (2016) tarafından gerçekleştirilen çalışmada temel anlamda yaş faktörünün serbest zaman ilgilenimi noktasında anlamlı bir etkisinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer sonuç Güldür (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmada da vurgulanmıştır. Nitekim Sun ve Zhang (2023) tarafından yaş ve ekonomik durum faktörleri ile serbest zaman faaliyetleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada, yaş değişkeninin serbest zaman

faaliyetlerinin seçimi ve ilgilenimi noktasında anlamlı bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Serbest zaman ilgilenimi ile sıklıkla bağlantı kurulan bir diğer konu ise yaşam kalitesidir. Alanyazında serbest zaman faaliyetlerine katılım yoğunluğu ile yaşam kalitesi arasında anlamlı ve pozitif bir ilişkinin olduğu vurgulanmaktadır (Brajsa-Zganeç vd., 2011; Iwasaki vd., 2001; Yang vd., 2012). Lloyd ve Auld (2002) tarafından, serbest zamanın içeriği, ölçümü ve bu durumun yaşam kalitesi ile ilgisine yönelik gerçekleştirilen bir çalışmada, bireylerin serbest zamanlarında ilgilendikleri aktiviteler test edilmiştir. Araştırmada yer merkezli olarak gerçekleştirilen serbest zaman faaliyetlerinin yaşam kalitesini anlamlı bir şekilde etkilemediği, sosyal faaliyetlere daha sık katılım gösteren bireylerin daha çok psikolojik fayda elde ederek yaşam kalitelerinin yükseldiği sonucuna varılmıştır. Brajsa-Zganeç vd., (2011) tarafından gerçekleştirilen, serbest zaman faaliyetlerine katılım ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye yönelik tasarlanan bir araştırmada; 4.000 veri üzerinden analizler gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçları boş zaman faaliyetlerine katılımın öznel iyi oluşa katkı sağladığı noktasında bir çıkarımda bulunmasına rağmen hangi tür serbest zaman faaliyetlerinin öznel iyi oluşu daha çok etkilediği sorusuna cevap verememektedir. Ayrıca alanyazındaki bazı çalışmalar serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesinin ilişkili olmadığını (Sun ve Zhang, 2023), bazı çalışmaların serbest zaman ilgilenim düzeyinin yaşam kalitesini doğrudan etkilediğini (Yang vd., 2012; Ma 2008) ve bazı çalışmaların ise yaşam kalitesi ve serbest zaman ilgilenimi noktasında nispeten ilişki içerisinde olduğu (Bahadır, 2010; Yönet, 2018) belirtilmektedir. Yaşam kalitesi ve serbest zaman ilgilenimi üzerine oluşturulmuş kapsamlı literatür incelendiğinde; bazı çalışmalar serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesinin ilişkili olmadığını (Sun ve Zhang, 2023), bazı çalışmaların serbest zaman ilgilenim düzeyinin yaşam kalitesini doğrudan etkilediğini (Yang vd., 2012; Ma, 2008) ve bazı çalışmaların ise yaşam kalitesi ve serbest zaman ilgilenimi noktasında nispeten ilişki içerisinde olduğu (Bahadır, 2010; Yönet, 2018) belirtilmektedir.

Üniversite öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam kalitesi üzerine yapılan bu tezde; cinsiyet, yaş, fakülte, algılanan ekonomik durum, anne ve baba

eğitim durumu, akademik başarı algısı ve aile tutumu değişkenler açısından serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma amacı kapsamında cevap aranan sorular şu şekildedir:

- Üniversite ğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından fark bulunmakta mıdır?
- Üniversite ğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinde yaş değişkeni açısından fark bulunmakta mıdır?
- Üniversite ğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinde fakülte değişkeni açısından fark bulunmakta mıdır?
- Üniversite ğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinde ekonomik durum değişkeni açısından fark bulunmakta mıdır?
- Üniversite ğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinde anne ve baba eğitimi durum değişkeni açısından fark bulunmakta mıdır?
- Üniversite ğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinde akademik başarı değişkeni açısından fark bulunmakta mıdır?
- Üniversite ğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinde aile tutumu değişkeni açısından fark bulunmakta mıdır?

BİRİNCİ BÖLÜM

SPORTİF SERBEST ZAMAN VE YAŞAM KALİTESİ

1.1. Serbest Zaman Kavramı

Serbest zaman, en eski uygarlıklardan beri seçkincilik ve sınıf ayrıcalığı ile özdeşleştirilmiştir. Bununla birlikte, serbest zaman, ilkel toplumlarda, geçim, güvenlik ve temel ihtiyaçlar giderildikten, avdan veya sert hava koşullarından sonra kutlamalar ile başlamıştır. Basit sosyal sistemlerde ise serbest zaman hayatın ritminin bir parçası olarak karşımıza çıkmaktadır (Dumazedier, 1990). Bayramlar, kutlamalar, şölenler, düğünler, özel günler ve festivaller, bununla birlikte eski kültürlerin kutsal mitolojisine yönelik yükümlülüklerle birlikte serbest zaman fırsatları ve çeşitlilikleri gün geçtikçe artış göstermektedir. Godbey (1988) kasıtlı bir serbest zamanın olmadığına, bireysel seçim uygulamasının sonucu ortaya çıktığını işaret etmektedir (Torkildsen, 2005). Bazı toplumlarda serbest zaman, gerekli günlük görevlerin yaşam döngüsü etrafında yapılandırılır ve günlük ya da genel yaşam örüntüsünden ayrı olmak yerine onunla bütünleşmiştir.

Dünyanın birçok yerinde tarımın gelişmesi, yönetici sınıflar ile nüfusun geri kalanı arasındaki uçurumu genişletmiştir. Açıkça farklılaştırılmış iş rolleri, gelişmiş seçkin sınıflar ve serbest zamanları olan gelişmiş kültürler, “yüksek kültür”, sosyal konum ve siyasi statü ile ilişkilendirilmiştir. Örneğin, Mısır, Asur ve Babil kültürlerinin birçok "serbest zaman" faaliyetini içerdiği, ancak bu etkinliklerinin öncelikle toplumdaki üst tabakaların (soylular, askeri ve dini liderler) faaliyetleri olarak görüldüğü belirtilmiştir (Torkildsen, 2005).

Antik Yunan’da Aristo ve Plato gibi filozoflar serbest zaman konusu ile oldukça yakından ilgilenmişlerdir. Yunanca “scholē” kelimesi hem eğitim hem de serbest zaman anlamına gelmektedir. Latince “scola” ve İngilizce “school” kelimeleri “schoolar” kelimesini oluşturmuş, “akademiye” e yol açmıştır. Aristoteles Politika'nın I. kitabında serbest zamanı çalışma zorunluluğundan arınmış zaman olarak tanımlamıştır (Kaba, 2009).

18. ve 19. yüzyılların sanayi devrimi, derin sosyal değişimlere yol açmıştır. Fabrikalar şehirlerin büyümesini sağlayarak, nüfus kırsal bölgelerden kasaba ve şehirlere doğru hareketlilik kazanmıştır. Bununla birlikte insanlar doğayla iç içe yaşadığı, çocukların tarlalarda oynayabildiği ve ailelerin kırsalda yürüyebildiği köylerden; oyun oynamak için çok az alanı ve serbest zamanlarının tadını çıkarmak için çok az zamanları olan sıkışık koşullarda yaşamaya başlamışlardır (Torkildsen, 2005). Reform hareketleriyle birlikte rekreasyon kavramında da hareketlilik başlamış ve bazı kuruluşlar özellikle çocukların serbest zamanları hususunda endişeler duymaya başlamışlardır. Thorsten Veblen'in "Serbest zaman sınıfı" olarak tanımladığı şey de bu dönemde yeniden ortaya çıkmıştır. Kapitalizm, kentleşme ve sanayileşme toplumda bölünmenin bir yenisini daha beraberinde getirmiştir (Torkildsen, 2005). Veblen Amerika'da, endüstriyel sistemdeki zayıflıkları belirlemeye başlamış ve "Serbest zaman sınıfını" ve onun "gösterişçi tüketimini" eleştirmiştir.

20. yüzyıla gelindiğinde yavaş yavaş işçi sınıfı, herhangi bir idealizm veya aydınlanma için değil, işçiler ve sendikalar artık zamanlarını sattıkları için serbest zaman talep etmeye başlamışlardır. İş ve serbest zaman talebi, modern ve kamusal çalışmanın, gönüllü ve endüstriyel rekreasyon dünyasının örgütlenmesine yol açmıştır (Torkildsen, 2005).

Serbest zaman; bireyin hem kendisi hem de başkaları için bütün zorunluluklardan kurtulduğu ve kendi isteğiyle seçeceği bir faaliyetle uğraşacağı zaman olarak ifade edilmektedir. Serbest zaman aynı zamanda bireyin ruh hali, yaratıcılık ve psikolojik değerlerin bir kaynağı olarak da kabul edilebilir (Karaküçük, 2014). Dünya Serbest Zaman ve Rekreasyon Birliği'nin tanımına göre ise serbest zaman; seçme şansı, yaratıcılık, hoşnutluk ve memnuniyet içeren, kişisel doyumu yükselten ve eğlencelere öncülük eden yararları ile insan hayatının özel bir bölümüdür. Aktivite kavramının; çoğunlukla fiziksel, bununla birlikte entelektüel, estetik, sosyal ve ruhsal özelliklerinin çok yönlü formlarını kapsamaktadır (Arslan, 2011; WLRA, 2001).

Serbest zamanlarda gerçekleştirilen etkinlikler, bireyin yaşamına katkıda bulunarak, deneyimlerini ve hayatla mücadele gücünü artırabilmektedir. Serbest zaman etkinliklerine katılımlar sonucunda bireylerin çevreyle etkileşimleri ile birlikte bilişsel ve davranışsal olarak değişikliklerde meydana gelebilmektedir (Kelly ve Valeria, 2000).

Serbest zaman, bireylerin gönüllü olarak katılabileceği etkinlikleri içeren bir zaman dilimidir (Pekrun vd., 2008). Diğer bir deyişle, bireylerin kendilerini özgür hissettikleri ve kendilerini ifade ettikleri bir dönemdir (Henderson ve Bialeschki, 2007). Chen vd., (2013) göre serbest zaman bireylerin küresel toplumda bir başarı duygusu elde etmede ve neşe ve tatmini iletmede önemli bir rol oynadığı dönem bu dönemdir. Serbest zaman, bireylerin kişisel yeteneklerini geliştirmek için sosyal bir ortam sağladığından, bireylerin hem kişisel hem de sosyal kimliklerini geliştirdiği düşünülmektedir (Iso-Ahola ve Crowley, 1991). Kleiber ve Kirshnit'ten (1991) göre serbest zaman, bireylere yeni beceriler edinme ve geliştirme, sosyal ilişkiler kurma ve yeni kimlikler edinme fırsatları sağlayan gelişimsel etkilere sahiptir. Edginton (2006), serbest zamanın bireylerin, toplumların ve ulusların sosyal, kültürel ve ekonomik refahını etkileyen önemli bir güç olduğunu vurgulamıştır. Chen vd., (2013) serbest zamanların bireyin mutluluk ve başarıyı deneyimleme becerisinde önemli bir rol oynadığını vurgulamıştır.

1.1.1. Serbest Zamanın Değerlendirilmesi

Serbest zaman etkinlikleri, seçim özgürlüğü, yaratıcılık, doyum, eğlence, keyif ve mutluluğu içeren, sağladığı yararlarla insan yaşantılarının özel bir alanına işaret etmektedir. Serbest zaman zihinsel, sosyal, sanatsal ve ruhsal olduğu kadar, özünde fiziksel de olan etkinlik biçimlerini içerir (Sivan ve Ruskin, 2000).

Serbest zaman, insanların günlük uğraşları, işleri dışında meşgul oldukları, dinlendikleri, eğlendikleri veya zevkli faaliyet ve davranışlarla zihinsel ve fiziksel zindelik elde ettikleri tüm faaliyetleri ifade eder. Bunlar ödül veya maddi kazanç peşinde koşmayan ve dış etkenlerin baskısı altında kalmaktan daha ziyade bireylerin fiziksel ve zihinsel güçlerini kendi istekleri doğrultusunda dışarıya verme, katılımdan

keyif alma ve gerçekleştirme fırsatı veren ve sonuçlardan memnuniyet duyulan aktivitelerdir. (Süzer, 2008; Öpözlü, 2006).

Serbest zamanı tanımlamak basit görünebilir ama aslında pek çok farklı aktiviteyi ve duyguyu içeren oldukça karmaşık bir durumdur. Ayrıca, serbest zaman doğası gereği çok öznedir, bu nedenle onu tam olarak tanımlamak zordur. Serbest zaman aktiviteleri yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, statü, kişilik ve aile yapısı, kişinin içinde bulunduğu grup, yaşanan çevre, zaman kaybı, ekonomik imkanlar, toplumun kültürel yapısı, yerel gelenek ve göreneklerden etkilenir. Bu özellikler, serbest zaman biçimlerini de ayırt eder 'serbest zaman' kavramının kültürel olarak farklı değerleri ve serbest zamanın amacındaki bireysel ve toplumsal farklılıklar, farklı ve çeşitli tanımların yapılmasına yol açmaktadır. (Kılbaş, 2001, 15; Arslan, 2005; Soyer ve Can, 2003; Demir ve Demir, 2006). Bu farklılaşma ve sübjektif algı ortak tanımlamaları zorlaştırmaktadır. Ancak yukarıdaki ifadeleri dikkate alarak serbest zaman aktivitelerini şu şekilde tanımlayabiliriz:

Kişinin zorunlu uğraşları dışında kalan ve kullanma biçiminde tamamen özgür olduğu serbest zamanlarında, maddi kazanç sağlama amacı gütmeyen, herkese göre değişen amaç ve yöntemlerle ve tamamen kişisel tercihlerle yapılan etkinliklerdir.

Serbest zaman faaliyetleri, bireylerin boş zamanlarında mutlu olmak ve eğlenmek için kendilerinden para kazanma beklentisi olmaksızın gönüllü ve gönüllü olarak katıldıkları çeşitli faaliyetleri içermektedir. Etkinlikler içeriğe, konuma ve uygulamaya göre değişebilir. İnsanlar yapılarına, kişisel özelliklerine, imkanlarına ve yeteneklerine göre bu faaliyetlere katılmayı tercih etmektedirler (Şen ve Sarıkaya, 2015). Serbest zamanın amaçlarından biri de serbest zamanda geçirilen zamanı kişisel gelişim ve toplumsal düzeni iyileştirmek için kullanmaktır. Serbest zaman, bireylerin planlı ve programlı yaşamlarına ve kişisel gelişimlerine hazırlanmaları için en önemli fırsatlardan biridir. Bireyin kısıtlı ve değerli zamanının uyandırdığı farkındalık, zamanını dolduran ve verimli geçiren aktiviteleri seçmesinde çok önemli bir faktördür.

1.1.2. Serbest Zamanın Fonksiyonları

Literatürde serbest zaman olgusunun üç farklı fonksiyonundan söz edilmekte ve aşağıdaki şekilde gösterildiği gibi ifade edilen bu fonksiyonlar dinlenme ya da arınma, eğlenme ve kendini geliştirmedir.

Dinlenme Fonksiyonu

Dinlenme, yenilenme veya iş sonrası stres ve yorgunluk atma ile bedensel aşınmaları ve sinir gerilimlerini ortadan kaldıran bir fonksiyon üstlenmiştir. Çalışma saatlerinin 12-15 saat olduğu sanayi devriminin ilk dönemlerinde, işçiler serbest zamanlarında dinlenme fonksiyonunu sadece fiziksel gücü yeniden elde etmek anlamında kullanmışlardır. Çalışan için serbest, sadece bir sonraki çalışma gününe fiziksel olarak hazırlanmayı ifade etmektedir (Güngörmüş, 2007). Dinlenme zamanı, enerjimizin geri kazanılmasını ve gücümüzün yenilenmesini sağlar. Çalışmak mecburiyetinde olduğumuz günlerde muntazam, yüksek verimli sabahlar istiyorsak, kendimize devamlı bir miktar dinlenme zamanı ayırmalıyız. Tam olarak verimli zaman, toplam dinlenme zamanına bağlıdır (Scott, 1993).

Eğlence Fonksiyonu

Eğlenceye verilen önem günlük yaşamda da görülmektedir. Günümüzde insanlar, ne kadar serbest zaman etkinliğine katılırsa o kadar başarılı sayılmakta ve statüsü artmaktadır. Bireyler artık birçok spor ve eğlence aktivitelerinde yoğun olarak yer almakta, spora ve eğlenceye olan bu ilgi 20. yüzyılın başlarında giderek artmakta olan bir akımın etkisiyle; sağlıklarına, duygusal, fiziksel ve psikolojik ruh hallerine verdikleri önemde artmıştır ve artmaya da devam etmektedir (Mutlu, 2008: 35) Bireyde yaşanan can sıkıntısını gideren veya sıkıntı sonrasında gerçekleşen eğlenme ve rahatlamayı ifade eden, rekabetin oyundan alınan hazzın önüne geçmediği tüm spor uğraşları ile diğer faaliyetlere ister fiili ister pasif olarak günlük ihtiyaçların gerektirmediği çeşitli aktivite tiplerine katılma olanağı sağlayan boş zaman fonksiyonudur (Brotherton, 1991).

Gelişim Fonksiyonu

Gelişim fonksiyonu insan düşüncesini günlük davranışların otomatikliğinden kurtaran, daha geniş sosyal katılımın zeminini hazırlayan ve insan kişiliğini geliştirip sergileme eğiliminde olan bencil faaliyetleri içerir. Serbest zamanlarda bilgi edinme ya da bilgi verme ve kültür geliştirme ihtiyacının ağır bastığı meslekler, gönüllü ya da organize gönüllü sosyal faaliyetlere katılma ihtiyacının baskın olduğu faaliyetler olarak sunulur. Serbest zaman geliştirme işlevinde hassasiyetimizi mükemmelleştirebileceğimizi söyleyebilmek mümkündür. Gelişimsel işlevler, insan düşüncesini alışılmış düzenden kurtarmayı, sosyal katılımı teşvik etmeyi, kişisel gelişim ve yetenek oluşumu için zemin hazırlamayı ve bencil olmayan faaliyetleri içerir (Dumazedier, 1990).

1.1.3. Serbest Zaman Değerlendirme Eğilimini Etkileyen Faktörler

Gerek mevcut çerçeve koşullarındaki iyileşmeler gerekse teknolojik gelişmeler ve bireysel serbest zaman hakları bilincinin her geçen gün daha da gelişmesi serbest zaman kotalarının artmasına neden olmaktadır. Serbest zaman etkinliklerine katılma eğiliminde farklılaşmaya neden olan birçok faktör vardır. Bunlar sosyal faktörler, kültürel yapı, sınıf farklılıkları, aile ve arkadaş çevreleri, ekonomik faktörler, cinsiyet, yaş vb. olarak görülebilir.

Sosyal Faktörler

Toplum, tarihsel gelişimi içinde kültür ve medeniyeti bünyesinde barındıran ve bu nitelikteki bireylerden farklı bir gerçekliğe sahip önemli bir varlıktır. Toplumu sosyo-kültürel bir olay olarak tanımlarsak, Dumazedier' in belirlediği faktörlere göre belirli anlam değerleri ve kuralları vardır. Belirli bir çerçeve içinde birbirleriyle ilişkilerinde bu anlam, değer ve kuralları kullanan bilinçli kişi ve gruplardan oluşur (Dumazedier, 1990). Bu şekilde Dumazedier'e göre toplum, manevi kültür (anıtlar, değerler, kurallar), maddi kültür (biyofiziksel araçlar) ve sosyal ilişkilerden (anlamlı etkileşimler) oluşan bir bütün olarak temsil edilebilecektir. Analiz amacıyla sosyal ve kültürel bir ayrım yapan Dumazedier, bu iki kavramın yakından ilişkili olduğunu belirtmek için "sosyokültürel" terimini kullanır. Dumazedier'in "algı" terimi, belirli

bir etkileşime dahil olan birey ve grupların çeşitli eylem ve davranışlarının belirli bir amaca yönelik olduğunun ve bu kişi ve grupların ortak bir noktalarının olduğunun farkındalığını göstermesini ifade eder (Dumazedier, 1990).

Cinsiyet

Cinsiyet serbest zaman etkinliklerine katılımı etkileyen faktörlerden biridir. Kadın ve erkeklerin serbest zaman alışkanlıkları benzer görünse de çoğu zaman farklıdır (Gül, 2014). Özellikle, kadınların serbest zaman etkinliklerine pasif olarak katılma olasılığı daha yüksekken, erkeklerin serbest zaman etkinliklerine aktif olarak katılma olasılığı daha yüksektir. Bunun nedeni biyolojik farklılıklar, ev sorumlulukları ve geleneksel cinsiyet rolleridir (Andrijašević vd., 2005). Bireylerin cinsiyete göre boş zamanlarını nasıl geçirdikleri ve etkinliklere nasıl katıldıkları ile ilgili literatür çalışmaları incelendiğinde, kadınların boş zamana katılımlarının erkeklere göre daha düşük düzeyde olduğu, bunun da kadınların tanımladığı sosyal yapıdan kaynaklandığı tespit edilmiştir (Jackson, 2005; Shaw ve Henderson, 2005).

Gelir

Ekonomik durumda serbest zaman etkinliklerine katılımı etkileyen bir başka faktördür. Birey yaşamını sürdürmek için temel ihtiyaçlarını karşıladıktan ve aylık gelirini artırabildikten sonra bu artan gelirle rekreasyonel faaliyetlere katılabilir. (Demir ve Demir, 2006). Farklı gelir düzeyine sahip kişilerin tercih ettiği serbest zaman etkinliklerinde de farklılıklar olabilmektedir (Kaya, 2003). Düşük gelirli bireyler az harcama gerektiren ya da hiç harcama gerektirmeyen öğeleri tercih ederken, yüksek gelirli gruplar daha üst düzey olarak tanımlanabilecek faaliyetlerde bulunurlar (Argan, 2007). Diğer bir deyişle, yüksek gelirliler tenis, golf, avcılık, yelken, toplanma, ata binme, opera izleme gibi rekreasyonel faaliyetleri tercih ederken, düşük gelirliler tercih etmemektedir. Televizyon izlemek, oyun oynamak, piknik yapmak, kahve içmek, sinemaya gitmek, komşu olmak gibi düşük ücretli faaliyetlere katılırlar (Taşpınar, 2013). Ayrıca insanların gelir düzeyleri sadece yapabilecekleri serbest zaman aktivitelerini etkilemez, aynı zamanda bu etkinliklere ne sıklıkta katıldıkları da (Polat, 2019).

Kültür

Modern yaşamın başlangıcı sayılan günümüz post-endüstriyel çağında serbest zaman önem kazanmaktadır. Bir bakıma boş zaman, gelişmişliğin ve modernliğin simgesidir. Kültür, bir toplumun kimliğini oluşturur ve onu diğer toplumlardan ayırır. Kültür, bir toplumun yaşama ve düşünme biçimidir (Giddens, 2005). Dolayısıyla bu özerkliğe sahip toplumlar kendi aralarında benzerlikler veya farklılıklar gösterebilirler. Serbest zaman etkinlikleri toplumlar arasında benzerlikler veya farklılıklar gösterebilir. Bir ülkenin gelişmişlik göstergesi olan kültür ve serbest zaman etkinlikleri birbiriyle etkileşim içindedir. Serbest zaman etkinlikleri de kültürel düzeyi yüksek toplumlarda daha zengindir. Gelişmiş toplumlarda serbest zaman etkinlikleri çok önemlidir, ancak daha az gelişmiş toplumlarda serbest zaman etkinlikleri olarak bilinçli olarak planlanmamıştır (Kelly 1990).

Eğitim Faktörü

İnsanların temel ihtiyaçları çeşitli sosyal kurumlar tarafından karşılanmaktadır. Aile kurumları, nesil devamlılığı, ekonomik kurumlar; üretim ve tüketim hizmetlerinin sağlanması, siyasi kurumlar ve sosyal güvenlik ve düzenin korunmasına yardımcı olur. Eğitim kurumları ise bireyleri toplumun yaşam felsefesine göre hazırlar.

Bireysel serbest zamandaki eğilimlerin incelenmesi, yaşam tarzı alışkanlıkları, ilgi alanları ve düşünceleri ile serbest zaman arasında güçlü bir ilişki olduğunu bilinmektedir. Yüksek düzeyde sanayileşmiş toplumlarda artan ekonomik zenginlik, insanların daha vasıflı bir yaşam tarzı sürme eğilimini beraberinde getirmektedir (Karasar, 1996).

Eğitimin insan hayatındaki önemi her geçen gün daha da belirgin hale geldikçe insanların istek ve beklentileri daha yüksek bir yaşam standardıdır. Ne iş yapmak istediklerine, hangi ürünleri almak istediklerine, nerede yaşamak istediklerine ve serbest zamanlarında ne yapmak istediklerine kendileri karar verirler. Bireyin eğitim düzeyi arttıkça serbest zaman etkinliklerine katılımı, etkinlikleri

seçme ve tercih etme eğilimi ve eğitimle ilgili etkinlik düzeylerinin de arttığı gösterilmiştir (Karasar, 1996).

1.2. İlgilenim Kavramı, Türleri ve Düzeyleri

İlgilenim kavramının geçmiş incelemeleri, kavramı tartışmalı (Gunter vd., 1997), kafa karıştırıcı (Cho ve Boster, 2005), karmaşık (Day vd., 1995) ve bir potpuri (Laurent ve Kapferer, 1985) şeklinde tanımlamıştır. Bu kafa karışıklığının sebebi, çok sayıda kavramsal tanım ve işlemselleştirmeden kaynaklanmaktadır. Kerstetter ve Kovich (1997), Havitz ve Dimanche (1999) tarafından sağlanan kavramsal ilgilenim tanımı: “birey ile eğlence etkinlikleri, turistik yerler veya ilgili ekipman arasındaki psikolojik bir motivasyon, uyarılma veya ilgi durumu” şeklindedir. "İlgilenim" kelimesi İngilizce "involvement" kelimesinden Türkçe'ye çevrilmiştir. İlgilenim kavramı ilk olarak 1947'de Sherif ve Centril tarafından kavramsallaştırılmıştır. Krugman'ın TV Reklamları Pazarlamada Nasıl Öğrenildi? Araştırmaları sonrasında aktif şekilde olarak kullanımı artmıştır (Odabaşı ve Barış, 2003; Odabaşı ve Oyman, 2004).

Sherif vd., (1947) sosyal psikolojide ikna etme iletişimi literatüründe ilgilenim kavramını ilk kez kullanarak bireylerin aldıkları mesajları değerlendirme süreci ve bu sürecin tutumlarını değiştirme üzerindeki etkilerini araştırdılar. Bu çalışmalarıyla ilgilenim kavramının ikna sürecine olan etkisine öncülük ettiler. Sherif vd., (1947) alıcıların tutumlarını hissettikleri ilgilenim seviyelerine göre şekillendiklerini aktarmışlardır. Pazarlama alanında ise, ilgilenim kavramı ilk olarak bilimsel anlamda kullanmayı tercih eden Krugman (1965) ise, ilgilenimi, seyircinin yaşamı ile uyaran faktörler arasında istekli olarak iletişim halinde olduğu ilgi ve bağ olarak aktarmıştır. (Kandemir vd., 2013).

İlgilenim, literatür düzeyindeki akademik araştırmalarda tanımlandığı şekliyle, bir kişi ile bir uyaran veya nesnenin ortaya çıkardığı ilgi ve bağlılık durumudur (Odabaşı ve Barış, 2003). Bu bağlılık durumu insanların tutum ve seçimlerini belirleme esnasında kolaylıkla gözlemlenemez (Odabaşı ve Barış, 2003). İlgilenim kavramı, tüketici davranışını ve boş zaman etkinliği seçimlerini anlamak

için kullanılır. Havitz ve Dimanche (1999) bazı çalışmaların ilgilenim türü, bazılarının ise katılım düzeyi olarak kategorize edildiğini belirtmektedir. Bağlılık türleri arasında sürekli bağlılık ve bağlamsal bağlılık yer alır, ancak bağlılık düzeyi açısından yüksek ve düşük bağlılık olarak kategorize edilirler (Aydın, 2016: 9).

Literatüre bakıldığında, bağlılık, boş zaman ve ilgilenim kavramları (Heintzman ve Mannell, 2005) arasında bir bağlantı bulmuştur (Havitz ve Dimanche (1997), bağlılığı, insan ile bir durum veya nesnenin özellikleri arasında meydana gelen bir çekim, ilgi ve yakınlık durumu olarak tanımlar. Devam eden bağlılık, ürün ile birey arasındaki bağlantı, ürünün bireye getirdiği keyif olarak tanımlanır. Ürünün keyif değeri ne kadar yüksekse bağlılık da o kadar büyük olur. Herhangi bir aktiviteye katıldıktan sonra hissettiğiniz tatmin, zevk alma ihtiyacınızın tatminidir. Bu durum, bireyleri kendi başlarına ya da çevreleriyle birlikte etkinliklere katılmaya teşvik etmektedir (Yetim, 2014).

Houston ve Rothschild (1977) ve Rothschild (1978) ilgilenimi, durumsal ilgilenim ve sürekli ilgilenim şeklinde tartışmışlardır. Sürekli bağlılık, bir kişi ile bir nesne, düşünce veya durum arasındaki ilişkinin sürekliliğine bağlı olarak gelişir. Bu, bireyin gelen uyarıları ve mesajları yorumlama konusundaki tutumu ile yakından ilgilidir. Durumsal bağlılıkta, uyarana karşı ihtiyaç duyulduğunda kaybolabilen geçici bir ilgi vardır (Kandemir vd., 2013). Nesnenin veya durumun özellikleri ve kişinin psikolojik yapısı duruma katılımını belirler.

Sürekli ilgilenim motivasyonel temelleri, kişisel arzuların tatmin edilmesinden ve hedeflere ulaşılmasından doğar ve bu literatürdeki diğer ilgilenim tanımlarında yansıtılır. Örneğin, Havitz ve Dimanche (1997); Rothschild'in (1977) tanımlarını temel alır ve ilgilenimi, herhangi bir rekreasyon faaliyetine yönelik gözlemlenemeyen bir motivasyon, uyarılma veya yönelim durumu olarak açıklamaktadır. Richins ve Bloch (1986) benzer şekilde sürekli ilgilenimi, ürünün insanlarla doğrudan bağlantısından veya tercihe bağlı olarak üründen keyif alınmasından kaynaklanan ilerleyici bir motivasyon durumu olarak şeklinde aktarmaktadır.

Durumsal ilgilenim, bireyin mevcut durumda artan kaygısının yarattığı geçici duyguları yansıtır (Heintzman ve Mannell, 2005). Rothschild'in (1978) sürekli bağlılık tanımında kullandığı kısımdan hareketle durumsal bağlılık kavramını açıklanabilir. Rothschild (1978) tarafından yapılan tanımlamada kullanılan temel etmenler, bir uyarının ya da durumun neden olduğu ifadeler olarak kabul edilebilir. Bu bağlamda bağlamsal bağlılık, bireyin bir ihtiyaç doğduğunda ve bu ihtiyacı karşılamak için gerekli olan süre boyunca bir nesneye gösterdiği ilgi olarak ifade edilebilir. Ancak, sürekli ilgilenim ve durumsal ilgilenim kavramları eşanlamlı değildir (Havitz ve Mannell, 2005).

Sürekli ilgilenim sabit olduğu kabul edilse de durumsal ilgilenim durumdan duruma değiştiği söylenmektedir. Sürekli ilgilenim ve durumsal ilgilenim, ilgiye verilen tepkileri açıklayabilmek için bir arada kullanılmış ve çalışılmıştır (Decloe vd., 2009).

Richins ve Bloch (1986), bu iki ilgilenim kavramları arasındaki farklılıkları araştırmış ve sürekli ilgilenimin zamana karşı bir bağımlılığının olmadığını ancak durumsal ilgilenimin ise ilgi duyulan davranış oluşana kadar dalgalandığını vurgulamaktadır

Sürekli ilgilenim bireyde her zaman mevcut olsa da, durumsal ilgilenim belirli zamanlarda ortaya çıkar ve doğası gereği geçicidir. Verilen tanımlardan sürekli ilgilenim ile yüksek ilgilenim, durumsal ilgilenim ile düşük ilgilenim benzer kavramlar olduğu söylenebilir.

1.2.1. İlgilenimi Etkileyen Faktörler

İlgilenim seviyesini etkileyen faktörler çeşitlidir ve yüksek ya da düşük ilgi seviyeleri, farklı nedenlere dayanabilir. Bu faktörler kişisel, ürün ve durum faktörleri olarak üç kategoride ele alınabilir. Kişisel faktörler yaş, meslek, gelir, yaşam tarzı ve kişilik özelliklerini içerir. Kişisel faktörler, insanların farklı yaşlarda farklı tercihler yapmalarına, mesleklerinin ihtiyaçlarını belirlemelerine ve gelir seviyelerinin ilgi seçimlerinin belirlemesine yol açabilir. Öztürk (2005)'e göre, ürün faktörü, ihtiyaçları karşılayabilen her türlü durumu, objeyi, ürünü ve fikri kapsar (Cömert &

Durmaz, 2011). Örneğin, Odabaşı'na (2002) göre rekreasyonel etkinlikler, insanların ilgilerine ve tercihlerine bağlı olarak değişebilir. Durum faktörü ise Koç'a (2012) göre, bir ürün veya hizmet satın alımına yönelik zamanlama ile ilgilidir. İlgilenim seviyesi, kişinin ihtiyaçları, kültürü, değerleri ve yaşam tarzı gibi faktörlere bağlı olarak değişebilir. Ayrıca, seçeneklerin birbirinden farklılığı, iletişim kaynakları ve içeriği, ilgilenim durumu ve ortamı gibi durumsal faktörler de ilgilenim seviyesini etkileyebilir.

Kişisel Faktörler

İlgilenimin başlangıcı insandır. Kişinin ihtiyaçları ve duyguları, ilgilenimi azaltabilir veya artırabilir (Odabaşı ve Barış, 2002). Bireylerin ilgilenimlerini etkileyecek durumlar arasında yaşam tarzı, değerler ve kültür gibi olgularda yer almaktadır (Koç, 2012). Örneğin; Bir kişinin bir spor dalına ilgisi var ise o spor dalının amatör karşılaşmalarından üst düzey karşılaşmalara kadar tümüyle ilgilenir, ancak hiç ilgili yok ise karşılaştığı zaman ilgisini çekmeyecek ve izlemi dahi bırakmayacaktır.

Ürün Faktörü

Serbest zaman etkinlikleri ürün olarak görülebilir. Ürün öğeleri, bireyler ve serbest zaman etkinlikleri arasındaki ilişkileri ifade eder. Belirli insanların belirli durumlarda belirli etkinliklere değer vermesi kişisel öneme sahiptir. Etkinlikler ne kadar çeşitli olursa, katılım oranı o kadar yüksek olur. Ayrıca, faaliyetle ilgili olarak algılanan riskler, katılım düzeyinin belirlenmesinde çok önemli bir rol oynamaktadır. (Odabaşı ve Barış, 2002). Bir rekreasyonel aktivite birey için ne kadar önemliyse, o aktiviteye katılma kararı o kadar risklidir ve bireyi daha karmaşık bir karar verme sürecine tabi tutmaktadır (Arslan ve Bakır, 2010). Birey bir aktiviteye ne kadar çok katılırsa o kadar ilgili hale gelir (Koç, 2012). Örneğin bireyin spor merkezinde arkadaşlarıyla birlikte giydiği ayakkabı ve spor kıyafeti psikolojik ve sosyal riskler taşıması nedeniyle önemli ise birey evde giydiği kıyafetlerine daha az değer verebilir.

Durum Faktörü

Bir faaliyeti gerçekleştirme zamanı yaklaştıkça odaklanma ve ilgi artacaktır. Bu artış kondisyon faktörüne bağlıdır. Bu bağlamda durumsal faktör, serbest zaman ilgilenimini etkileyen faktörlerden biri olarak değerlendirilebilir. Sosyal baskı da bağlılığını artırabilir. Bir ürünün satın alınması veya tüketilmesi başka bir kişi ile yapılıyorsa daha dikkatli, dikkatli ve odaklanarak yapılabilir (Koç, 2012).

1.2.2. Serbest Zaman İlgilenimi

Serbest zamanın değerlendirilmesi, bireylerin çalışma saatlerindeki fiziksel ve duygusal yorgunlukları dinlendirerek, eğlenerek ve kendilerini geliştirerek tolere etmelerine olanak tanıyan aktiviteler yapma fırsatı sunar. Serbest zaman, zorlama ve zorunluluğun ortadan kaldırıldığı, özgürlüğün vurgulandığı durumları çağırıştırır. Günümüzde bireylerin kişisel ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamak ve kültürel değerleri anlamlandırmak için rekreasyonel faaliyetler her zamankinden daha önemli hale gelmiştir. İnsanlar bu etkinliklerle kişisel, zihinsel, sosyal ve sosyal düzeyde bütüncül bir şekilde yaşam doyumunu ve yaşam kalitesini artırmak için etkileşime girerler (Karaca, 2015).

Genel olarak, ilgilenim, karar verme bireyin bir aktiviteye katılmaktan aldığı davranışsal, zevk ve heyecan duyguları olarak ifade edilebilir. Araştırmalar, serbest zaman aktivitelerine ilgilenimin birçok bireyin ihtiyaçlarını karşıladığını göstermektedir. Bu ihtiyaçlar fiziksel, zihinsel ve sosyal ihtiyaçlar olarak ayrılabilir (Yetim, 2014). İlgilenim süresi, ilgilenim yoğunluğu, ilgilenim sıklığı ve aktivite ile pozitif ilişkili bir bileşen olarak kabul edilmektedir (Aydın, 2016: 16). Zaickowsky (1985) ve Celsi ve Olson (1988) göre; serbest zaman etkinliklerine yoğun ilgi gösteren bireylerde, etkinlikler insanlar için vazgeçilmez bir aktivite olarak dönüşmesine neden olmaktadır. Bu nedenle, bu etkinliklere katılan bireyler yaşamlarının bir tamamlayıcısı konumuna ulaşarak devamlılık gösterebilirler. Rekreasyonel faaliyetlere ileri seviye ilgi duyan bireylerin kazandığı deneyimler, ilgilenimleri katılım derecelerine göre olarak farklılıklar göstermesi aslında ilgilenim düzeylerini ortaya koymaktadır (Gürbüz vd., 2015).

Serbest zaman ilgilenimi, serbest zamanlarda gerçekleştirilen faaliyetlere katılım ve hissedilen ilgiyi tanımlayıcı bir kavramdır. Kişilerin ilgileri, ihtiyaç olarak hissettikleri, önemli hissettikleri, kültürleri, yaşam şekilleri ve hayat görüşleri etkinliklerin kendisini etkileyebileceği gibi ilgilenimlerini de etkileyebilmektedir. Ayrıca, gerçekleştirecekleri etkinliklerin zamansal ve mekânsal gibi durumsal belirleyici özellikleri de ilgilenimi etkileyen unsurlardandır.

Selin ve Howard'a (1988) göre rekreasyonel ilgilenim, bireyin bir ortamda belirli bir rekreasyonel aktiviteyi gerçekleştirmesi sırasında, kendini ifade etme ve aktiviteden zevk alma düzeyinin bir fonksiyonu olarak ortaya çıkan, serbest zaman aktivitesi ile bütünleşik bir durumdur. (Selin ve Howard, 1988).

Havitz ve Dimanche'ye (1997) göre serbest zaman etkinliği ilgilenimi, belirli bir uyaran veya durum tarafından tetiklenen serbest zaman ile ilgili ürünlere yönelik soyut bir heyecan, ilgi veya motivasyon durumudur. Benzer şekilde, Funk vd., (2004) boş zaman ilgilenimi, boş zaman etkinlikleri için bir ilgi, heyecan ve gözlenemeyen bir motivasyon durumu olarak tanımlamıştır. Bu bağlamda literatürde serbest zaman ilgilenimi, etkinlikten keyif alma, bireyin etkinlikle özdeşleşmesi ve sosyal ilişkilerinin gelişimi ile ilgili çeşitli boyutlar oluşturulmuştur.

İlgili literatürün değerlendirildiğinde serbest zaman ilgilenimi konusu için çekicilik, önem verme, kendini ifade etme, sosyal ilişki ve özdeşleme konuları üzerine araştırmalar yapıldığı dikkat çekmektedir (Hsieh, 2007; Iwasaki ve Havitz, 2004; Kyle vd., 2007).

Çekicilik

Memnuniyet ve saygınlık faktörü olarak kavramsallaştırılan çekicilik boyutu (Kyle vd., 2003), serbest zaman etkinliklerine katılımın içgüdüsel bir bileşenidir ve etkinlikten alınan zevk olarak ifade edilir. İlginin ortaya çıkması için kişinin katıldığı etkinliklerin anlamlı ve önemli olması gerekir (Wiley vd., 2000; Kyle vd., 2003).

Önem verme

Serbest zaman etkinliklerinin bireyin yaşamında oynadığı merkezi rolü tanımlayan önem alt boyutu olan önem verme (Alexandris vd., 2012; Iwasaki ve Havitz, 2004; McIntyre ve Pigram, 1992), serbest zaman etkinliklerinin yaşamın bir parçası olarak tanımlar ve bireylerin yaşamlarına atfeder (Watkins, 1987; Wiley vd., 2000).

Kendini ifade etme

Tüketici davranışı çalışamalarında sembolik bir anlamı olan (Piacentini ve Mailer, 2004; Wattanasuwan, 2005) kendini ifade etme boyutu, insanların serbest zaman etkinlikleri aracılığıyla başkalarına vermeleri gereken ilk izlenim olarak açıklanmaktadır (Piacentini ve Mailer, 2004; Wattanasuwan, 2005).

Sosyal ilişki

Bireyleri rekreasyonel faaliyetlere bağlayan sosyal ilişkiler olarak tanımlanan sosyal ilişkisel boyut (Jun vd., 2012; Kyle vd., 2007), bireylerin rekreasyonel faaliyetlere sosyal çevresi aracılığıyla ilgilenimi ile ilişkilidir. Diğer bir deyişle, bireyler ilgili etkinlik etrafında sosyal hayatlarını şekillendirebilmekte ve bu etkinliği akranlarıyla bağlantı kurmak için temel bir unsur haline getirebilmektedirler (Kyle vd., 2007; Kyle ve Mowen, 2005).

Özdeşleşme

Bireyin ilgilenim duyduğu rekreasyonel etkinlikler aracılığıyla kendini olumlama ve etkinliklere ilişkin imgelerle özdeşleşme durumu olarak ifade edilir. Özdeşleşme aynı zamanda aktivite ile birey arasındaki bilişsel bir bağlantı anlamına gelir (Dimanche ve Samdahl, 1994; Kyle ve diğerleri, 2007, s.404). İlgi alanlarına bağlı olarak, bireylerin eğlenceye ilişkin beklentileri değişebilir ve bireylerin serbest zamanlarında hissettikleri memnuniyet düzeyini etkileyebilir. Diğer bir deyişle, rekreasyonel etkinliklere katıldıktan sonra bireylerin etkinliğe yönelik olumlu tutumları ile doyum duygusu ortaya çıkmaktadır.

1.4. Yaşam Kalitesi Kavramı

Yaşam kalitesi kavramı çok geniş, kapsamlı, sınırları belirsiz, oldukça karmaşık ve özellikle de çeşitli çevrelerce farklı şekillerde tanımlanabilme niteliğine sahiptir (Diener, 2000). Fakat yaşam kalitesi terimini açıklamak ve detaylıca tanımlama yapmak istiyorsak, kavramı oluşturan kelimelerin anlamlarının toplamalarının tanımlarından daha farklı bir anlama içerdiğini söylememiz gerekmektedir. Çünkü yaşam kalitesi olgusu, yaşam doyumu, esenlik, eğitim, sağlık, güvenlik, çevre özgürlük ve ekonomi gibi birçok bilimsel alanı içerisinde bulundurmaktadır. İnsanların aldığı kararları iyileştirmek için yaşam kalitesinin sorgulanması konusu 1960'lardan beri araştırma konusu olmuştur (Noll, 2002). 1960'ların başında Amerikan Sanat Akademisi'nin girişimiyle NASA için yaratılan bu kavram şuan ki anlamıyla ilk olarak Raymond A. Baurer tarafından düzenlenen ve 1966'da yayınlanan Sosyal Göstergeler kitabıyla ortaya çıkmıştır (Springer, 1970: 2; Rand ve Ferris, 2006: 518). Araştırmacılar, çalışmalarında yaşam kalitesini tanımlarken koşulların yaşam bağlamında nasıl algılandığına odaklanırlar (Diener, 2000). Dolayısıyla bireyin bugününü ve geleceğini güvence altına alan güvenlik, adalet ve özgürlük gibi maddi olduğu kadar manevi kaynaklarında bütünü olarak tanımlanabilmektedir. (Diener, 2000). Bu nedenle, yaşam kalitesi kavramının anlamının farklı bireyler tarafından farklı görüldüğü belirtilmiştir.

Yaşam kalitesi ile doğrudan ilgili olduğu bilinen sağlık kavramını Dünya Sağlık Örgütü tarafından (WHO), sadece hastalığın olmaması durumu olarak değil; zihinsel, sosyal ve bedensel bakımdan iyi olma durumu” şeklinde tanımlamaktadır (WHO, 1997). Zorba (2015) sağlığı birçok kriter olarak ele almaktadır. Bu sağlık kriterlerini %15 katılım, %13 sosyal koşullar, %12 tıbbi tedavi, %10 çevresel koşullar ve %50 yaşam şekli ve davranış durumu olarak değerlendirmektedir. Yaşam kalitesi kavramı ise (Quality of life, QOL); bireyin içerisinde olduğu kültür ve değer sistemleri çerçevesinde, beklentileri, ilgileri amaçları ve standartları ile ilişkili olarak hayatlarının pozisyonunu algılanması olarak tanımlanır. Bireyin psikolojisi, inançları, fiziksel sağlığı, sosyal ilişkileri ve yaşam çevresiyle doğrudan ilişkili karmaşık ve bir yolla etkilenen oldukça geniş bir kavramdır (WHO, 1997). Bir başka

tanımda yaşam kalitesi, yaşam koşulları içinde algılanabilecek, bireysel doyumun seviyesini etkileyen olumsuz durum ve günlük ruhsal, fiziksel ve toplumsal etkilerine verilen kişisel tepkileri gösteren bir olgudur. (Güler, 2006).

Dünya Sağlık Örgütü tarafından tanımlanan yaşam kalitesi kavramı içerisinde üç ana kategoriye bulundurmaktadır: Birincisi, yaşam koşulları veya yaşam kalitesinden ziyade bireysel algıları yansıtır. İkincisi, barınma, eğitim, istihdam, iş-yaşam dengesi, tesislere ve kamu hizmetlerine erişim ve bunların etkileşimleri ve nihayetinde yaşam koşulları gibi hayatın birçok alanını kapsayan çok boyutlu bir kavramdır. Üçüncüsü bireylerin içerisinde bulunduğu kültür ve değerler sistemi bağlamında amaçlara, inançlara, beklentilere ve sosyal ilişkileridir (WHOQOL Group, 1996).

Tüm bunlara ek olarak yaşam kalitesi boyutunun ne olması gerektiği konusunda tam bir fikir birliği gösterilememiştir. Yaşam kalitesine psikolojik ve fiziksel açıdan bakmak temelde yaşam doyumunu boyutunu etkilemektedir. Ayrıca yaşam kalitesinin tanımlanmasında ve ölçülmesinde hem öznel hem de nesnel yönlerle karşılaşabilmektedir. Sübjektif yönlerden söz edildiğinde yaşam kalitesi, güvenlik, esenlik, aile ilişkileri, sosyal dayanışma standartları, hobiler ve kulüp üyeliği gibi unsurlar kullanılarak ele alınmalıdır (Petrosillo vd., 2013). Öte yandan nesnel boyutlar çerçevesinde bireyin yaşam beklentisi, sağlık potansiyeli, toplumdaki suç oranı, yoksulluk ve eğitim düzeyi dikkate alınmalıdır. Toplumdaki yaşam kalitesini objektif olarak ölçmek için toplumu oluşturan insanların hane halkı gelirlerine bakmak gerekir. Ekonomik tarafta ise boş zamanlarınızı geçirebileceğiniz alan sayısı, yaşam alanı, dinlenme tesisleri, yaşadıkları yerin çevre dostu olup olmadığı ve çevrenin temizliği ne durumdadır (Uysal vd., 2016).

1.5. Yaşam Kalitesinin Ölçülmesi

Yaşam kalitesine ilişkin ilk görüşler, bireysel memnuniyet merkezli bir yaklaşım perspektifinden gelmiştir. Aristoteles'in Nicomachean etiği ve Aristippus'un hedonizm hakkındaki fikirleri bu bakış açısının temelini oluşturur (Diener, 2000). Aristoteles, eserlerinde mutluluğun doğasını ve iyi bir yaşamın temellerini

araştırırken, insanların yaşamları boyunca mutlu olmak istediklerine ve mutluluğun evrensel bir ihtiyaç olduğuna dikkat çeker. (Işık ve Meric, 2010)

Bentham'ın ortaya koyduğu ve Stuart (2003) tarafından geliştirilen ahlak ve siyaset kriterinin esası da hazcı yaklaşımdır ancak faydacılık olarak isimlendirilmiştir. Dolayısıyla faydanın arttırılması hayatın esas kriterini teşkil etmektedir (Bentham, 2002; Mill, 2003)

Amartya Sen'in kapasite yaklaşımının temeli; haz'ı merkez alan faydacı yaklaşımın, bireyleri ortalama bir standartta kabul edilmesini ve kapasitelerinin kalıplar halinde ele alınmasını eleştirmesidir. Sen'e göre yaşam kalitesi açıklamak için sadece niceliksel kavramlarla sınırlamalar yapılmaması gereklidir. Ona göre yaşam kalitesi için niceliksel kriterler ile birlikte normatif kriterlerinde ele alınması gereklidir (Karacay Cakmak, 2008).

İnsan yaşamının her döneminde karşılanması gereken temel ihtiyaçları sıralayan Maslow'un teorisi, bu ihtiyaçların niceliği kadar yaşam kalitesinin de önemli olduğunu vurgular. Örneğin, yaşam uzunluğu yerine yaşam beklentisi kalitesi ve gelir yerine memnuniyet gibi konulara odaklanılır. Aslında kalite bilinçli bir süreçtir ve hayatın her alanında sürekli bir mükemmellik arayışı olmalıdır (Aksungur, 2009; Torlak ve Yavuzçehre, 2008).

Lehman (1983) yaşam kalitesini yaşam memnuniyeti sekiz ölçüt üzerinden değerlendirmiştir. Bunlar; ikamet yeri, aile birlikteliği, sosyal ilişkiler, boş zaman etkinlikleri, iş sahibi olma, ekonomik hal, kişisel güven ve sağlık durumudur (Lehman, 1983). Lehman (1983), genel refahı nesnel ve öznel ölçütler açısından tanımlamıştır. Bu bakış açısı aynı zamanda yaşam kalitesine bakış açısının da temelini oluşturmaktadır (Lehman, 1983).

Veenhoven (2006), nesnel ve öznel gibi belirsiz kavramlar yerine yaşam şansı ve yaşam sonucu kavramlarını kullanmayı tercih etmiştir. Ayrıca her bir kavram, dış kalite ve iç kalite ile ilgili olarak tartışılmıştır (Veenhoven, 2006). Bir yaşam şansı, bir bireyin iyi bir yaşam sürme şansıdır. Hayatın sonuçları, iyi hayatın kendisini

gösterir. Dış kalite, bireyin kendisini içinde bulduğu çevre ve bu çevrenin sunduğu fırsatlarla ilgiliyken, iç kalite, bireyin kendi özellikleriyle ilgilidir.

İhtiyaçlar yaklaşımı, Allardt (1993) tarafından yaşam kalitesini belirlemek için de kullanılmıştır (Allardt, 1993). Allardt (1993), İnsan gelişimi için üç ön koşul. Sahip olmak ve sevmek, var olmak. Ona göre yaşam kalitesinin sağlanması bu temel ihtiyaçların karşılanmasına bağlıdır. Bu ihtiyaçlar ekonomik kaynaklar, barınma koşulları, istihdam, çalışma koşulları, sağlık ve eğitim olarak belirlenmiştir. Allardt (1993), toplumda sosyal kimlikler oluşturmak için başkalarıyla olan ilişkilerde sevginin gerekli olduğunu savunmaktadır. Sosyal ilişkiler ve bağlantılar, arkadaşlıklar ve meslektaşlarla ilişkiler bu tür ihtiyaçlara örnektir. Son olarak Allardt (1993) varoluşsal ihtiyaçları sosyal bütünleşme ve doğa ile uyum içinde yaşama ihtiyaçları olarak tanımlar. Kişisel gelişim, varlığın olumlu bir yönü olarak tanımlanabilirken, yabancılaşma onun olumsuz yönünü temsil eder. Bir kişinin hayatını etkileyen kararlara ve faaliyetlere katılım. Siyasi faaliyetler, kariyer fırsatları ve boş zaman etkinlikleri örnek verilebilmektedir.

Çeşitli alanlarda geliştirilen üç yaklaşımı bulunmaktadır (Myers, 1988). İlki, şehirleri sıralamaya izin veren bir yaşanabilirlik karşılaştırmasıdır. Ancak bu yaklaşımın bir mantığı yoktur ve boyutlara verilen ağırlık görecelidir. Bu nedenle ölçülen değerlerde bir hata vardır. İkinci bir yaklaşım, yaşam kalitesini gelir ve yaşam maliyetine dayalı olarak ölçen ücret farkıdır. Ancak, bu yaklaşım sınırlı sayıda değişken içerdiği için eleştirilmiştir. Üçüncü bir yaklaşım, bireylerin yaşamlarını deneyimlerine ve algılarına göre değerlendirdikleri öznel iyi oluş yaklaşımıdır. Bu yaklaşım, yaşam kalitesinin sosyal gelişim sürecinin bir parçası olarak kabul edilir ve nesnel verilerle incelenmiştir.

1.6. Yaşam Kalitesinin Göstergeleri

Literatürde çok çeşitli yaşam kalitesi göstergeleri sınıflandırılmıştır. Bunlar: Olumlu, olumsuz, belirsiz, girdi, çıktı, öznel, nesnel, ekonomik, sosyal ve boş zaman göstergeleridir. Burada yaşam kalitesine ilişkin bazı göstergeler açıklanacaktır.

Sosyal göstergeler

Sosyal göstergeler, politik kararlar inceleyen ve politika izleme için geri bildirim sağlayabilen sosyal değişimin göstergeleridir. Bu, toplumdaki değişiklikleri izlememizi sağlayan bir göstergedir. Yapılar ve süreçler, hedefler ve sonuçlar, değerler ve düşünceler hakkında tam olarak net olmayan tüm verileri sunmaktadır (Sapancalı, 2009).

Sağlık göstergeleri

Yaşam kalitesi sağlık göstergeleri hem bireysel hem de toplumsal açıdan ele alınmaktadır. Birey açısından sağlık, zinde ve sağlıklı olmak, sağlığa bütüncül bir bakış açısıyla bakmak demektir. Kişisel sağlığın üç benzersiz boyutu vardır. Bunlar fiziksel, sosyal ve toplumsaldır. Fiziksel boyutta yeterliliği, sosyal boyutta başkalarıyla ilişki derecesini, sosyal boyutta toplumda iyi sağlık durumunu ve nitelikli tıbbi hizmet sunumunu tanımanın bir yoludur (Sapancalı, 2009). Bu açıdan sağlığın yaşam kalitesi için önemli olduğu ve yaşam kalitesini doğrudan etkilediği söylenebilir.

Çevresel göstergeler

Yaşam kalitesi, insanın yaşadığı çevre ile uyum halidir. Doğru koşulları yaratmak, içinde bulunduğumuz çevre ile durumumuz arasındaki ilişkiye doğrudan bağlıdır. Çevresel değerlendirme açısından bakıldığında, yüksek bir yaşam kalitesi, insanların ihtiyaçlarını karşılayacak kaynakların mevcudiyeti ile belirlenir (Arıoğlu vd., 1994).

1.7. Yaşam Kalitesini ve Yaşam Doyumunu Açıklamaya Yarayan Bazı Kuramlar

Yaşam kalitesi kavramına ait dört kuram bulunmaktadır. Bunlar Faydacı kuram, insan gereksinimleri kuramı, sağduyulu değerler kuramı ve yapabilirlik kuramı.

Faydacı kuram

Faydacı kuram, toplumu oluşturan tüm bireylerin elde ettiği en yüksek haz düzeyidir. Bireylerin çıkarlarına en iyi şekilde ulaşmaları ve istek ve arzularını karşılamaları için ekonomik fırsatın önemini vurgular. Bu teoriye göre maddi imkânları daha fazla olan kişilerin yaşam kalitesi daha yüksektir (Gürsel, 2015).

Bu kuram ekonomik değerin etkisinin önemi üzerinde durmaktadır, çünkü yaşam kalitesi, isteklerin yerine getirilmesi ve bunları gerçekleştirmenin yüksek ekonomik imkânları, zevk alma derecesini etkilediğini savunur. Ekonomik değerin yüksek olması, bireysel ihtiyaçların karşılanmasıyla mutluluk değerindeki artışa eşdeğerdir olduğunu aktarmaktadır.

İnsan gereksinimleri kuramı

Doğası gereği, insan sürekli olarak gelişmektedir. İnsanın bu şekilde gelişmesi için bazı ön koşullar gereklidir. Bunlar yaşamak için ihtiyaç duyduğumuz temel ihtiyaçlar olan yeme, içme ve barınmadır. Bunlar hayatımızın devamı için gerekli olan ihtiyaçlardır. Bu teori, insan ihtiyaçlarının ne kadar önemli olduğunu ve bu ihtiyaçlar karşılanana kadar yaşam kalitesinin önemli olmadığını anlamamızı sağlar. Allardt (1993), oluşturduğu tanımlarda mutluluk, esenlik ve yaşam kalitesi kavramlarının temelini insanların ihtiyaçlarının karşılanması olduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda yaşam kalitesini üreten en temel teori olduğu söylenebilir (Allardt, 1993).

Sağduyulu değerler kuramı

Temel ihtiyaçlar teorisine benzer şekilde, temel ihtiyaçların yeterince karşılanmasını öngörür. Bir bireyin sahip olduğu ve yapabileceği şeyler dışsal bir kapasiteye sahiptir. Bir insanın mutlu olabilmesi için özgürlüğünün ve kapasitesinin ortaya çıkarılması gerekir (Sapancalı, 2009). Bir sonuca ulaşmaktan çok, o sonuca ulaşırken verilen çaba bireyin özgürlüğüdür. Bu hayatı yaşarken özgürlük ona bir şeyler başarma fırsatı vermekle kalmaz, bu süreçte değerinin ötesinde kendi önemini de fark eder.

Yaşam doyumu, kişilerin hayatlarında karşılaştıkları zorluklara dair fikir ve kazanımlarının değerlendirilmesi dilimi olarak ifade edilir. Bu değerlendirme dilimi bazı iç ve dış faktörlerden etkilenebilmektedir. Bu tip araştırmalarda genel anlamda kişisel faktörler, çevresel faktörler ve toplumsal faktörler başlıklarıyla incelenmektedir (Büber, 2017).

Kişisel faktörler

Kişisel faktörler için yapılan araştırmalarda başka sonuçlar saptanmıştır. Yaşam doyumu için yapılan bir akademik çalışmaya göre evli olup olmama hali, istihdam, sosyal destekleme ve eğitim değişkenleri arasında olumlu ilişkiler ortaya çıkarılmıştır (Naz, 2015). Haricinde; Kültür, Cinsiyet, Gelir, Yaş, Eğitim, Sağlık, Sosyal destekleme ve Medeni hal gibi değişkenlerle ilişkili olduğu kimi çalışmalarca ortaya konulmuştur (Büber, 2017).

Çevresel Faktörler

Bireyin yaşadığı ortam ve mesleği, yaşam doyumu üstünde tesirlidir. İşinden kazandığı para ve bulunduğu ortamın hayat şartlarına bağlantılı olarak bireyin doyum seviyesi farklılaşabilir. Çevresel etken olarak enflasyon hesaba katılırsa, enflasyonun bireylerin yaşam doyumlarını direkt etkilediği görülebilir. Bilhassa enflasyon oranlarının devamlı arttığı bir ülkede yaşayan insanların, paralarıyla alım güçleri zaman geçtikçe düşmekte, bundan ötürü bireylerin yaşamlarında doyuma ulaşamadıkları gözlemlenmektedir (Donovan ve Halpern, 2002).

Cinsiyet

Yaşam doyumuyla ilişkili olarak alanyazında cinsiyet değişkeninin yaşam doyumuna etkisini araştıran çalışmalar yapılmıştır (Chui ve Wong, 2016; Joshanloo, 2018; Kaba, Erol ve Güç, 2018). İlişki çalışmalarda ağırlıklı cinsiyetin yaşam doyumuna etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur. Türkiye de yapılan çalışmalarda da bu bağlamda cinsiyete göre yaşam doyumu farklılaşmamaktadır (Kaçık ve Acar, 2020; Kermen vd., 2016). Ancak bazı çalışmalarda yaşam doyumunda cinsiyet açısından farklılıklar gözlemlenmiştir (Dost, 2007). Örneğin Recepoğlu (2013)

öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlarını ve yaşam doyumlarını incelediği çalışmada öğretmen adaylarının belirttikleri yaşam doyumlarının cinsiyete göre istatistiksel açıdan manidar bir fark gösterdiğini bulmuştur. Kadın öğretmen adaylarının yaşam doyumu puanları erkek öğretmen adaylarının yaşam doyumu puanlarından yüksek bulunmuştur.

Yaş

Konu ile ilgili ilk çalışmalar gençlerin yaşlılardan daha mutlu olduğunu bulmasına karşın, son yıllarda yapılan çalışmalar mutluluk ile yaş arasında bir ilişkinin olmadığını göstermiştir (Pavot ve Diener, 1993) Diener (1985), gençlerin hem olumlu hem de olumsuz duyguları daha çok bildirdiklerini; buna karşın yaşlıların genel mutluluk ifadelerini ortaya koyduklarını bulmuştur. Bu karışık bulgulara anlam vermek amacıyla yapılan bir metaanaliz çalışmasında, yaş ile yaşam doyumu arasındaki korelasyonun sıfıra yakın olduğu ve bu sonucun ilişkiye giren diğer değişkenler kontrol edilse de edilmese de aynı olduğu kanıtlanmıştır (Yetim 1991).

Gelir

Yaşam doyumuyla ilişkili olarak araştırılan bir diğer sosyodemografik değişken gelir seviyesidir. Gelir düzeyinin insanların yaşam doyumunu en üst düzeye çıkarma konusunda geniş ölçekli bir etkisi olacağı düşünülebilir. Nitekim gelir düzeyi birçok yaşam koşulunu etkileme potansiyeline sahiptir (Cutrona, 1996). Gelir seviyesi, maddi kazanımlarının yanı sıra insanların daha iyi sağlık bakım hizmetlerine erişmesine, daha ilgi çekici boş zaman aktiviteleri deneyimlemesine ve yaşamlarındaki birçok faydaya ulaşmalarına imkân tanıyabilir (Diener vd., 2018). Bununla beraber maddi imkanların ve gelirin yaşam doyumuna düşük ve orta düzeyde etkisi olduğu görülmüştür (Boes ve Winkelmann, 2010; Diener vd., 1999).

Kişilerin tahsil durumlarının artması ile kazançlarında yükseliş görülmesi oldukça olağandır. Gelir durumu yaşam doyumuna tesir eden ciddi faktörlerdendir. Gelir durumu kişinin harcanabilir kazancındaki yükseliş, meslek dışı hayatındaki yaşamın ortaya koyduğu fırsatlardan daha çok faydalanma gibi kazanımlar göz

önüne sermektedir. Kişinin yükselen maaş miktarı ile beraber şahsi hayat standardı yükseleceğinden yaşam doyumunda da yükselme olacağı görülebilir. 51-61 yaş arası 12.600 emekli ile yapılan emekliliğe kadarki hayalleri ve emekliliğin ardından doyumu yıllık kazanç miktarına göre göstermeyi hedefleyen araştırma neticesinde, belirli kazanç miktarı üstündeki emeklilerin doyum seviyesi bütün vaziyetlerde oldukça fazla bulunmuştur. Özellikle emekliler daha sağlıklı durumda ve daha fazla maddi imkânlar bulundurdıklarında, aynı zamanda hayat süresince gelir garantisi aldıklarında emeklilik hayatlarında daha çok doyuma ulaştıklarını söylemişlerdir (Tabuk, 2009).

Eğitim Durumu

Eğitim fırsatları ve servisleri ile yaşam doyumu arasındaki bağlantıyı araştıran çalışmalarda akademik hayatıyla alakalı doyum fazlalaştıkça, yaşam doyumunun fazlalaştığı da ortaya çıkmıştır (Diener vd., 1997). Nasıl ki öğrencilerin yaşam doyumunu fazlalaştırmak, eğitimin en ciddi amaçlarından biri olarak görülüyorsa, eğitimde yaşam kalitesi ile doğrudan ilişkilidir. Avrupa Birliği ülkeleri Avro-barometre (Eurobarometer) planıyla ile kişisel iyi olma durumlarını yakından takip etmektedir. Pew Foundation ve World Value Survey gibi kurumlar çoğu toplumda yaşam doyumu ile alakalı bilgileri takip etmektedir ve toplumsal eğitim politikalarının oluşturulmasında bu bilgilerden yararlanılmaktadır (Diener ve Seligman, 2004).

Yaşam doyumunu açıklamaya yarayan bazı kuramlar ise şu şekildedir:

Erek kuramı

"Erek" kelimesi, TDK Sözlüğü'nde "gerçekleştirmek için planan ve ulaşılmak istenilen amaç, maksat hedef, gaye" şeklinde açıklanmaktadır (TDK, 2023). Bu kuram, genel şekliyle bireylerin yaşamlarında belirledikleri amaçları ve bu doğrultuda ne derece başarılı oldukları ile ilgilidir (Austin ve Vancouver, 1996). Bu kuramın üzerinde durduğu nokta, bireylerin amaçları doğrultusunda ilerlerken, olumsuz sonuçlar ile karşılaştıklarında, olumsuz tepki göstermeleri ile ilgilidir. Bireyler yaşamları boyunca birçok amaç doğrultusunda ilerlemektedir. Ancak bireyin

sahip olduğu amaçların önem seviyeleri, elde edilen sonuç ile öznel iyi olma durumu ile ilişkilidir. Dolayısıyla insanların hedeflerine verdikleri önem seviyesi ne derece yüksek ise başarılı olduklarında duyacakları haz ve mutluluk o denli büyüktür (Oishi vd., 1999).

Etkinlik Kuramı

İnsan faaliyetlerinin bir ürünüdür ve bireyler amaçlarına ulaşmak için gerçekleştirdikleri faaliyetlerden doyum alırlar. Hedef teorisi, başarının insanları mutlu ettiğini iddia ederken, aktivite teorisi, hedeflerimize ulaştığımızda gerçek mutluluğu yaşadığımızı iddia eder. Aristoteles'e göre insana belirli yetenekler bahşedilmiştir ve mutluluk bu kapasiteleri en st düzeye çıkarmakla elde edilir (Diener, 1985). Günlük aktivitelerin sık ve yoğun deneyimi aynı zamanda genel öznel refahı ve iş performansını da geliştirir (Moneta, 2004)

Aktivite ve yaşam doyumunu arasındaki ilişki en iyi şekilde akış teorisi ile açıklanır. Bu teorinin öncüsü Csikszentmihalyi (1990), aktivite ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi gösteren bir formül geliştirmiştir. Bu formüle göre eğer aktivite kişinin beceri düzeyi ile doğru orantılı ise kişi aktiviteyi tamamladığında haz almaktadır.

Uyum (Adaptation) Kuramı Brickman

Adaptasyon ve mevcut koşullara uyum sorunu, modern yaşam doyumunu teorilerinin merkezinde yer almaktadır (Diener, 1984). Uyum teorisi olayların başlangıçta iyi ya da kötü olmasına bağlı olarak bireylerde mutluluk ya da mutsuzluk yaratabileceğini, ancak daha sonra onları yaratan gücü kaybedebileceğini ve sahip oldukları şeyler arttıa beklentilerinin de arttığını bildirmektedir. Bu teori insanların kendilerini kısa sürede yeni bir seviyeye ayarlamaları gerektirdiğini savunmaktadır. Çünkü mevcut durum artık onları mutlu edecek yeterli olmamaktadır. Öte yandan, bu zıt gelişmeleri yaşamak, insanları zorluklarla ve talihsizliklerle karşılaştıklarında mutsuz edebilmektedir. Ancak bir süre sonra bu duruma uyum sağlanır ve söz konusu durum artık onları mutsuz olmasına neden olmamaktadır (Diener, 2000).

Çok Yönlü Uyuşmazlık (Multiple Discrepancy) Kuramı Kuram / Sosyal Karşılaştırma Kuramı

Michalos'un (1985) çok yönlü uyumsuzluk teorisine göre, bireyler kendilerini geçmiş durumları, arzuları, ideal doyumları, ihtiyaçları, hedefleri ve diğer insanların durumları dahil olmak üzere birçok kriter kullanarak tanımlarlar. Mevcut durum ile bu standartlar arasındaki çelişkiler kişinin memnuniyetini etkiler. Bu yaklaşıma göre, mevcut durum karşılaştırmanın taban çizgisinin üzerinde olduğunda bireysel doyum artar (Diener vd., 1997).

Sosyal karşılaştırma teorisine göre, çevremizdeki diğer kişilerin durumlarını karşılaştırdığımızda ve benzerliklerimizi, farklılıklarımızı veya her ikisini birden düşündüğümüzde yaşam doyumunun arttığını varsayar. Sosyal karşılaştırmaya göre, kişisel durumu (yaşam standardı gibi) diğerlerinden üstünse mutluluk meydana çıkar diğerlerinden daha kötüyse mutsuz kendini göstermektedir (Diener vd., 1997).

Tavandan Tabana (Top Down) ve Tabandan Tavana (Bottom Up) Kuramları

Bu teoriye göre mutluluk, hayatınıza neşe ve tatmin getiren anların ve deneyimlerin toplamıdır. Kişisel iyi oluşun önemli bir belirleyicisi olduğunu vurgular. Başka bir deyişle, insanlar yaşamlarındaki sevinç ve üzüntüleri değerlendirerek kendilerini mutlu ya da mutsuz olarak değerlendirmektedir (Diener ve Ryan, 2009).

Tavandan, tabana ve tabandan, tavana teorisine göre, bazı insanlar mutlu, bazıları mutsuz. Bu durum, insanların olumlu düşünme ve olayları olumlu değerlendirme eğilimindeyken, mutsuz insanların olumsuz düşünme ve olayları olumsuz değerlendirme eğiliminde oldukları görüşüyle açıklanmaktadır (Lee vd., 2002).

Ryff'in Psikolojik İyi Oluş Kuramı

Ryff'e (1989) göre zihinsel iyi oluş, olumlu benlik saygısı, insanlarla olumlu ilişkiler, çevresel ustalık, kişisel gelişim, özerklik, yaşam amacı, stressiz durumlar ve diğer zihinsel esenliği ve yaşamda bir amaca sahip olmayı içerir (Ryff, 1989).

Birçok teorinin ortak noktalarını birleştiren Ryff, altı psikolojik boyutu olan bir psikolojik iyi oluş modeli önermektedir. Bu altı boyut şunlardır: olumlu benlik saygısı ve geçmişi kabullenme (kendini kabul), bir birey olarak sürekli büyüme ve gelişme duygusu, hayatın bir amacı ve anlamı olduğuna dair inanç (yaşamın amacı), diğer bireylerle iyi ilişkilere sahip olma duygusu (iyi ilişkiler), yaşama ve çevreye hakimiyet, kendi kaderini tayin etme duygusu (özerklik) şeklindedir (Ryff, 1989).

Kendini kabul: Mutluluğun en önemli kriteri olarak kabul edilir. Kendini kabul düzeyi yüksek olan kişiler, kendilerine karşı olumlu bir tavır sergilediklerini, kendilerinin ve geçmişlerinin olumlu ve olumsuz yanlarını kabul ettiklerini belirtmektedirler (Ryff, 1989).

Olumlu ilişki: Ryff, olumlu bir ilişkiyi açık ve güvene dayalı bir ilişki, empati ve derin bir sevgi duygusuna sahip olmak olarak tanımlar. Bireylerin tatmin edici ve güvenli ilişkiler kurabildiklerini, derin şefkat gösterebildiklerini, empati kurabildiklerini, başkalarıyla yakın dostluklar kurabildiklerini ve başkalarının iyiliğini dilediklerini açıklar (Ryff, 1989).

Özerklik: Özerklik tanımları, kişinin kendi adına karar vermesi (kendi kaderini tayin etmesi), bağımsız olması, davranışlarının içsel olarak düzenlenmesi (özdenetim) ve bireyselleşmesi gibi özellikleri vurgular. Öz düzenleme, bireyin kişisel özelliklerine göre uzun vadeli hedeflere ve günlük aktivitelere ulaşmak için düzenli ve doğrudan çabalarını içeren bir süreçtir. Yüksek düzeyde özerkliğe sahip bireylerin davranışlarını içsel güçlerine göre ayarlayabildiklerini, kendilerini kendi standartlarına göre değerlendirebildiklerini ve sosyal baskılara dayanabildiklerini belirtmektedir (Ryff, 1989).

Çevresel ustalık: Kişinin kendi ruhsal durumuna uygun bir ortam seçmesi veya yaratması, pozitif ruh sağlığının alametlerinden biri olarak kabul edilir. Bu, çevresel hakimiyet olarak tanımlanabilir. Çevre hakimiyeti yüksek olan insanlar, ihtiyaç ve değerlerine uygun çevre koşulları yaratan, çevrelerindeki fırsatlardan yararlanan, çevresini iyi yöneten ve kontrol duygusuna sahip kişiler olarak tanımlanabilir (Ryff, 1989).

Hayatın amacı: Bir yaşam amacına sahip olmak ruh sağlığı olarak tanımlanabilir. Yaşam boyu gelişim teorisi, yaşam hedeflerindeki değişikliklere işaret eder ve aşağıdaki gibi kişisel hedefleri belirtir: yaratıcı olmak ve üretici olmak gibi hedeflerin yaşamın anlamlı ve değerli olduğunu sağlayacağını ifade etmektedir (Ryff, 1989).

Öz gelişim: Yeni deneyimlere açıklık, tam üretkenliğin anahtarı olarak görülmektedir. Kendini geliştirme düzeyi yüksek olan kişiler, kendilerinin geliştiğini, yeni deneyimleri kabul etmeye hazır olduklarını, potansiyellerini gerçekleştirmeye hazır olduklarını, davranışlarının ve iç dünyalarının geliştiğini hissederler (Ryff, 1989).

İKİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde, tez araştırmasının amaç ve alt amaçları kapsamında bir araştırma modeli, evren ve örneklem seçim süreçleri, veri toplama araçları ve süreçleri ve verilerin analizine dair bir çerçeve sunulmuştur.

2.1. Araştırmanın Amacı ve Modeli

Üniversite öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam kalitesini tespit etmeyi hedefleyen bu çalışma nicel verilere dayalı genel tarama modelinde bir incelemedir. Genel tarama modelleri, çok sayıda ögeden oluşan bir evrenden, evren hakkında genel bir hükme ulaşmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama modelleridir (Karasar, 2000:79).

Üniversite öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam kalitesi üzerine yapılan bu tezde; cinsiyet, yaş, fakülte, algılanan ekonomik durum, anne ve baba eğitim durumu, akademik başarı algısı ve aile tutumu değişkenler açısından serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Necmettin Erbakan Üniversitesi oluşturmaktadır. “Yüksek Öğretim Bilgi Sistemi” (YÖBS) aracılığıyla elde edilen bilgiler doğrultusunda ilgili üniversitenin öğrenci sayısı 35.684 kişi iken yalnızca lisans öğrenci sayısı 26.129 kişidir (YÖBS, 2023). Araştırma lisans öğrencileri özelinde yapılmasından kaynaklı olarak çalışmanın evreni 26.129 öğrenci olarak tespit edilmiştir.

Araştırmanın evrene genellenebilirliğini sağlamak ve evrenden homejen bir grup seçebilmek adına nicel araştırma yönteminin bir örneklem seçim tekniği olan uygun örneklem yöntemi seçilmiştir. %95 güven aralığı ve %5 hata payı hesaplamasına göre, ilgili evrenin genellenebilmesi için 379 öğrencinin yeterli olduğu tespit edilmiştir (Surveyssystem, 2023). Uygun örneklem yönteminde

araştırma sorunsalı üzerinde etkisi olması beklenen değişkenler açısından araştırma evrenden rastgele seçimle örnekleme dahil edilecek grupların belirlenmesinin sağlandığı örnekleme şeklidir (Gürbüz ve Şahin, 2018).

Bu kapsamda Necmettin Erbakan Üniversitesinin lisans programına sahip fakülteleri (20 fakülte), üniversite web sayfasında belirtildiği sırası ile alt alta yazılmıştır. 20 fakültenin oluşturduğu evreni temsil etmesi amacıyla 4 fakülte rastgele bir şekilde araştırmaya dahil edilmiştir. Dâhil edilen fakülteler sırası ile “Turizm”, “Tıp”, “İlahiyat” ve “Eğitim” fakülteleri şeklindedir. Uygun örneklem yöntemi ile araştırmaya 598 öğrenci katılmıştır. Eksik veya boş gönderilen ve elde edilen ölçekler çalışmaya dahil edilmemiştir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu tez araştırması kapsamında, ele alınan sorunun çözümüne yönelik olarak 3 adet ölçme aracı kullanılmıştır. Ölçme araçları sırası ile şu şekildedir:

Araştırma kapsamında, ele alınan sorunun çözümüne yönelik olarak 3 adet veri toplama aracı kullanılmıştır. Veri toplama aracı bilgi formu ve iki ölçekten oluşmaktadır. İlk bölümünde öğrencilerin demografik değişkenlerini belirleyen (cinsiyet, yaş, fakülte, algılanan ekonomik durum, anne ve baba eğitim durumu, akademik başarı algısı ve aile tutumu) demografik sorular yer alırken, ikinci bölümünde “Serbest Zaman İlgilenim” ve “Yaşam Kalitesi” ölçeği kullanılmıştır. Katılımcı formu, “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” ve “Yaşam Kalitesi Ölçeği” birleştirilerek oluşturulan anket formu “Google Formlar” aracılığı ile sanallaştırılıp ilgili fakültelerin öğrencileri ile Whatsapp, Telegram ve Email araçları vasıtasıyla paylaşılmıştır. Paylaşım sonucunda 461 adet veri elde edilmiştir. Ek olarak elektronik oluşturulan formun bir çıktısı alınarak ilgili fakültelerin öğrencilerinden yüz yüze veriler de toplanmıştır. Yüz yüze elde edilen verilerin toplamı ise 137’dir. Bu sayede toplamda 598 veri elde edilmiştir ve eksik doldurulan anketler değerlendirmeye alınmamıştır.

2.3.1. Katılımcı Formu

Katılımcı formun araştırmacı tarafından oluşturulan ve sürece etki ettiği düşünülen bağımsız değişkenlerden oluşmaktadır. Bu bağımsız değişkenler; cinsiyet, yaş, fakülte, ekonomik durum algısı, anne ve baba eğitim düzeyi, akademik başarı algısı ve ailenin katılımcıya yönelik tutumlarını içermektedir.

2.3.2. Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği

Kyle vd. (2007) tarafından geliştirilen “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği”, Gürbüz vd. (2018) tarafından geçerlilik ve güvenirlik çalışması tamamlanarak Türk kültürüne adapte edilmiştir. İlgili ölçek 30 maddeden oluşmakla birlikte 5 alt boyuta sahiptir. Alt boyutlar sırası ile “Çekicilik” (Soru 1-2-3), “Önem Verme” (Soru 4-5-6), “Sosyal İlişki” (Soru 7-8-9), “Özdeşleşme” (Soru 10-11-12) ve “Kendini İfade Etme” (Soru 13-14-15) şeklindedir. 5’li Likert derecelendirmeye sahip olan ölçek, Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışmasında iç tutarlık (Cronbach Alpha) katsayısı 0,58 ile 0,80 ekseninde değişmektedir.

2.3.3. Yaşam Kalitesi Ölçeği

Yaşam kalitesi, “Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Grubu” tarafından, bireylerin içinde yaşadıkları kültür ve değerler sistemini saptamaya yönelik olarak 1998 yılında geliştirilen bir ölçektir (Whoqol Group, 1998). İlgili ölçek kültürler arası uygulanabilecek bir yaşam kalite değerlendirme aracı olarak geliştirilme aşamasında Tayland, İsrail, Hindistan (Madras), Avusturalya, Hindistan (New Delphi), Panama, Amerika Birleşik Devletleri, Hollanda, Hırvatistan, Japonya, Zimbabve, İspanya, İngiltere, Rus-ya ve Fransa olmak üzere toplamda 15 ülkede eş zamanlı olarak geliştirilmiştir. İlgili ölçeğin pilot uygulamasında kullanılan madde sayısı 236’dır. Pilot uygulama sonucunda varyans değeri en yüksek olan 24 alan belirlenmiştir. Her alanı en iyi temsil eden 1 soru ve genel yaşam kalitesi ve genel sağlık kalitesini belirleyen 1’er soru da dahil edilerek toplamda 26 maddelik bir ölçme aracı olarak ortaya konmuştur. Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması Eser vd., (1999) tarafından yapılan ölçme aracı genel sağlık, ruhsal alan, fiziksel alan, sosyal alan ve çevresel alan olmak üzere 5 alt boyut şeklinde sınıflandırılmıştır. İlgili

ölçeğin güvenirlik katsayısı (Cronbach Alpha) 0.53 ila 0.83 aralığında değişim göstermektedir.

2.4. Verilerin Analizi

Katılımcı formu, “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” ve “Yaşam Kalitesi Ölçeği” birleştirilerek oluşturulan anket formu “Google Formlar” aracılığı ile sanallaştırılıp ilgili fakültelerin öğrencileri ile Whatsapp, Telegram ve Email araçları vasıtasıyla paylaşılmıştır. Paylaşım sonucunda 461 adet veri elde edilmiştir. Ek olarak elektronik oluşturulan formun bir çıktısı alınarak ilgili fakültelerin öğrencilerinden yüz yüze veriler de toplanmıştır. Yüz yüze elde edilen verilerin toplamı ise 137’dir. Bu sayede toplamda 598 veri elde edilmiştir.

Elde edilen 598 veri istatistiki analizlerin gerçekleştirilebilmesi amacıyla “Jamovi” paket programına aktırılmıştır. Verilerin programa aktarılması esnasında 8 katılımcının demografik değişkenler kısmında birden fazla seçeneği işaretlediği 16 katılımcının ölçek maddelerinde birden fazla işaretleme yaptığı ve 9 katılımcının ise demografik değişkenleri barındıran katılımcı formunu eksik doldurduğu tespit edilmiştir. İlgili veriler analizlerden önce ayıklanmış olup toplamda 565 veri üzerinden işlemler gerçekleştirilmiştir. Bir sonraki adım olarak “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” ve “Yaşam Kalitesi” ölçeğine ait alt boyutlar sınıflandırılarak ortalama puanları hesaplanmıştır.

Kodlama işlemlerinin tamamlanmasının ardından ilgili ölçme araçlarının güvenirliğine yönelik olarak Cronbach Alpha (iç tutarlılık) katsayıları hesaplanmıştır (Tablo 2.4.1). Hesaplama sonucunda “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” toplam güvenirlik katsayısı 0.87, “WHOQOL-Bref” yaşam kalitesi ölçeği toplam güvenirlik katsayısı 0.84 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 2.4. 1. Ölçme Araçlarına Ait iç Tutarlılık Katsayıları

	Cronbach's Alpha	n
Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği	0,87	15
WHOQOL-Bref Yaşam Kalitesi Ölçeği	0,84	26

İç tutarlılık katsayısının hesaplanmasının ardından, hangi analizlerin yapılması gerektiğine karar verebilmek adına homejenlik analizi (çarpıklık-basıklık) gerçekleştirilmiştir. Hair vd., (2014), çarpıklık ve basıklık test sonuçlarının ± 1.0 değerleri arasında olmasının verilerin homojen dağılım gösterdiğini belirtmekle birlikte, bu değerler dışındaki aralıkta homejon dağılımının gerçekleşmediğini bu nedenle non-parametrik testlerin gerçekleştirilmesi gerektiğini belirtmektedir. Araştırmamıza ait homejenlik test sonuçları Tablo 2.4.2’de gösterilmiştir.

Tablo 2.4.2. Homejenlik Analizi

Ölçek ve Alt Boyutlar		Statistic	Std. Error
S.Z.İ.Ö. Çekicilik Alt Boyutu	Skewness	-0,80	0,10
	Kurtosis	-0,17	0,20
S.Z.İ.Ö. Önem Verme Alt Boyutu	Skewness	1,18	0,10
	Kurtosis	2,50	0,20
S.Z.İ.Ö. Sosyal İlişki Alt Boyutu	Skewness	-1,14	0,10
	Kurtosis	1,13	0,20
S.Z.İ.Ö. Özdeşleşme	Skewness	-1,87	0,10
	Kurtosis	4,16	0,20
S.Z.İ.Ö. Kendini İfade Etme Alt Boyutu	Skewness	0,22	0,10
	Kurtosis	-0,45	0,20
WHOQOL-Bref Genel Sağlık	Skewness	-1,60	0,10
	Kurtosis	3,08	0,20
WHOQOL-Bref Fiziksel Alan	Skewness	-0,75	0,10
	Kurtosis	2,68	0,20
WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	Skewness	-1,03	0,10
	Kurtosis	1,81	0,20
WHOQOL-Bref Sosyal Alan	Skewness	-1,05	0,10
	Kurtosis	3,29	0,20
WHOQOL-Bref Çevresel Alan	Skewness	-0,80	0,10
	Kurtosis	3,31	0,20

Gerçekleştirilen “Çarpıklık-Basıklık” testi sonucunda, verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Bu nedenle iki seçenekleri bağımsız değişkenlere yönelik “Mann-Whitney U”, ikiden fazla seçeneğe sahip bağımsız değişkenler için ise “Kruskall Wallis” testi gerçekleştirilmiştir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgular raporlanmıştır. Araştırma amacı ve araştırma soruları kapsamında öncelikli olarak bağımsız değişkenlere ait betimsel bulgular sunulmuş olup sonraki aşamada bağımsız değişkenler ile ilgili ölçme araçları arasında fark analizlere gerçekleştirilmiştir. Son aşamada ise “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” ile “Yaşam Kalitesi” ölçeği arasındaki ilişki test edilmiştir.

3.1. Örneklem Yönelik Betimsel Bulgular

Tablo 3. 1. Betimsel Bulgular

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	265	47,0
	Erkek	300	53,0
	Toplam	565	100,0
Yaş	18-20	166	29,0
	21-23	240	43,0
	24 ve üzeri	159	28,0
	Toplam	565	100,0
Fakülte	Turizm	157	28,0
	Tıp	91	16,0
	İlahiyat	164	29,0
	Eğitim	153	27,0
	Toplam	565	100,0
Ekonomik Durum Algısı	Kötü	133	23,0
	Normal	252	45,0
	İyi	180	32,0
	Toplam	565	100,0
Anne Eğitim Durumu	İlköğretim	249	44,0
	Ortaöğretim	253	45,0
	Üniversite	63	11,0
	Toplam	565	100,0
Baba Eğitim Durumu	İlköğretim	231	41,0
	Ortaöğretim	234	42,0
	Üniversite	100	17,0
	Toplam	565	100,0
Akademik Başarı Algısı	Kötü	95	17,0
	Normal	287	51,0
	İyi	183	32,0
	Toplam	565	100,0
Aile Tutumu	Demokratik	118	21,0
	Otoriter	58	10,0
	Koruyucu	159	28,0
	İlgili	230	41,0
	Toplam	565	100,0

Katılımcıların demografik özellikleri incelendiğinde; cinsiyet değişkeni açısından %53'ünün erkek, %47'sinin kadınlardan oluştuğu; yaş değişkeni açısından %29'unun 18-20 yaş aralığında, %43'ünün 21-23 yaş aralığında ve %28'inin 24 yaş ve üzerinde olduğu; fakülte değişkeni açısından %28'inin Turizm, %16'sının Tıp, %29'unun İlahiyat ve %27'sinin ise Eğitim Fakültesi grubunda olduğu; Ekonomik durum algısı değişkeni açısından %23'ünün kötü, %45'inin normal ve %32'sinin iyi grubuna dahil olduğu; Anne eğitim seviyesi açısından %44 ilköğretim ve %45 ortaöğretim; Baba eğitim seviyesi açısından ise %41'inin ilköğretim %42'sinin ise ortaöğretim ve %11'inin ise üniversite derecesinden mezun olduğu; akademik başarı algısı değişkeni açısından ise %17'sinin kötü, %51'inin normal ve %32'sinin iyi dereceye sahip olduğu; son olarak ailenin katılımcıya yönelik tutumu değişkeni açısından ise %21'inin demokratik, %10'unun otoriter, %28'inin koruyucu ve %41'inin ilgili grubu dahil olduğu tespit edilmiştir.

3.2. Cinsiyet Değişkenine göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Tablo 3. 2. Cinsiyet Değişkenine Yönelik Test Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyut	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	U	p
S.Z.İ.Ö. Çekicilik	Kadın	265	2,91	2352	0,00
	Erkek	300	3,43		
S.Z.İ.Ö. Önem Verme	Kadın	265	2,10	3841	0,42
	Erkek	300	2,25		
S.Z.İ.Ö. Sosyal İlişki	Kadın	265	3,20	3264	0,00
	Erkek	300	3,43		
S.Z.İ.Ö. Özdeşleşme	Kadın	265	3,21	2821	0,00
	Erkek	300	3,55		
S.Z.İ.Ö. Kendini İfade Etme	Kadın	265	2,61	3485	0,01
	Erkek	300	2,80		
WHOQOL-Bref Genel Sağlık	Kadın	265	3,72	3141	0,00
	Erkek	300	3,95		
WHOQOL-Bref Fiziksel Alan	Kadın	265	3,14	3426	0,02
	Erkek	300	3,24		
WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	Kadın	265	3,75	3166	0,00
	Erkek	300	3,92		
WHOQOL-Bref Sosyal Alan	Kadın	265	3,76	3894	0,69
	Erkek	300	3,78		
WHOQOL-Bref Çevresel Alan	Kadın	265	3,15	2907	0,00
	Erkek	300	3,27		

İlgili ölçme araçları ile cinsiyet değişkeni arasındaki farklılığı belirlemeye yönelik gerçekleştirilen analiz sonucunda; “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme ve kendini ifade etme alt boyutu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Çekicilik alt boyutunda erkeklerin ($x=3,43$) ortalaması kadınlara ($x=2,91$) kıyasla daha yüksek; Sosyal İlişki alt boyutu noktasında erkeklerin ($x=2,25$) ortalaması kadınlara kıyasla ($x=2,10$) daha yüksek olduğu; Özdeşleşme alt boyutu erkeklerin ($x=3,43$) ortalaması kadınlara kıyasla ($x=3,21$) daha yüksek olduğu; Kendini İfade Etme alt boyutu noktasında ise erkeklerin ($x=2,80$) ortalaması kadınlara oranla ($x=2,61$) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

“WHOQOL-Bref” ölçeği genel sağlık, fiziksel alan, ruhsal alan ve çevresel alan alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Genel sağlık alt boyutunda erkeklerin ortalaması ($x=3,95$) kadınlara kıyasla ($x=3,72$) daha yüksek; fiziksel alan alt boyutunda erkeklerin ortalaması ($x=3,24$) kadınlara kıyasla ($x=3,14$) daha yüksek; ruhsal alan alt boyutunda erkeklerin ortalaması ($x=3,92$) kadınlara kıyasla ($x=3,75$) daha yüksek ve çevresel alan alt boyutunda ise erkeklerin ortalaması ($x=3,27$) kadınlara kıyasla ($x=3,15$) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

3.3. Yaş Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları

Tablo 3. 3. Yaş Değişkeni ait Test Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyut		n	$\bar{x}$	Standart Sapma	Kruskal Wallis H		Farklılık Games Howel
					χ^2	p	
S.Z.İ.Ö. Çekicilik	1) 18-20	166	3,33	0,81	12,82	0,00	1>3
	2) 21-23	240	3,15	0,85			
	3) 24 ve üzeri	159	3,08	0,74			
S.Z.İ.Ö. Önem Verme	1) 18-20	166	2,35	0,82	11,99	0,00	1>2
	2) 21-23	240	2,10	0,46			
	3) 24 ve üzeri	159	2,13	0,42			
S.Z.İ.Ö. Sosyal İlişki	1) 18-20	166	3,29	0,72	0,94	0,62	-
	2) 21-23	240	3,33	0,70			
	3) 24 ve üzeri	159	3,35	0,67			
S.Z.İ.Ö. Özdeşleşme	1) 18-20	166	3,49	0,72	18,52	0,00	-
	2) 21-23	240	3,34	0,68			
	3) 24 ve üzeri	159	3,38	0,5			
S.Z.İ.Ö. Kendini İfade Etme	1) 18-20	166	2,84	0,82	21,27	0,00	1>2
	2) 21-23	240	2,49	0,68			
	3) 24 ve üzeri	159	2,91	0,78			
WHOQOL-Bref Genel Sağlık	1) 18-20	166	3,81	0,69	18,45	0,00	-
	2) 21-23	240	3,75	0,54			

	3) 24 ve üzeri	159	3,99	0,37			
WHOQOL-Bref Fiziksel Alan	1) 18-20	166	3,21	0,41	3,59	0,16	-
	2) 21-23	240	3,18	0,31			
	3) 24 ve üzeri	159	3,20	0,27			
WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	1) 18-20	166	3,79	0,66	0,84	0,65	-
	2) 21-23	240	3,84	0,51			
	3) 24 ve üzeri	159	3,88	0,46			
WHOQOL-Bref Sosyal Alan	1) 18-20	166	3,76	0,66	1,17	0,55	-
	2) 21-23	240	3,74	0,45			
	3) 24 ve üzeri	159	3,84	0,46			
WHOQOL-Bref Çevresel Alan	1) 18-20	166	3,19	0,42	3,38	0,18	-
	2) 21-23	240	3,24	0,25			
	3) 24 ve üzeri	159	3,20	0,31			

Katılımcıların yaş değişkenlerine ile serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesi arasındaki farklılığı incelemek amacıyla gerçekleştirilen Kruskal-Wallis testi sonucunda, “Serbest Zaman İlgilenimi” alt boyutlarından çekicilik, önem verme, özdeşleşme ve kendini ifade etme alt boyutlarında arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında gerçekleştiğini saptamaya yönelik gerçekleştirilen “Post-Hoc Games Howel” testi sonucunda; çekicilik alt boyutunda 18-20 yaş ($x=3,33$) grubu ile 24 yaş ve üzeri ($x=3,08$) arasında, önem verme alt boyutunda 18-20 yaş ($x=2,35$) grubu ile 21-23 ($x=2,10$) yaş grubu arasında ve kendini ifade etme alt boyutunda ise, 18-20 yaş ($x=2,84$) grubu ile 21-23 ($x=2,49$) yaş grubu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

“Yaşam Kalitesi” alt boyutları noktasında ise genel sağlık, ruhsal alan, sosyal alan ve çevresel alan alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Genel sağlık alt boyutunda 24 yaş ve üzeri ($x=3,99$) grubu ait katılımcıların 18-20 yaş grubuna ($x=3,81$) ve 21-23 yaş grubuna ($x=3,75$) ait katılımcılardan yüksek olduğu; ruhsal alan alt boyutunda ise 24 yaş ve üzeri ($x=3,88$) grubu ait katılımcıların 21-23 yaş grubuna ($x=3,84$) ve 18-20 yaş grubuna ($x=3,79$) ait katılımcılardan yüksek olduğu; sosyal alan alt boyutunda ise 24 yaş ve üzeri ($x=3,84$) grubu ait katılımcıların ortalamasının 18-20 yaş grubuna ($x=3,76$) ve 21-23 yaş grubuna ($x=3,74$) ait katılımcılardan yüksek olduğu; son olarak ise 21-23 yaş grubunda ($x=3,24$) olan katılımcıların ortalamasının 24 yaş ve üzeri (3,20) ve 18-20 yaş grubuna ait (3,19) ortalamaların daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

3.4. Fakülte Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları

Tablo 3. 4. Fakülte Değişkeni Açısından Test Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyut		n	$\bar{x}$	Standart Sapma	Kruskal Wallis H		Farklılık Games Howel
					x ²	p	
S.Z.İ.Ö. Çekicilik	1- Turizm	157	3,12	0,89	18,31	0,00	2>4
	2- Tıp	91	3,34	0,67			
	3- İlahiyat	164	3,33	0,79			
	4- Eğitim	153	3,00	0,79			
S.Z.İ.Ö. Önem Verme	1- Turizm	157	2,22	0,69	2,64	0,45	-
	2- Tıp	91	2,17	0,60			
	3- İlahiyat	164	2,18	0,52			
	4- Eğitim	153	2,16	0,54			
S.Z.İ.Ö. Sosyal İlişki	1- Turizm	157	3,13	0,78	28,97	0,00	3>4>1
	2- Tıp	91	3,27	0,52			
	3- İlahiyat	164	3,46	0,57			
	4- Eğitim	153	3,41	0,77			
S.Z.İ.Ö. Özdeşleşme	1- Turizm	157	3,22	0,85	26,45	0,00	2>3>4
	2- Tıp	91	3,60	0,54			
	3- İlahiyat	164	3,53	0,43			
	4- Eğitim	153	3,30	0,62			
S.Z.İ.Ö. Kendini İfade Etme	1- Turizm	157	2,66	0,77	6,37	0,09	-
	2- Tıp	91	2,67	0,69			
	3- İlahiyat	164	2,84	0,70			
	4- Eğitim	153	2,66	0,89			
WHOQOL-Bref Genel Sağlık	1- Turizm	157	3,64	0,70	48,2	0,00	3>2>1
	2- Tıp	91	3,96	0,54			
	3- İlahiyat	164	4,05	0,28			
	4- Eğitim	153	3,75	0,53			
WHOQOL-Bref Fiziksel Alan	1- Turizm	157	3,10	0,37	50,1	0,00	3>1
	2- Tıp	91	3,14	0,28			
	3- İlahiyat	164	3,33	0,27			
	4- Eğitim	153	3,17	0,32			
WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	1- Turizm	157	3,70	0,64	57,7	0,00	3>1
	2- Tıp	91	3,70	0,54			
	3- İlahiyat	164	4,09	0,36			
	4- Eğitim	153	3,68	0,51			
WHOQOL-Bref Sosyal Alan	1- Turizm	157	3,58	0,64	56,3	0,00	-
	2- Tıp	91	3,75	0,34			
	3- İlahiyat	164	4,02	0,38			
	4- Eğitim	153	3,71	0,50			
WHOQOL-Bref Çevresel Alan	1- Turizm	157	3,21	0,36	12,9	0,00	-
	2- Tıp	91	3,30	0,28			
	3- İlahiyat	164	3,20	0,29			
	4- Eğitim	153	3,18	0,33			

Katılımcıların fakülte değişkeni ile ilgili ölçekler arasındaki farklılığı incelemek amacıyla gerçekleştirilen test sonucunda; “Serbest Zaman İlgilenim” ve “Yaşam Kalitesi” ölçeği ile fakülte değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit

edilmiştir. Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında gerçekleştiğini tespit etmeye yönelik gerçekleştirilen “Post-Hoc” testi sonucunda ise “Serbest Zaman İlgilenim” ölçeği çekicilik alt boyutunda tıp fakültesi ($x=3,34$) ile eğitim fakültesi ($x=3,00$) arasında; sosyal ilişki alt boyutunda ilahiyat fakültesi ($x=3,46$) ile eğitim ($x=3,41$) ve turizm fakültesi ($x=3,13$) arasında; özdeşleşme alt boyutunda ise tıp ($x=3,60$) ile ilahiyat ($x=3,53$) ve eğitim fakültesi ($x=3,30$) arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

“Yaşam Kalitesi” ölçeği noktasında ise tüm alt boyutlar ile fakülte değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılığın yönü incelendiğinde; genel sağlık alt boyutunda ilahiyat ($x=4,05$) ile tıp ($x=3,96$) ve turizm fakülteleri ($x=3,64$) arasında; fiziksel alan alt boyutu noktasında ilahiyat ($x=3,33$) ile turizm fakültesi ($x=3,10$) arasında; son olarak ruhsal alan alt boyutunda ise ilahiyat ($x=4,09$) ile turizm fakültesi ($x=3,70$) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

3.5. Algılanan Ekonomik Durum Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları

Tablo 3. 5. Algılanan Ekonomik Durum Değişkeni Açısından Test Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyut		n	$\bar{x}$	Standart Sapma	Kruskal Wallis H		Farklılık Games Howel
					χ^2	p	
S.Z.İ.Ö. Çekicilik	1- Kötü	249	2,95	0,89	29,89	0,00	3>2>1
	2- Normal	253	3,27	0,84			
	3- İyi	63	3,39	0,71			
S.Z.İ.Ö. Önem Verme	1- Kötü	249	2,12	0,48	8,03	0,01	-
	2- Normal	253	2,22	0,67			
	3- İyi	63	2,25	0,55			
S.Z.İ.Ö. Sosyal İlişki	1- Kötü	249	3,25	0,78	8,19	0,01	-
	2- Normal	253	3,41	0,75			
	3- İyi	63	3,25	0,49			
S.Z.İ.Ö. Özdeşleşme	1- Kötü	249	3,22	0,65	31,59	0,00	3>2>1
	2- Normal	253	3,50	0,77			
	3- İyi	63	3,54	0,41			
S.Z.İ.Ö. Kendini İfade Etme	1- Kötü	249	2,84	0,89	14,77	0,00	1>2>3
	2- Normal	253	2,65	0,84			
	3- İyi	63	2,44	0,71			
WHOQOL-Bref Genel Sağlık	1- Kötü	249	3,73	0,48	23,72	0,00	3>1
	2- Normal	253	3,92	0,67			
	3- İyi	63	3,94	0,55			
WHOQOL-Bref	1- Kötü	249	3,14	0,78	10,97	0,00	-

Fiziksel Alan	2- Normal	253	3,26	0,75			
	3- İyi	63	3,14	0,49			
WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	1- Kötü	249	3,66	0,65	46,62	0,00	-
	2- Normal	253	3,97	0,77			
	3- İyi	63	3,02	0,41			
WHOQOL-Bref Sosyal Alan	1- Kötü	249	3,71	0,48	2,65	0,26	-
	2- Normal	253	3,84	0,67			
	3- İyi	63	3,70	0,55			
WHOQOL-Bref Çevresel Alan	1- Kötü	249	3,19	0,78	18,33	0,00	3>2>1
	2- Normal	253	3,20	0,75			
	3- İyi	63	3,38	0,49			

Katılımcıların algıladıkları ekonomik durum değişkeni ile “Serbest Zaman İlgilenim” ve “Yaşam Kalitesi” ölçeği arasındaki farklılığa yönelik gerçekleştirilen test sonucunda; “Serbest Zaman İlgilenim” ölçeğinin tüm alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın yönünü belirlemek amacıyla gerçekleştirilen “Post-Hoc” testi sonuçlarına göre; çekicilik alt boyutunda algılanan ekonomik durumu iyi olanlar ($x=3,39$) ile normal olanlar ($x=3,27$) ve kötü olanlar ($x=2,95$) arasında; özdeşleşme alt boyutunda algılanan ekonomik durumu iyi olanlar ($x=3,54$) ile normal olanlar ($x=3,50$) ve kötü olanlar ($x=3,22$) arasında; kendini ifade etme alt boyutunda ise kötü olanlar ($x=2,84$) ile normal olanlar ($x=2,65$) ve iyi olanlar ($x=2,44$) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Bireylerin algıladıkları ekonomik durum değişkeni ile “Yaşam kalitesi” arasındaki farklılık incelendiğinde ise sosyal alan alt boyutu dışındaki ($p>0,05$) tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın yönünü tespit etmek için gerçekleştirilen test sonucunda; genel sağlığını iyi olarak değerlendiren grup ($x=3,94$) ile kötü olarak değerlendiren grup ($x=3,73$) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Çevresel alan alt boyutuna yönelik olarak ise, ekonomik durum algısı iyi olan grup ($x=3,38$) ile kötü olarak algılayan grup ($x=3,19$) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

3.6. Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları

Tablo 3.6. Anne Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Test Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyut		n	$\bar{x}$	Standart Sapma	Kruskal Wallis H		Farklılık Games Howel
					x ²	p	
S.Z.İ.Ö. Çekicilik	1- İlköğretim	249	2,95	0,89	29,89	0,00	3>2>1
	2- Ortaöğretim	253	3,27	0,84			
	3- Üniversite	63	3,39	0,71			
S.Z.İ.Ö. Önem Verme	1- İlköğretim	249	2,12	0,48	8,03	0,01	-
	2- Ortaöğretim	253	2,22	0,67			
	3- Üniversite	63	2,25	0,55			
S.Z.İ.Ö. Sosyal İlişki	1- İlköğretim	249	3,25	0,78	8,19	0,01	-
	2- Ortaöğretim	253	3,41	0,75			
	3- Üniversite	63	3,25	0,49			
S.Z.İ.Ö. Özdeşleşme	1- İlköğretim	249	3,22	0,65	31,59	0,00	3>2>1
	2- Ortaöğretim	253	3,50	0,77			
	3- Üniversite	63	3,54	0,41			
S.Z.İ.Ö. Kendini İfade Etme	1- İlköğretim	249	2,84	0,89	14,77	0,00	1>2>3
	2- Ortaöğretim	253	2,65	0,84			
	3- Üniversite	63	2,44	0,71			
WHOQOL-Bref Genel Sağlık	1- İlköğretim	249	3,73	0,48	23,72	0,00	3>1
	2- Ortaöğretim	253	3,92	0,67			
	3- Üniversite	63	3,94	0,55			
WHOQOL-Bref Fiziksel Alan	1- İlköğretim	249	3,14	0,78	10,97	0,00	-
	2- Ortaöğretim	253	3,26	0,75			
	3- Üniversite	63	3,14	0,49			
WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	1- İlköğretim	249	3,66	0,65	46,62	0,00	-
	2- Ortaöğretim	253	3,97	0,77			
	3- Üniversite	63	3,02	0,41			
WHOQOL-Bref Sosyal Alan	1- İlköğretim	249	3,71	0,48	2,65	0,26	-
	2- Ortaöğretim	253	3,84	0,67			
	3- Üniversite	63	3,70	0,55			
WHOQOL-Bref Çevresel Alan	1- İlköğretim	249	3,19	0,78	18,33	0,00	3>1
	2- Ortaöğretim	253	3,20	0,75			
	3- Üniversite	63	3,38	0,49			

Katılımcıların anne eğitim durumu ile ilgili ölçekler arasında gerçekleştirilen analiz sonucuna göre; “Serbest Zaman İlgilenim” ölçeği tüm alt boyutlarında ve “Yaşam Kalitesi” ölçeği “Sosyal Alan” alt boyutu dışındaki tüm alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın tespit edilmesine yönelik gerçekleştirilen analiz sonucunda; “Serbest Zaman İlgilenim” ölçeğinin çekicilik alt boyutunda annesinin eğitim durumu üniversite derecesine sahip ($x=3,39$) grup ile ortaöğretim ($x=3,27$) ve ilköğretim ($x=2,95$) derecesine sahip grup ile; özdeşleşme alt boyutu noktasında ortaöğretim derecesine sahip grup ($x=3,54$) ile üniversite

($x=3,50$) ve ilköğretim ($x=3,22$) derecesine sahip grup arasında; son olarak kendini ifade etme alt boyutunda ise anne eğitim durumunun üniversite eğitim derecesine ($x=3,54$) sahip grup ile ortaöğretim ($x=3,50$) ve ilköğretim ($x=3,22$) derecesine sahip grup arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

“Yaşam kalitesi” genel sağlık alt boyutunda ise; üniversite eğitim derecesine sahip grup ($x=3,94$) ile ilköğretim derecesine sahip grup ($x=3,73$) arasında; çevresel alan alt boyutunda ise, üniversite eğitim derecesine sahip grup ($x=3,88$) ile ilköğretim ($x=3,19$) derecesine sahip grup arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

3.7. Baba Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları

Tablo 3.7. Baba Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Test Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyut		n	$\bar{x}$	Standart Sapma	Kruskal Wallis H		Farklılık Games Howel
					x ²	p	
S.Z.İ.Ö. Çekicilik	1- İlköğretim	231	2,96	0,81	37,97	0,00	2>1
	2- Ortaöğretim	234	3,43	0,85			
	3- Üniversite	100	3,12	0,74			
S.Z.İ.Ö. Önem Verme	1- İlköğretim	231	2,18	0,82	9,15	0,00	-
	2- Ortaöğretim	234	2,17	0,46			
	3- Üniversite	100	2,20	0,42			
S.Z.İ.Ö. Sosyal İlişki	1- İlköğretim	231	3,27	0,72	26,83	0,00	2>1
	2- Ortaöğretim	234	3,46	0,70			
	3- Üniversite	100	3,11	0,67			
S.Z.İ.Ö. Özdeşleşme	1- İlköğretim	231	3,23	0,72	31,38	0,00	2>1
	2- Ortaöğretim	234	3,55	0,68			
	3- Üniversite	100	3,42	0,5			
S.Z.İ.Ö. Kendini İfade Etme	1- İlköğretim	231	2,83	0,82	12,29	0,00	-
	2- Ortaöğretim	234	2,71	0,68			
	3- Üniversite	100	2,44	0,78			
WHOQOL-Bref Genel Sağlık	1- İlköğretim	231	3,69	0,69	33,21	0,00	2>1
	2- Ortaöğretim	234	3,96	0,54			
	3- Üniversite	100	3,90	0,37			
WHOQOL-Bref Fiziksel Alan	1- İlköğretim	231	3,13	0,41	21,8	0,00	2>1
	2- Ortaöğretim	234	3,27	0,31			
	3- Üniversite	100	3,16	0,27			
WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	1- İlköğretim	231	3,73	0,66	15,81	0,00	3>1
	2- Ortaöğretim	234	3,90	0,51			
	3- Üniversite	100	3,95	0,46			
WHOQOL-Bref Sosyal Alan	1- İlköğretim	231	3,74	0,66	9,08	0,00	-
	2- Ortaöğretim	234	3,84	0,45			
	3- Üniversite	100	3,66	0,46			
WHOQOL-Bref	1- İlköğretim	231	3,16	0,42	26,68	0,00	3>2>1

Çevresel Alan	2- Ortaöğretim	234	3,21	0,25			
	3- Üniversite	100	3,36	0,31			

Katılımcıların baba eğitim durumu ile ilgili ölçekler arasında gerçekleştirilen analiz sonucuna göre; “Serbest Zaman İlgilenim” ve “Yaşam Kalitesi” ölçeği arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. “Serbest Zaman İlgilenim” ölçeği çekicilik alt boyutuna yönelik gerçekleştirilen test sonucunda; baba eğitim durumu ortaöğretim olan grup ($x=3,43$) ile ilköğretim olan grup ($x=2,96$) arasında; sosyal ilişki alt boyutunda, baba eğitim durumu ortaöğretim olan grup ($x=3,46$) ile ilköğretim olan grup ($x=3,27$) arasında; özdeşleme alt boyutunda ise, baba eğitim durumu ortaöğretim olan grup ($x=3,55$) ile ilköğretim olan grup ($x=3,23$) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

“Yaşam Kalitesi” ölçeği genel sağlık alt boyutunda; baba eğitim durumu ortaöğretim olan grup ($x=3,96$) ile ilköğretim olan grup ($x=3,69$) arasında; fiziksel alan alt boyutunda; baba eğitim durumu ortaöğretim olan grup ($x=3,27$) ile ilköğretim olan grup ($x=3,13$) arasında, ruhsal alan alt boyutunda; baba eğitim durumu üniversite olan grup ($x=3,95$) ile ilköğretim olan grup ($x=3,73$) arasında, çevresel alan alt boyutunda ise; baba eğitim durumu üniversite olan grup ($x=3,36$) ile ortaöğretim ($x=3,21$) ve ilköğretim derecesine sahip grup ($x=3,16$) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

3.8. Akademik Başarı Durumu Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları

Tablo 3.8. Akademik Başarı Değişkeni Açısından Test Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyut		n	$\bar{x}$	Standart Sapma	Kruskal Wallis H		Farklılık Games Howel
					x ²	p	
S.Z.İ.Ö. Çekicilik	1- Kötü	95	3,24	0,83	7,8	0,07	-
	2- Normal	287	3,10	0,75			
	3- İyi	183	3,30	0,54			
S.Z.İ.Ö. Önem Verme	1- Kötü	95	2,21	0,22	3,05	0,21	-
	2- Normal	287	2,13	0,56			
	3- İyi	183	2,25	0,46			
S.Z.İ.Ö. Sosyal İlişki	1- Kötü	95	3,44	0,32	4,98	0,08	-
	2- Normal	287	3,24	0,72			
	3- İyi	183	3,39	0,68			
S.Z.İ.Ö. Özdeşleşme	1- Kötü	95	3,45	0,72	5,26	0,07	-
	2- Normal	287	3,33	0,68			

	3- İyi	183	3,46	0,5			
S.Z.İ.Ö. Kendini İfade Etme	1- Kötü	95	2,68	0,82	0,08	0,95	-
	2- Normal	287	2,72	0,68			
	3- İyi	183	2,71	0,78			
WHOQOL-Bref Genel Sağlık	1- Kötü	95	3,94	0,69	25,73	0,00	3>2
	2- Normal	287	3,72	0,54			
	3- İyi	183	3,96	0,37			
WHOQOL-Bref Fiziksel Alan	1- Kötü	95	3,23	0,41	8,57	0,01	-
	2- Normal	287	3,16	0,39			
	3- İyi	183	3,23	0,27			
WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	1- Kötü	95	3,93	0,66	13,74	0,00	3>2
	2- Normal	287	3,74	0,51			
	3- İyi	183	3,94	0,46			
WHOQOL-Bref Sosyal Alan	1- Kötü	95	3,77	0,66	10,57	0,00	3>2
	2- Normal	287	3,71	0,55			
	3- İyi	183	3,87	0,46			
WHOQOL-Bref Çevresel Alan	1- Kötü	95	3,30	0,42	10,66	0,00	-
	2- Normal	287	3,17	0,35			
	3- İyi	183	3,23	0,31			

Katılımcıların kendi beyanları çerçevesinde değerlendirdiği akademik başarı durumu değişkeni ile “Serbest Zaman İlgilenim” ölçeği arasında gerçekleştirilen test sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Akademik başarı durumu değişkenine göre gerçekleştirilen test sonucunda tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Genel sağlık alt boyutunda; iyi derecede akademik başarı durumu değişkenine sahip grup ($x=3,96$) ile normal dereceye sahip grup ($x=3,72$) arasında; ruhsal alan alt boyutunda, iyi derecede akademik başarı durumu değişkenine sahip grup ($x=3,94$) ile normal dereceye sahip grup ($x=3,74$) arasında; sosyal alan alt boyutunda ise, iyi derecede akademik başarı durumu değişkenine sahip grup ($x=3,87$) ile normal dereceye sahip grup ($x=3,71$) arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

3.9. Aile Tutumu Değişkeni Açısından Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Açısından Kruskal-Wallis H Test Sonuçları

Tablo 3.9. Aile Tutumu Değişkeni Açısından Test Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyut		n	$\bar{x}$	Standart Sapma	Kruskal Wallis H		Farklılık Games Howel
					x2	p	
S.Z.İ.Ö. Çekicilik	1- Demokratik	118	3,64	0,79	74,05	0,00	1>4>2>3
	2- Otoriter	58	2,91	0,63			
	3- Koruyucu	159	2,88	0,71			
	4- İlgili	230	3,23	0,73			
S.Z.İ.Ö.	1- Demokratik	118	2,31	0,65	23,31	0,00	1>2

Önem Verme	2- Otoriter	58	1,87	0,59			3>4>2
	3- Koruyucu	159	2,22	0,51			
	4- İlgili	230	2,16	0,54			
S.Z.İ.Ö. Sosyal İlişki	1- Demokratik	118	3,52	0,78	31,75	0,00	1>3>2 4>3
	2- Otoriter	58	2,91	0,52			
	3- Koruyucu	159	3,18	0,50			
	4- İlgili	230	3,42	0,70			
S.Z.İ.Ö. Özdeşleşme	1- Demokratik	118	3,66	0,81	43,11	0,00	1>3
	2- Otoriter	58	3,20	0,51			
	3- Koruyucu	159	3,21	0,41			
	4- İlgili	230	3,43	0,58			
S.Z.İ.Ö. Kendini İfade Etme	1- Demokratik	118	2,86	0,77	9,24	0,02	1>2>3
	2- Otoriter	58	2,75	0,69			
	3- Koruyucu	159	2,54	0,63			
	4- İlgili	230	2,75	0,89			
WHOQOL-Bref Genel Sağlık	1- Demokratik	118	4,01	0,70	36,21	0,00	-
	2- Otoriter	58	3,50	0,51			
	3- Koruyucu	159	3,74	0,21			
	4- İlgili	230	3,90	0,49			
WHOQOL-Bref Fiziksel Alan	1- Demokratik	118	3,17	0,32	20,09	0,00	1>2
	2- Otoriter	58	3,07	0,22			
	3- Koruyucu	159	3,17	0,23			
	4- İlgili	230	3,26	0,31			
WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	1- Demokratik	118	3,89	0,64	34,28	0,00	4>3>2
	2- Otoriter	58	3,51	0,54			
	3- Koruyucu	159	3,82	0,31			
	4- İlgili	230	3,91	0,51			
WHOQOL-Bref Sosyal Alan	1- Demokratik	118	3,88	0,64	30,68	0,00	1>4>2
	2- Otoriter	58	3,52	0,34			
	3- Koruyucu	159	3,85	0,33			
	4- İlgili	230	3,72	0,50			
WHOQOL-Bref Çevresel Alan	1- Demokratik	118	3,23	0,36	5,17	0,16	-
	2- Otoriter	58	3,16	0,21			
	3- Koruyucu	159	3,16	0,22			
	4- İlgili	230	3,26	0,31			

Katılımcıların ailelerinin kendisine yönelik tutumları bağımsız değişkenine ile ilgili ölçekler arasında gerçekleştirilen test sonucunda; “Serbest Zaman İlgilenim” ölçeğinin tüm alt boyutlarında anlamlı ($p<0,05$), “Yaşam Kalitesi” alt boyutlarından yalnızca çevresel alan alt boyutu dışında ki ($p>0,05$) tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). “Serbest Zaman İlgilenim” ölçeği çekicilik alt boyutunda; demokratik tutum sergileyen grup ($x=3,64$) ile ilgili davranış tutumuna sahip grup ($x=3,23$), otoriter davranış tutumuna sahip grup ($x=2,91$) ve koruyucu davranış tutumuna sahip grup ($x=2,88$) arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Önem verme alt boyutunda ise; demokratik tutum sergileyen grup ($x=2,31$) ile otoriter ($x=1,87$) grup arasında; koruyucu tutum sergileyen grup ($x=2,22$) ile ilgili tutum sergileyen grup ($x=2,16$) ve otoriter tutum sergileyen grup ($x=1,87$) arasında

anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Özdeşleşme alt boyutunda; demokratik tutum sergileyen grup ($x=3,66$) ile koruyucu tutum sergileyen grup ($x=3,21$) arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Kendini ifade etme alt boyutunda ise; demokratik tutum sergileyen grup ($x=2,86$) ile otoriter ($x=2,75$) ve koruyucu tutuma sahip grup ($x=2,54$) arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

“Yaşam Kalitesi” noktasında ise; fiziksel alan alt boyutunda, demokratik tutum sergileyen grup ile ($x=3,17$) otoriter tutum sergileyen grup ($x=3,07$) arasında; ruhsal alan alt boyutunda ise, ilgili tutuma sahip grup ($x=3,91$) ile koruyucu ($x=3,82$) ve otoriter tutuma sahip grup ($x=3,51$) arasında; sosyal alan alt boyutunda, demokratik tutuma sahip grup ($x=3,88$) ile ilgili tutuma sahip grup ($x=3,72$) ve otoriter tutuma sahip grup ($x=3,52$) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

3.10. Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi

Tablo 3.10. Serbest Zaman İlgilenimi ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkiye Ait Test Sonuçları

	n		WHOQOL-Bref Genel Sağlık	WHOQOL-Bref Fiziksel Alan	WHOQOL-Bref Ruhsal Alan	WHOQOL-Bref Sosyal Alan	WHOQOL-Bref Çevresel Alan
SZİÖ (Çekicilik alt boyutu)	565	Spearman r	0,34	0,29	0,21	0,31	0,30
		p değeri	< .001	< .001	< .001	< .001	< .001
SZİÖ (Önem Verme alt boyutu)		Spearman r	0,07	0,12	0,03	0,14	0,02
		p değeri	0,06	0,46	0,46	< .001	0,62
SZİÖ (Sosyal İlişki alt boyutu)		Spearman r	0,43	0,48	0,17	0,36	0,19
		p değeri	< .001	< .001	< .001	< .001	< .001
SZİÖ (Kendini İfade Etme alt boyutu)		Spearman r	0,19	0,09	-0,03	0,07	-0,51
		p değeri	< .001	0,03	0,38	0,09	0,23
SZİÖ (Özdeşleşme alt boyutu)		Spearman r	0,49	0,23	0,45	0,11	0,11
		p değeri	< .001	< .001	< .001	< .001	< .001

“Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” ve “Yaşam Kalitesi” ölçeği arasında gerçekleştirilen “Spearman’s r” testi sonucunda; her iki ölçeğin birbiri ile istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki içinde olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, her iki ölçme aracı kendi içerisinde düşük düzeyde pozitif bir ilişkiye sahip olmasının yanında, “Serbest Zaman İlgilenim” ölçeği ve “Yaşam Kalitesi” ölçeği de birbirleri ile düşük düzeyde pozitif bir ilişkiye sahiptir. Öte yandan serbest zaman ilgilenimi alt

boyutlarından kendini ifade etme boyutu ile yaşam kalitesi alt boyutlarından ruhsal alan ($r = -.03$, $p > 0,05$) ve çevresel alan ($r = -0,51$, $p > 0,05$) boyutları arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Üniversite öğrencilerinin sayısında artış ve bu artışa paralel olarak yarınlarin yöneticileri, uzmanları, girişimcileri veya rekreasyon uzmanlarının serbest zaman ilgilenimlerinin ve yaşam kalitelerinin hangi değişkenler açısından farklılık gösterip göstermediğinin tespit edilmesi gerek bireysel gerekse toplumsal gelişim açısından önem taşımaktadır. Bu noktadan hareketle oluşturulan bu tez araştırmasında; üniversite öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen bulgulara göre cinsiyet, yaş, fakülte, anne ve baba eğitim durumu, akademik başarı durumu ve aile tutumu ile yaşam kalitesi ve serbest zaman ilgilenimi noktasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların sportif serbest zaman ilgilenim ortalamaları ile yaşam kalite puan ortalamaları arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir.

Araştırma bulgularına göre, katılımcıların cinsiyet değişkeni ile yaşam kalitesi ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Anlamlı farklılık ortalamaları dikkate alındığında kadın grubuna ait ortalama puanların genel sağlık, fiziksel alan, ruhsal alan ve çevresel alan alt boyutlarında erkek katılımcıların ortalama puanına kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Alanyazında kadın katılımcıların yaşam kalitesi puanının erkek katılımcılara oranla daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar (Çakıroğlu, 2007; Eriş ve Anıl, 2010; Gümüş, 2017) olmasına karşın erkek katılımcıların ortalama puanlarının daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalarda bulunmaktadır (Ercan, 2010; Ergül, 2017; Demir, 2017). Arslan (2010) tarafından gerçekleştirilen çalışmada kadınların serbest zaman faaliyetlerine katılımı akabinde yaşam kalite puan ortalamalarının yükseldiği ve daha sık katılım ile yaşam kalitesi arasında doğrusal yönde pozitif bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erkek katılımcıların yaşam kalite puanlarının daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar incelendiğinde ise, genel anlamda üzerinde durulan

olgunun kadın ve erkeklere kültürel anlamda yüklenen görevlerin farklı olduğu yönündedir (Ercan, 2010; Ergül, 2017; Demir, 2017). Ergül, (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmada erkek katılımcıların yaşam kalite puanlarının yüksek olmasının altında yatan nedenin kadınların birtakım sorumluluklarının (ev işi, çocuk bakımı gibi) erkeklere nazaran daha fazla olmasından kaynaklandığı yönündedir. Öte yandan bu çalışmada elde edilen bulguya göre kadınların yaşam kalitesi alt boyutlarından genel sağlık, fiziksel alan, ruhsal alan ve çevresel alan alt boyut ortalamalarının erkeklere kıyasla daha yüksek çıkmasının altında yatan nedenin üniversite bölgelerinin kadınlara daha özgür bir alan sunmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Nitekim Öngen ve Aytaç (2013)'ın da belirttiği gibi hâkim kültürün cinsiyet rolleri üzerinde kadınların lehine olacak şekilde özellikle eğitim hayatında erkeklerle eşitlenmeye başlaması kadınlar lehine olumlu bir durumun göstergesi haline gelmeye başlamıştır. Bu durum bizim çalışmamızda ruhsal ve çevresel alan alt boyutunda kadınlara ait ortalamaların daha yüksek olmasının nedenini açıklayabilmektedir. Öte yandan “serbest zaman ilgilenimi” alt boyutlarının tümünde erkek katılımcılara ait puan ortalamalarının kadınlardan yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum literatürdeki kadın katılımcıların fiziksel tabanlı rekreasyonel etkinliklere yönelik ilgilerinin düşük olması sonucu yaşam kalite düzeylerinin de düşük olabileceğine vurgulayan araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir (Messner ve Sabo, 1990; Hardin ve Greer, 2009). Vatandaş'ın (2007) çalışmasında belirttiği üzere toplumlar cinsiyet farklılıklarına göre bir takım yaşam şekli ve sosyal rolleri benimsemektedir. Bu durum fiziksel serbest zaman etkinlikleri içinde geçerli olmaktadır. Bu çalışmada ise erkek katılımcıların daha yüksek ortalamaya sahip olmasının nedeninin bu durum olduğu düşünülmektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu ise serbest zaman ilgilenim alt boyutlarından çekicilik, önem verme, özdeşleşme ve kendini ifade etme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmesidir. Analiz sonucunda çekicilik, önem verme ve kendini ifade etme alt boyutunda 18-20 yaş grubuna dahil olan katılımcı ortalamalarının diğer gruplara kıyasla daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Literatürde yaş değişkeninin serbest zaman ilgilenimi noktasında önemli bir faktör olduğunu belirten çalışmalar bulunmaktadır (Ayyıldız,

2015; Emir, 2015; Howar, 1992). Ayyıldız (2015) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada dans faaliyetlerine katılım gösteren bireylerin yaş grubu ile serbest zaman tatmini arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Araştırma sonuçlarımız bu noktada önceki çalışmaları destekler niteliktedir. Araştırmalar genç bireylerin rekreasyonel etkinliklere yönelik olarak “eğlence, yeni beceriler öğrenme, heyecan” gibi beklentilerinin daha yüksek yaş gruplarına oranla daha yüksek ilgilenim gösterdiklerini ve daha genç bireylerin serbest zaman ilgilenim düzeylerinin daha yüksek olabileceğine yönelik sonuçlar bulunmaktadır (Dawson vd., 2011). Bu çalışmada ise bu durumun temel nedeninin daha küçük yaş gruplarda keşfetme ve önem verme arzusunun daha büyük yaş gruplarına kıyasla daha yüksek olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Fakülte değişkenine göre gerçekleştirilen test sonucunda; serbest zaman ilgilenimi noktasında “Çekicilik, Sosyal İlişki ve Özdeşleşme” alt boyutunda anlamlı farklılıklar tespit edilirken “Çekicilik ve Özdeşleşme” alt boyutunda Tıp Fakültesi öğrencilerinin ortalama puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Çekicilik alt boyutu özelinde bu durumun temel nedeninin öğrencilerin yoğun bir akademik programa sahip olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Nitekim bilindiği üzere Tıp Fakülteleri 6 yıllık ağır bir eğitim sonucunda öğrencileri mezun edebilmekte ve bu süreçte akademik yoğunluktan kaynaklı olarak sportif serbest zaman faaliyetleri öğrenciler için çekici bir unsur olarak ortaya çıkabilmektedir. Öte yandan “Sosyal İlişki” noktasında “İlahiyat Fakültesi” öğrencilerinin ortalama puanlarının diğer gruplara kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun temel nedeninin ise bu öğrencilerin Hatip’lik yeteneklerinden kaynaklanabileceği ayrıca bu öğrencilerin yaşam şekli ve mesleklerinden kaynaklı olarak sosyalleşme olgusunu ön planda tutmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Yaşam kalitesi ölçek puanları dikkate alındığında “Genel Sağlık, Fiziksel Alan, Ruhsal Alan ve Sosyal Alan” alt boyutlarında yine “İlahiyat Fakültesi” öğrencilerinin ortalama puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumun temel nedeni düşünüldüğünde, “İlahiyat Fakültesi” öğrencilerinin içinde bulundukları ortam, aldıkları eğitimin maneviyatı ve gerekliliği olarak hitabet olgularının güçlü olmasının bir zaruret unsuru olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Algılanan ekonomik durum değişkenine göre gerçekleştirilen test sonucunda serbest zaman ilgilenim düzeyinin tüm alt boyutlarında ve yaşam kalitesinin “sosyal alan” alt boyutu dışında kalan tüm alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Serbest zaman ilgilenimi noktasında çekicilik ve özdeşleşme alt boyutlarında gelir durumu yüksek olan bireylerin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Algılanan gelir durumunun serbest zaman ilgilenimi noktasında önemli bir etkiye sahip olduğu birçok araştırma sonucunda belirtilmiştir (Demirel vd., 2022; Demir ve Demir, 2006). Kandil (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, algılanan gelir durumundaki artışın serbest zaman ilgilenim düzeyini arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgularımız bu sonuçları desteklemektedir. Kendini ifade etme alt boyutunda ise gelir durumunun negatif bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Yani algılanan gelir durumu düşük olan bireylerin kendini ifade etme alt boyut ortalamalarının diğer gruplara kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu Yönet (2018)’in çalışma sonuçlarını desteklemektedir. Bu durumun nedeni kendini ifade etme noktasında algılanan gelirin önemli bir faktör olmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Yaşam kalitesi noktasında gerçekleştirilen test sonucunda gelir durumunun “sosyal alan” alt boyutu dışındaki tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık oluşturduğu tespit edilmiştir. Literatürde yaşam kalitesini etkileyen en önemli faktörlerden birinin gelir durumu olduğu gösterilmiştir (Boylu ve Paçacıoğlu, 2016; Schover, 2019). Araştırmalar algılanan gelir durumundaki artışın yaşam kalitesinin tüm alt boyutlarını pozitif yönde etkilediğini göstermektedir (Felez-Nobrega ve Koyanagi, 2023; Robson vd., 2021). Araştırma bulgularımız bu sonuçları desteklemekle birlikte sosyal alan alt boyutunda herhangi bir farklılık tespit edilememiştir. Sosyal alan noktasında anlamlı farklılığın oluşmamasının altında yatan nedenin bu araştırmanın üniversite öğrencileri üzerine yapılmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Nitekim üniversiteler öğrencilere sosyalleşme imkânı veren ve bu imkanı sürekli olarak geliştirmek üzere faaliyetlerde bulunan bir kurum olarak ön plana çıkmaktadır. Bu nedenle gelir durumunun sosyal alan noktasında anlamlı bir farklılık göstermesi beklenebilecek bir durumdur.

Araştırma sonucunda elde edilen bir diğer bulgu ise anne ve baba eğitim durumu ile serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesi arasında anlamlı bir farklılığın tespit edilmesidir. Anlamlı farklılığın yönü incelendiğinde hem serbest zaman ilgilenim düzeyinin hem de yaşam kalitesinin tüm alt boyutlarında eğitim durumu yükseldikçe ortalama puanlarında yükseldiği tespit edilmiştir. Araştırmalar anne ve baba eğitim durumunun yükselmesinin hem serbest zaman ilgileniminin tüm alt boyutlarını hem de yaşam kalitesinin alt boyutlarını arttıran bir faktör olduğunu göstermektedir (Borodulin vd., 2008; Eryaşar, 2007; van der Meer, 2008; Sevil, 2015; Lakka vd., 1996). Moss (1986) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada eğitim durumu yükseldikçe boş zaman katılımı ve yaşam kalitesinin yükseldiğine yönelik bir tespit bulunmaktadır. Araştırma bulgularımız bu noktada literatürü desteklemektedir. Eğitim durumu ile serbest zaman ilgilenim olgusunun orta ve yüksek derecede pozitif yönde birbirlerini etkilediği gösterilmiştir (Dehghankar, 2016). Bu durumun nedenlerinin incelendiği araştırmalarda eğitim seviyesindeki artışın bireyde fiziksel, bilişsel ve psikolojik sağlık bilinci oluşturma noktasında farkındalık yaratmasının ve bu farkındalığın diğer bireyleri de etkileme olasılığının yüksek olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir (Fernández-Muñoz vd., 2015; Gill vd., 2013; Basterfield vd., 2021). Artan eğitim seviyesine paralel olarak bireylerin yaşam kalitesinin de artacağı tespit edilmiştir (Dehghankar, 2016). Bu noktada araştırma sonucunda elde edilen yaşam kalitesi puanlarının eğitim seviyesine paralel olarak artış göstermesi literatürdeki çalışmaları desteklemektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer sonuca göre ise, akademik başarı değişkeni ile serbest zaman ilgilenimi noktasında anlamlı bir farklılığın tespit edilmemesidir. Öte yandan ilgili değişken ile yaşam kalitesinin tüm alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın yönü incelendiğinde genel sağlık, ruhsal alan ve sosyal alan alt boyutlarında akademik başarı düzeyini “iyi” olarak algılayan grup ortalamalarının “normal” ve “kötü” olarak algılayan gruba kıyasla daha yüksek olduğudur. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde akademik başarı düzeyinin yaşam kalitesi ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir (Chang vd., 2003; Chow, 2005; Dost, 2010; Crede vd., 2015; McGuine vd., 2021; Mahdavi vd., 2023). Bu noktada araştırma sonuçları önceki bulguları destekler niteliktedir. Gerçekleştirilen

araştırma sonuçları incelendiğinde yaşam kalitesi ve akademik başarı arasındaki pozitif ilişkinin birçok duruma bağlı olabileceği belirtilmektedir. McGuine vd., (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmada akademik başarı seviyesinin yüksek olduğu öğrenci gruplarının yaşam kalite puanlarının da yüksek olmasının altında yatan temel nedenin psikolojik süreçlere bağlı olabileceği belirtilmektedir. Yazarlar başarılı öğrencilerin iyi oluş düzeyinde daha sağlıklı olma olasılıklarının yaşam kalitesini arttırabileceği noktasında durmaktadır. Mahdavi vd., (2023) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada ise, akademik başarı seviyesi yüksek olan grupların yaşam kalite puanlarının da yüksek olmasının altında yatan nedenin öğrencilerin zihinsel sağlık ortalamaları ile ilgili olmasından kaynaklanabileceği vurgulanmaktadır. Araştırma sonuçlarımızın desteklediği üzere Mahdavi vd., (2023) ve McGuine vd., (2021)'in de belirttiği üzere akademik başarı durumları iyi olan grup ortalamalarının diğer gruplara kıyasla daha yüksek çıkmasının altında yatan nedenin psikolojik iyi oluş ile ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Aile tutumu ile yaşam kalitesi ve serbest zaman ilgilenim arasında gerçekleştirilen test sonuçlarında her iki ölçme aracının tüm alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Serbest zaman ilgilenimi noktasında anlamlı farklılığın “demokratik” tutum sergileyen grup lehine yüksek olduğu tespit edilmiştir. Araştırmalar demokratik tutum sergileyen ailelerde yetişen bireylerin kendisine daha çok güvenen (Bahadır, 2010), yüksek ahlaki olgunluk seviyesine ulaşma potansiyeli olan (Şengün, 2013), diğer insanlarla iyi ilişkiler kurmaya meyilli (Karabeyeser, 2013) bireyler olma potansiyelinin daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Coleman (1998) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada anne baba tutumlarının çocukların ve gençlerin potansiyelini ortaya çıkarma noktasında önemli bir parametre olduğu ve demokratik tutumun mevcut potansiyeli ortaya çıkarmada en etkili araçlardan biri olduğunu vurgulamaktadır. Bu noktada araştırma sonucunda elde edilen bulgular önceki çalışmaları destekler niteliktedir. Demokratik tutuma sahip aile yapısında yetişen çocukların sorumluluk duygularının artması ve bilişsel gelişimlerinin de artış gösterdiği tespit edilmiştir (Bianchi ve Robinson, 1997). Araştırma sonuçlarında demokratik tutuma sahip olan gruba ait ortalama puanların yüksek çıkmasıdaki nedeninin serbest zamanın doğasıyla alakalı bir durum olduğu düşünülmektedir.

Bilindiği üzere serbest zaman faaliyetleri gönüllü katılım çerçevesinde gerçekleştirilen faaliyet türleridir. Bu nedenle demokratik bir ortama ihtiyaç duymaktadır. Bu çalışmada da serbest zaman ilgilenim düzeyleri ile demokratik tutum sergileyen grup arasındaki anlamlı farklılığın nedeninin bu durumdan kaynaklandığı düşünülmektedir. Yaşam kalitesi ve anne/baba tutumları arasında gerçekleştirilen analiz sonucunda ise, genel sağlık, fiziksel, ruhsal ve sosyal alan alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Fiziksel ve sosyal alan alt boyutlarında demokratik tutuma sahip ebeveynlere ait ortalama puanın yüksek olduğu görülürken yalnızca ruhsal alan alt boyutunda “ilgili” tutuma sahip olan ebeveynlere ait ortalama puanın yüksek olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen sonuçlar literatürdeki çalışmaları destekler niteliktedir (Erol ve Kaba, 2018; Dost, 2006). Sonego vd., (2013) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada demokratik tutuma sahip ailelerde yaşam kalitesinin otoriter ya da baskıcı ailelere kıyasla daha yüksek olmasının beklenen bir durum olduğu bildirilmiştir. Bu durum nedenleri üzerine gerçekleştirilen çalışmalarda demokratik tutumun yapısı itibariyle eşitlikçi bir ortam hazırlama potansiyelinin bulunduğu, otoriter ya da koruyucu bir yapıya sahip toplum ve ailelerde bireylerin duygularını bastırma eğilimlerinin daha yüksek olmasından kaynaklı yaşam kalitesinin düşük olabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Lua vd., 2014; Greenhaus vd., 2003). Bu çalışmada ise bu durumun altında yatan temel nedenin demokratik bir yapıya sahip olan ailelerde eşitlikçi bir ortamın meydana gelmesi ve bu durumunda yaşam kalitesinin alt boyutlarını etkilediği düşünülmektedir. Öte yandan araştırma bulgularımız ruhsal alan alt boyutunda “ilgili” tutuma sahip ailelerde yetişen bireylerin ruhsal alan alt boyutunda daha yüksek bir ortalama puanına sahip olduğunu göstermektedir. Alan ile ilgili gerçekleştirilen çalışmalarda ruhsal sağlığı etkileyen faktörlerden birinin kişiye karşı gösterilen ilgi olduğu belirtilmektedir (Alsubaie vd., 2019; Bobes vd., 2022). Bu çalışmada elde edilen sonuçlar bu noktada literatürde elde edilen sonuçları desteklemektedir. Bu durumun altında yatan temel nedenin de Alsubaie vd., (2019)’nin belirttiği gibi ilgiyle karşı karşıya kalan bireylerin ruhsal doyuma ulaşma olasılıklarının daha yüksek olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkiye yönelik olarak gerçekleştirilen çalışmalarda serbest zaman ilgileniminin ve yaşam kalitesinin birbiri ile pozitif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Ardahan ve Yerlisu Lapa, 2011; Chin-Tsai, 2013; Gül, 2019; Kerstetter vd., 2008; Lyons ve Dionigi, 2007). Ardahan ve Yerlisu Lapa (2011) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, rekreasyonel faaliyetlere katılım sonucunda elde edilen sosyal faydaların yaşam kalitesine pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Gül (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise rekreasyonel faaliyetlere katılımın fizyolojik ve psikolojik tatmin olma olgusunu etkilediğini bu durumda yaşam kalitesini pozitif yönde etkilediği sonucuna varılmıştır. Kaplan ve Ardahan (2012) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise serbest zaman faaliyetlerine katılım sonucunda bireylerin daha sağlıklı, mutlu, güçlü ve zinde hissettikleri ayrıca kendilerine olan güvenlerini arttığı, kendilerini rahatlatmış hissettikleri gibi birçok olumlu fayda sağlaması sonucunda yaşam kalitesini pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışma sonucunda elde ettiğimiz bulgular önceki çalışma sonuçlarına destekler niteliktedir. Ölçme araçlarına yönelik olarak, “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” alt boyutları ve “Yaşam Kalitesi” ölçeği alt boyutları arasında gerçekleştirilen analiz sonucunda her iki ölçeğin birbiri ile istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir. Bu durum serbest zaman ilgilenimindeki artışın yaşam kalitesini düşük düzeyde ve pozitif yönde etkilediğini göstermektedir. Bu durumun nedeninin ise serbest zaman faaliyetlerine katılım sonucunda kişinin elde etmiş olduğu fiziksel, sosyal, psikolojik, bilişsel ve duygusal faydalardan kaynaklandığı düşünülmektedir (Ardahan ve Yerlisu Lapa, 2011; Chin-Tsai, 2013; Gül, 2019; Kerstetter vd., 2008; Lyons ve Dionigi, 2007). Ek olarak “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği” alt boyutlarından kendini ifade etme ile “Yaşam Kalitesi Ölçeği” alt boyutlarından sosyal alan ve çevresel alan alt boyutu arasında negatif bir ilişkinin varlığı dikkat çekmektedir. Bireyin kendini ifade etme algısı ile ruhsal alan ve çevresel alan arasında negatif bir ilişkinin tespit edilmesi, çevresel faktörlerin bireyin kendini ifade etme yeteneği ve ruh sağlığı üzerindeki etkilerini göstermektedir. Bu durum birçok nedenden kaynaklabilmektedir. Temel olarak sosyal destek eksikliği (Çevresel faktörler, bireyin sosyal destek sistemini etkileyebilir. Yetersiz sosyal destek veya izolasyon, bireyin kendini ifade etme duygusunu ve ruh sağlığını olumsuz

etkileyebilir. Sosyal destek eksikliği, bireyin duygusal ihtiyaçlarını karşılamasını zorlaştırabilir ve psikolojik stresi artırabilir), sağlık hizmetlerine erişim eksikliği (Çevresel faktörler arasında sağlık hizmetlerine erişim eksikliği de negatif bir etki yaratabilir) ve fiziksel çevre ve güvenlik (Fiziksel çevrenin güvensiz olması veya olumsuz koşullara sahip olması, bireyin kendini ifade etme duygusu ve ruh sağlığı üzerinde etkili olabilir. Güvensiz bir ortamda yaşamak veya temel ihtiyaçlara uygun olmayan bir konutta yaşamak, bireyin stres düzeyini artırabilir ve duygusal iyilik hâlini olumsuz etkileyebilir). Bu faktörler, çevresel faktörlerin bireyin kendini ifade etme duygusu ve ruh sağlığı üzerindeki etkilerini açıklayan olası nedenler olarak düşünülebilir. Benzer araştırma sonuçları incelendiğinde araştırma bulgularımızın desteklediği çalışmaların var olduğu görülmekle birlikte (Çevik vd., 2021; Eskiler ve Karakaş, 2017) olgular arasındaki ilişkinin etki düzeylerinin farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu durumun altında yatan nedenler incelendiğinde, örneklem gruplarının birbirinden farklılık göstermesi, üniversitelerin ortaya koyduğu imkânların birbirinden farklı olması ve örneklem gruplarının çok çeşitli kültürleri içinde barındırmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sonuç olarak, öğrencilerin Anne-baba eğitim durumunun sportif serbest zamanı değerlendirmede ve yaşam kalitesi alt boyut ortalamalarında pozitif yönde etkili olduğu, öğrencilerin akademik başarı düzeyleri arttıkça serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam kalite düzeylerinin pozitif yönde etkilendiği, demokratik ailede yetişen öğrencilerin serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalite düzeylerinin pozitif yönde artış gösterdiği, algılanan ekonomik durumun yükselmesinin serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesi algısını noktasında pozitif yönde etkili olduğu tespit edilmiştir. Nitekim sportif serbest zaman faaliyetleri ile yaşam kalitesinin ilişki içerisinde olması beklenen bir durumdur. Sportif serbest zaman faaliyetlerinin doğası gereği bireye sağlamış olduğu fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal faydalardan kaynaklı olarak yaşam kalitesini pozitif yönde etkilediği düşünülmektedir.

Bu noktadan hareketle yeni tasarlanacak olan çalışmalarda örneklem grubunun çeşitlendirilmesi önem taşımaktadır. Ayrıca yaşam kalitesi ve serbest zaman ilgilenimi ekseninde gerçekleştirilen çalışmaların ağırlıklı olarak nicel

araştırma yöntemleri çerçevesinde yapıldığı belirtilmektedir (Franceschinis vd., 2022). Bu durum ilişkileri anlamla noktası önem taşımakta iken bu ilişkilerin nedenlerini anlamak konusunda yetersiz kalmaktadır. Buradan hareketle konu ile alakalı tasarlanması planlanan çalışmalarda bu önerinin dikkate alınması tavsiye edilmektedir. Her ne kadar üniversite öğrencileri popülasyonunda yaşam kalitesi ve serbest zaman ilgilenimi birbirleri ile ilişkili olsada farklı popülasyonlarda ne tür sonuçlar vereceği tam olarak bilinmemektedir. Bu nedenle araştırma popülasyonunun çeşitlendirilmesi konu ile alakalı olarak daha fazla ilişkiyi ortaya koyabileceği düşünülmektedir. Ek olarak üniversite popülasyonunda gerçekleştirilecek çalışmalarda kampüs rekreasyonu olgusuda ele alınmalıdır. Gerçekleştirilen çalışmalarda da belirtildiği üzere serbest zaman ilgilenimi ve yaşam kalitesini doğrudan etkileyen bir unsur olarak kampüs rekreasyonu ön plana çıkmaktadır (Dalgarn, 2001; Şahin vd., 2011; Wilson vd, 2022). Kampüs rekreasyonu, bir üniversite veya yüksekokul kampüsünde sağlanan rekreasyonel aktivitelerin toplamını ifade eder. Bu aktiviteler, öğrencilerin fiziksel, zihinsel ve sosyal refahını desteklemeyi amaçlar (Wilson vd, 2022). Bu nedenle üniversiteler bünyesinde kampüs rekreasyonuna yeterli önemin verilmesi yaşam kalitesini arttırmanın yanında serbest zaman ilgilenim düzeyini de pozitif yönde etkileyebilecektir.

KAYNAKÇA

ALEXANDRİS, Kostas, Douka, Silva., ve Balaska Pariot (2012). Involvement with active leisure participation: does service quality have a role? **Managing Leisure**, 17(1), 54-66.

ALLARDT, E. (1993). Having, Loving, Being: An Alternative to the Swedish Model of Welfare Research. Nussbaum, M. C. and Sen, A. (Eds.). "The Quality of Life". New York: Oxford University Press, 94-99.

ALSUBAİE ve diğerleri (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. **International Journal of Adolescence and Youth**, 24(4), 484-496.

ANDRIJAŠEVIĆ ve diğerleri (2005). Participation in Leisure Activities and Self-Perception of Health in the Students of the University of Split. **Kinesiology**, 37, 21–31.

ARDAHAN, Faik, ve Lapa, Tennur Yerlisu (2010). Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin Cinsiyete ve Gelire Göre İncelenmesi. **Spor Bilimleri Dergisi** 21(4), 129-136.

ARGAN, Metin (2007). **Eğlence Pazarlaması**. Ankara: Detay Yayıncılık.

ARIOĞLU, Sedef ve diğerleri (1994). Yaşlılarda evde bakım ve yaşam kalitesine katkısı. **Aktüel Tıp Dergisi**, 9(2), 7-17.

ARSLAN, Hatice (2005). **Tarihsel ve İdeolojik Bir Kavram Olarak Boş Zamana Sosyolojik Bir Bakış**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

ARSLAN, Müge ve Bakır, Ozan. (2010). Tüketicilerin İlgilenim Düzeylerine Göre Alışveriş Merkezlerini Tercih Etme Nedenleri ve Sadakate Etkisi. **Marmara Üniversitesi İ.İ.B.F. Dergisi**, 1, 227-259.

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

ARSLAN, Sibel. (2010). **Yetişkin Kent Halkının Belediyelerin Serbest Zaman Eğitimi ile Rekreasyon Etkinliklerinin Sunumuna ve Yaşam Kalitesine Etkisine İlişkin Görüşleri (Ankara Büyükşehir Belediyesi Örneği)**, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi EBE.

ARSLANTAŞ, Didem ve diğerleri (2006). Eskişehir Mahmudiye ilçesi yaşlılarında yaşam kalitesi. **Osmangazi Tıp Dergisi**, 28 (2), 81-89.

ASSEMBLY (1948). Universal declaration of human rights. **UN General Assembly**, 302(2), 14-25.

AYDIN, İhsan (2016). **Fitnes Katılımcılarının Rekreatif Etkinliklere Yönelik İlgilenim ve Mutluluk Düzeylerinin Belirlenmesi**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi SBE.

AYYILDIZ, Tebessüm (2015). **Rekreatif Dans Faaliyetlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi SBE.

BAHADIR, Tolga Kağan (2010). **Rekreasyon Faaliyetlerine Katılan 13-15 Yaş Grubu Öğrencilerin Yaşam Kalitesi ve Bazı Psikolojik Özelliklerinin İncelenmesi**, Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi SBE.

BASTERFIELD, Laura ve diğerleri (2021). The association between physical fitness, sports club participation and body mass index on health-related quality of life in primary school children from a socioeconomically deprived area of England. **Preventive Medicine Reports**, 24, 101557.

BENTHAM, Jeremy (2002). **Deontologytogetherwith A Table of The Springs of Action and The Artical on Utilitarianism**. Oxford: Clarendon Press:

BIANCHI, Suzanne ve John Robinson. (1997). What Did You Today? Cihildren's Usu Of Time, Family Composition, And The Acqusition Of Social Capital. **Journal Of Marriage And The Family**, 59, 332-344.

BOBES Julio ve diğerleri (2022). Quality of life in schizophrenic patients. **Dialogues in clinical neuroscience**. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2007.9.2/jbobes>

BOES, Stefan ve Winkelmann, Rainer (2010). The effect of income on general life satisfaction and dissatisfaction. **Social Indicators Research**, 95(1), 111.

BORODULİN Katje ve diğerleri (2008). Association Of Age And Education With Different Types Of Leisure-Time Physical. **Journal Of Physical Activity And Health**, 5(2), 242-251.

BOYLU Ayfer ve Paçacıoğlu, Bahar (2016). Yaşam kalitesi ve göstergeleri. **Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi (AKAD)**, 8(15), 137-150.

BRAJSA-ZGANEC, Brajsa ve diğerleri (2011). Quality of Life and Leisure Activities: How do Leisure Activities Contribute to Subjective Well-Being? **Social Indicators Research**, 102(1), 81-91.

BROTHERTON, Bartnard. (1991). Konaklama, Turizm ve Eğlence Tanımları: Görüş Açıkları Problemler ve Çıkan Sonuçlar. **Turizmde Seçme Makaleler: 11, TUGEY Yayınları**, 18-26.

BROWN, Perry (2019). Benefits of outdoor recreation and some ideas for valuing recreation opportunities. Routledge.

BÜBER, Müge (2017). Çalışanların tükenmişlik düzeylerinin iş doyumu ve yaşam doyumu üzerine etkisi: Balıkçı sınıfı gemi adamları üzerine bir araştırma, Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

CELSİ, Richard, & Olson, Jerry (1988). The role of involvement in attention and comprehension processes. **Journal of consumer research**, 15(2), 210-224.

CHANG, Lei ve diğerleri (2003). Life satisfaction, self-concept, and family relations in Chinese adolescents and children. **International Journal of Behavioral Development**, 27(2), 182-189.

CHEN, Yang ve diğerleri (2013). Relationships Among Adolescents' Leisure Motivation, Leisure Involvement, and Leisure Satisfaction: A Structural Equation Model. **Social Indicators Research**, 110(3), 1187– 1199.

CHIN-TSAİ, Kao (2013). Leisure involvement, leisure benefits, quality of life, and job satisfaction. **International Review of Management and Business Research**, 2(2), 421-428

CHOW, Pantheon (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. **Social indicators research**, 70, 139-150.

CHUI, Hang ve Wong, Yang (2016). Gender differences in happiness and life satisfaction among adolescents in Hong Kong: Relationships and self-concept. **Social Indicators Research**, 125(3), 1035-1051.

COLEMAN, Jenny (1988). Social capital in the creation of human capital. **American journal of sociology**, 94, 95-120.

CÖMERT, Yavuz ve Yakup Durmaz. (2011). Tüketici Tatmini ile Satın Alma Davranışlarını Etkileyen Faktörlere Bütünleşik Yaklaşım ve Adıyaman İlinde Bir Alan Çalışması. **Journal Of Yaşar University**. 1(4), 351-375.

CREDE, Julia ve diğerleri (2015). Adolescents' academic achievement and life satisfaction: The role of parents' education. **Frontiers in psychology**, 6, 52.

CSİKSZENTMIHALYI, Mihaly (1990). **Flow: Psychology of Optimal Experience.** Chicago: PHS Report, 68

CUTRONA, Carolyn (1996). **Social Support in Couples: Marriage As a Resource in Times of Stress.** California: Sage Publishings

ÇAKIROĞLU, Aylin (2007). **Relationship Between Quality Of Life And Happiness In Turkey,** Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: ODTÜ

ÇEVİK, Ali ve diğerleri (2021). Öğretmenlerin Serbest Zaman İlgilenimlerinin Yaşam Doyumları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. **Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi**, 10(4), 784-790.

DALGARN, M. K. (2001). The role of the campus recreation center in creating a community. **Recreational Sports Journal**, 25(1), 66-72.

DAWSON, Jackie, Havitz Mark ve Scott Daniel (2011). Behavioral adaptation of alpine skiers to climate change: Examining activity involvement and place loyalty. **Journal of Travel & Tourism Marketing**, 28(4), 388-404.

DAY, Ellen ve diğerleri (1995). Opportunities for involvement research: A scale-development approach. **Journal of advertising**, 24(3), 69-75.

DECLOE, Melissa ve diğerleri (2009). Social participation, flow and situational involvement in recreational physical activity. **Journal of Leisure Research**, 41(1), 73-90.

DEHGHANKAR, Leile (2016). Studying the Association of Quality of Life and Happiness among University Students. **Nova Journal of Humanities and Social Sciences**, 5(2), 1-11.

DEMİR, Cengiz ve Demir Nesrin (2006). Bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen faktörler ile cinsiyet arasındaki ilişki: lisans öğrencilerine yönelik bir uygulama. **Ege Academic Review**, 6(1), 36-48.

DEMİR, Haydar (2017). **Anne Babası Ayrı Olan Ergenlerin Yaşam Kalitesinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Bağcılar İlçesi Örneği)**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Nişantaşı Üniversitesi SBE.

DEMİREL, Mehmet ve diğerleri (2022). Rekreatif Amaçlı Tenis Oynayan Bireylerde Akış Deneyimi ve Serbest Zaman İlgilenimi. **Çatalhöyük Uluslararası Turizm ve Sosyal Araştırmalar Dergisi**, (9), 54-66.

DİENER, E ve diğerleri (1997). Recent findings on subjective well-being. **Indian Journal of Clinical Psychology**, 24, 25-41.

DİENER, E ve diğerleri (1999). Subjective Well-being: three decades of progress. **Psychological Bulletin**, 125(2): 276-302.

DİENER, E ve diğerleri (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. **Collabra Psychology**, 4(1), 26-34.

DİENER, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. **American Psychologist**, 55(1), 34-43.

DİENER, E. (2009). **Subjective well-being**. In the science of well-being (ss. 11-58). Springer, Dordrecht.

DİENER, E., & Seligman, M. E. (2004). Beyond Money: Toward An Economy Of WellBeing. **Psychological Science in The Public Interest**, 5(1), 1-31.

DİENER, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. and Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. **Journal of Personality Assessment**, 49(1), 71-75.

DİMANCHE, Frederic ve Samdahl Diane (1994). Leisure as symbolic consumption: a conceptualization and prospectus for future research. **Leisure Sciences**, 16(2), 119-129.

DONOVAN, Narry ve Halpern Diane (2002). Life Satisfaction: The State of Knowledge and Implications for Government. **West Midlands: Strategy Unit**, 25.

DOST, Tuzgöl (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. **Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 22(22), 132-143.

DOST, Tuzgöl (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. **Eğitim ve Bilim**, 35(8), 22-40.

DUMAZDİER, J. (1990). **Boş Zaman ve Kültür**, (Çev: E. Topbaş), Ankara Türk Yurdu Dergisi, 34-38.

EDGİNTON, Rayner (2006). World Leisure: Enhancing Quality of Life. **International Journal of Applied Sports Sciences**, 18(2), 108-120.

EMİR, Esra (2015). Kadınlarda rekreasyonel etkinliklere katılım: algılanan özgürlük ve mutluluk ilişkisi. **8. Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi**, Mersin.

ESER, E., Fidaner, H., Fidaner, C., Eser, S. Y., Elbi, H., & Göker, E. (1999). WHOQOL-100 ve WHOQOL-BREF'in psikometrik özellikleri. **Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3P) Dergisi**, 7, 23-40.

ERCAN, Nilay (2010). **Huzurevinde Yaşayan Yaşlıların Yaşam Kalitesi ve Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi SBE.

ERGÜL, Mehmet ve diğerleri (2016). Lise Öğrencilerinin Spora Yönelik Farkındalık Düzeylerine Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi: Tenis Branşı Örneği. **Spor Bilimleri Dergisi**, 27(2), 69-83.

ERİŞ, Merve (2016). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 31(3), 491-504.

EROL, Murat ve İlker Kaba. (2018). Ergenlerin Yaşam Doyumunun İncelenmesi. **Journal Of Social And Humanities Science Research**, 5(16), 52-63.

ERTÜZÜN, Ezgi, Gaye, Hadi ve Enes Fidan (2020). Spor merkezine üye bireylerin rekreasyon fayda düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. **Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi**, 11(3), 231-244.

ERYAŞAR, Mehmet (2007). **Bireylerin Serbest Zamanlarını Değerlendirme Faaliyetlerinin Aile Ekonomisine Katkısı**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi EBE.

ESER, Erhan ve diğerleri (1999). WHOQOL Türkçe versiyonu çalışmaları odak grup görüşmeleri ve ulusal sorunların değerlendirilmesi. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(2), 48-54. Future directions. **Exerc Sport Sci Rev**, 29(1), 32-6.

ESKİLER, Ersin ve Karataş Gizem. (2017). Sakarya üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimleri ile davranışsal niyetleri arasındaki ilişkilerinin incelenmesi. **İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi**, 7(3), 10-24.

FELEZ-NOBREGA, Mehtyn ve Koyanagi Arthur (2023). Health status and quality of life in comorbid physical multimorbidity and depression among adults aged ≥ 50 years from low-and middle-income countries. **International Journal of Social Psychiatry**, 00207640231157253.

FERNÁNDEZ-MUÑOZ, ve diğerleri (2015). Disability, quality of life, personality, cognitive and psychological variables associated with fatigue in patients with multiple sclerosis. **Acta Neurologica Scandinavica**, 132(2), 118-124.

FRANCESCHİNİS, Cristiano ve diğerleri (2022). Determinants of recreational activities choice in protected areas. **Sustainability**, 14(1), 412.

FUNK, Danial, Ridinger Lynn ve Moorman Anita (2004). Exploring origins of involvement: Understanding the relationship between consumer motives and involvement with professional sport teams. **Leisure Science**, 26 (1), 35-61.

GİDDENS, Andrew (2005) **Sosyoloji**. Ankara: Ayraç Yayınevi.

GİLL, Diane (2013). Physical activity and quality of life. **Journal of Preventive Medicine and Public Health**, 46(1), 28.

GİLLİGAN, Tammy ve Huebner Scott. (2002). Multidimensional life satisfaction reports of adolescents: a multitrait-multimethod study. **Personality and Individual Differences**, 32(7), 1149–1155.

GOODALE, Thomas ve Godbey Geoffrey (1988). **The Evolution of Leisure: Historical and Philosophical Perspectives**. Venture: State College.

GREENHAUS, Jeffrey ve diğerleri (2003). The relation between work–family balance and quality of life. **Journal of vocational behavior**, 63(3), 510-531.

GUNTER, Barrie (1997). Recall of Television Advertisements As A Function Of Program Evaluation. *The Journal of Psychology*, 131(5), 113-121.

GÜL, Tolga (2014). **Rekreasyon Olgusuna Genel Yaklaşım**. Rekreasyona Giriş içinde. Yaylı, A. (Ed.). Ankara: Detay Yayıncılık: 1-69.

GÜL, Tolga (2019). Yaşam doyumunun yordayıcısı olarak boş zaman tatmini. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 22(2), 914-930.

GÜLDÜR, Büşra Buse (2020). **Hentbol Sporcularının Serbest Zaman İlgilenim ve Benlik Algısı Düzeyleri Arasındaki İlişki**, Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Bartın

GÜLER, Dursun (2006). **Mastalji, Yaşam Kalitesi ve Depresyon**, Uzmanlık Tezi, Sağlık Bakanlığı Şişli Etfal ve Araştırma Hastanesi, Aile Hekimliği, İstanbul, 64-65.

GÜMÜŞ, Elif (2017). **Egzersizde Motivasyonel Düzenlemelerin ve Sosyal Kaygı Düzeyinin Yaşam Kalitesi Bağlamında İncelenmesi**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Afyonkarahisar: Afyon Kocatepe Üniversitesi SBE.

GÜNEŞ, S.G. (2021). Boş Zaman, Rekreasyon ve Turizm. S. Gül Güneş ve Fatih Varol (Ed.). *Rekreasyon: Disiplinlerarası Yaklaşım ve Örnek Olaylar içinde* (s. 1-30). Ankara: Nobel Kitabevi.

GÜNGÖRMÜŞ, Hamdi Alper (2007). **Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdöleyen Faktörler**. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara

GÜRBÜZ, Bülent, Çimen Zafer ve Aydın İsmail (2018). Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği: Türkçe Formu Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 256-265.

GÜRBÜZ, Sait ve Şahin Faruk (2014). **Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri**. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

GÜRSEL, Nimet (2015). **Öğretim Elemanlarında Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Yaşam Kalitesinin İncelenmesi**, Yüksek Lisans Tezi. Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

HAİR, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., ve Tatham, R. L. (2014). *Multivariate Data Analysis* Pearson Education Limited.

HARDİN, Martin ve Greer Johny (2009). The influence of gender-role socialization, media use and sports participation on perceptions of gender-appropriate sports. *Journal of Sport Behavior*, 32(2), 26-41.

HART, Lain (2007). Authentic recreation: living history and leisure. *Museum and Society*, 5(2), 103-124.

HAVITZ, M. E., & Dimanche, F. (1997). Leisure involvement revisited: Conceptual conundrums and measurement advances. **Journal of Leisure Research**, 29, 245-278.

HAVITZ, Mark ve Dimanche Frederic (1999). Leisure involvement revisited: Drive properties and padoxes. **Journal of Leisure Research**. 31, 122-149.

HAYBRON, Dorries (2001). Happiness and The Importance of Life Satisfaction. Journal of **University of Arizona Department of Philposophy**, 6-16.

HEİNTZMAN, Paul ve Roger Mannell. (2003). Spiritual Functions of Leisure and Spiritual Well-Being: Coping with Time Pressure. **Leisure Sciences**, 25, 207-230.

HENDERSON, Karla ve Bialeschki Deborah (2007). Leisure and Active Lifestyles: Research Reflections. **Leisure Sciences**. 27(5): 355-365.

HOUSTON, Krugman (1977). The Measurement Of Advertising Involvement, **Public Opinion Quarterly**, 30, 583-96.

HOWARD, Dennis (1992). Participation rates in selected sport and fitness activities. **Journal of Sport Management**, 6(3), 191-205.

HSİEH, Tarrews (2007). **Recreational motivation, sensation seeking, and recreational involvement of taiwans' adventure recreation participants**. University of the Incarnate Word, ProQuest, UMI Dissertations Publishing.

ISO-AHOLA, Seppo ve Crowley Edward (1991). Adolescent Substance Use and Leisure Boredom. **Journal of Leisure Research**, 23, 260–271.

İŞİK, Abdulkadir & Meriç Metin (2010). Hayatin kalitesi kavraminin felsefik temelleri; aristo, bentham ve nordenfelt. **Ege Akademik Bakış**, 10(1), 421-434.

IWASAKİ, Yoshi ve diğerleri (2001). The Effects Of Physically Active Leisure On Stress-Health Relationships. **Canadian Journal Of Public Health**, 92(3), 214-218.

IWASAKİ, Yoshi ve diğerleri (2005). Gender-Based Analysis of Coping with Stress Among Professional Managers: Leisure Coping and Non-Leisure Coping. **Journal of Leisure Research**, 37(1), 1-28.

IWASAKİ, Yoshi, & Havitz Mark (2004). Examining relationships between leisure involvement, psychological commitment, and loyalty to a recreation agency. **Journal of Leisure Research**, 36, 45–72.

JACKSON, Edwart (2005). Leisure Constraints Research: Overview of a Developing Theme in Leisure Studies. Jackson, E.L. (Ed.). Constraints to Leisure içinde. State College: Venture: 3-22.

JOSHANLOO, Moria (2018). Gender differences in the predictors of life satisfaction across 150 nations. **Personality and Individual Differences**, 135, 312-315.

JUN, Jonny ve diğerleri (2012). Reassessing the structure of enduring leisure involvement. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 34(1), 1-18.

KABA, İlker (2009). **Türkiye'de Üniversitelerde Kampüs Rekreatyonu'nun Mevcut Durumu ve Kampüs Rekreatyon Modellemesi**, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi. İstanbul

KABA, İlker, Erol Murat ve Güç Kadir (2018). Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geliştirilmesi. **Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 18(1), 1-14.

KAÇIK, Selda ve Acar Füsün (2020) Üniversite Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK) ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. **Kayseri Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 2(1), 74-90.

KALFA, Sait (2017). **Spor bilimleri ve eğitim fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumu ve serbest zaman doyumlarının incelenmesi**. (Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.

KANDEMİR, Destan, Sinem Atakan ve Ceren Demirci (2013). İlgilenim Kavramı ve Türkçe İlgilenim Ölçeklerinin Değerlendirilmesi: Tüketici İlgilenimi, Sürekli İlgilenim ve Satın Alma Kararı İlgilenimi. **İktisat İşletme ve Finans**, 21-48.

KANDİL, Neslihan (2021). **Rekreatyoneel Fiziksel Aktivite Olarak Kayak ve Snowboard Yapan Bireylerde Serbest Zaman İlgilenim ve Serbest Zaman Engelleri İlişkisi**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi.

KAPLAN, Ayşe ve Ardahan Faik (2012). Doğa sporları yapan bireylerin profilleri, doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar: Antalya örneği. **Giresun Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi**, 8(1), 93-114.

KARABEYESER, Musa (2013). **Üniversite Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumları ve Stresli Yaşam Olaylarına Göre Psikolojik İyi Oluşu**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi EBE.

KARACA, Ahmet (2015). **Serbest Zaman Katılımı, Psikolojik İyi Olma ve Serbest Zaman Engelleri ile Baş Etme Stratejilerinin Üniversite Öğrencileri Üzerinde İncelenmesi**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Antalya: Akdeniz Üniversitesi SBE.

KARADAL, Hikmet (1999). **Yönetici yaşam biçimleri ile yöneticinin etkinliği ve iş tatmini arasındaki ilişki: Bazı sektörlerde bir araştırma**. Doktora Tezi, Adana Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 25.

KARAKÜÇÜK, Suat (1999). **Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme**. Ankara: Gazi Kitabevi.

KARASAR, Niyazi, (1996). Araştırmalarda Rapor Hazırlama. Ankara: Nobel Akademik Yayınevi.

KAYA, Alper, Aksu Hasan Suat ve Fatma Arslan (2021). Fiziksel aktivitelere düzenli ve düzensiz olarak katılım sağlayan kadınların fiziksel aktivite özdeğer algılarının incelenmesi. **Sportive**, 4(2), 57-76.

KAYA, Sabri (2003). **Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi ve Etkinliklerin Sosyalleşmeye Etkisi**. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara.

KELLY, Jerry (1990) Leisure. New Jersey: Prentice Hall.

KELLY, John ve Valeria Freysinger (2000). **21st Century Leisure: Current Issues**. Boston: Allyn&Bacon.

KERMEN, Umut ve diğerleri (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. **Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi**, 2(1), 20-29.

KERSTETTER, Deborah ve diğerleri (2008). Functional support associated with belonging to the Red Hat Society, a lesisure-based social network. **Journal of Leisure Research**, 40(4), 531–555.

KERSTETTER, Deborah ve Kovich George (1997). The Involvement Profiles of Division I Women's Basketball Spectators. **Journal of Sport Management**, 11, 234-249.

KILBAŞ, Şükran (2001) **Rekreasyon Serbest zamanları Değerlendirme**. Ankara: Nobel Yayınevi.

KİM, Kyungmi (2002). **The effects of tourism impacts upon Quality of Life of residents in the community**. Faculty of the Virginia Polytechnic Institute and State University, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Virginia.

KOÇ, Erdoğan (2012). Tüketici Davranışı ve Pazarlama Stratejileri: Global ve Yerel Yaklaşım. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

KOUTHOURİS, Charilaos (2009). An Examination of the relationships between motivation, involvement and intention to continuing participation among recreational skiers. **International Journal of Sport Management Recreation & Tourism**, 4, 1-19.

KRUGMAN, Herbert E. (1965), “The Impact Of Television Advertising: Learning Without Involvement”, **Public Opinion Quarterly**, 29(3), 349-356.

KYLE, Gerard ve diğerleri (2003). An examination of the relationship between leisure activity involvement and place attachment among hikers along the appalachian trail. **Journal of Leisure Research**, 35(3), 249-273.

KYLE, Gerard ve diğerleri (2007). Modified involvement scale. **Leisure Studies**, 26(4): 398-427.

KYLE, Gerard ve Mowen, Ashe (2005). An examination of the leisure involvement-agency commitment relationship. **Journal of Leisure Research**, 37(3), 342-363.

LACKEY, Nancy ve diğerleri (2021). Mental health benefits of nature-based recreation: a systematic review. **Annals of Leisure Research**, 24(3), 379-393.

LAKKA, Taesur ve diğerleri. (1996). Conditioning Leisure Time Physical Activity And Cardiorespiratory Fitness In Sociodemographic Groups Of Middle-Aged Men In Eastern Finland. **International Journal Of Epidemiological Association**, 25(1), 86-93.

LAND, Kenneth ve Ferriss, Abbott L. (2006). The Sociology of Social Indicators. **Duke Sociology**, 518-526.

LAURENT, George ve Kapferer Joshua (1985). Measuring Consumer Involvement Profiles. **Journal of Marketing Research**, 22(1), 41-53.

LEE, Diener ve diğerleri (2002). Developing a subjective measure of consumer well-being. **Journal of Macromarketing**, 22(2), 158-169.

LEE, Young ve Lin Hang (2011). Leisure motivation and life satisfaction: Test of mediating effect of leisure benefit. **Journal of Information and Optimization Sciences**, 32(3), 749–761.

LEHMAN, Ferdand. (1983) The Well-Being Of Chronic Mental Patients: Assessing Their Quality Of Life. **Archives of General Psychiatry**, 40, 369-373.

LLOYD, Wallant ve Cassund Auld. (2002). The Role Of Leisure In Determining Quality Of Life: Issues Of Content And Measurement. **Social Indicators Research**. 57, 43-71.

LUA, Paul ve diğerleri (2014). Caregiving for epilepsy: awareness, knowledge, attitude and health-related quality of life of family caregivers. **Malaysian Journal of Psychiatry**, 23(1), 45-56.

LYONS, Kevin ve Dionigi Rylee (2007). Transcending emotional community: A qualitative examination of older adults and masters' sports participation. **Leisure Sciences**, 29(4), 375–389

MA, Sue (2008). **Relationships Among Psychological Well-Being, Leisure Negotiation, and Leisure Participation**. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Bloomington: Indiana University.

MAHDAVİ, Peter ve diğerleri (2023). Relationship between achievement motivation, mental health and academic success in university students. **Community Health Equity Research & Policy**, 43(3), 311-317.

MCGUİNE, Tagahsi ve diğerleri (2021). Mental health, physical activity, and quality of life of US adolescent athletes during COVID-19–related school closures and sport cancellations: a study of 13 000 athletes. **Journal of athletic training**, 56(1), 11-19.

MCINTYRE, Neamer ve Pigram, Jerry (1992). Recreation specialization reexamined: The case of vehicle-based campers. **Leisure Sciences**, 14(1), 3-15.

MCQUARRİE, Eramur ve Munson Jonhyy (1987). The zaichkowsky personal involvement inventory: Modification and extension. **Advances in Consumer research**, 14, 36-40.

MESSNER, Mansterwat ve Sabo, Dienar. (1990). **Sport, men, and the gender order: Critical feminist perspectives**. Human Kinetics Books.

MİCHALOS, Arnold (1985). Multiple discrepancies theory (MDT). **Social indicators research**, 347-413.

MİLL, Sabrina (2003) **Utilitarianism and on Liberty**. Routledge

MONETA, Gabrial. (2004). The flow experience across cultures. **Journal of Happiness Studies**, 5, 115-121.

MOSS, Leonhart (1986). **A Study Examining The Relationship Between Leisure Participation And Life Satisfaction Among College Seniors At Florida State University**. Doktora Tezi. Florida: The Florida State University

MUTLU, İhsaner (2008). **Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma, (Kayseri İl Örneği)**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde.

MYERS, Dowell. (1988). Building Knowledge about Quality of Life for Urban Planning. **Journal of the American Planning Association**, 54(3), 347-358.

NAZ, Summaira (2015). Relationship of life satisfaction and job satisfaction among Pakistani army soldiers. **İşletme Araştırmaları Dergisi**, 7(1), 7-25.

NEUGARTEN, Bernice (1974). Age groups in American society and the rise of the young-old. **Annals of the American Academy of Political and Social Science**, 415, 187–198.

NOLL, Huston (2002). Towards a European system of social indicators: theoretical framework and system architecture. **Social Indicators Research**, 58, 47- 87

ODABAŞI, Şule. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Online Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Öznel Mutluluk Düzeyleriyle İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi EBE.

ODABAŞI, Yavuz ve Gülfidan Barış (2002). Tüketici Davranışı. İstanbul: MediaCat Akademi.

ORME, Naomi (2020). Education and recreation. Manchester University Press.

ÖNGEN, Burcu, & Aytaç Serpil (2013). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve yaşam değerleri ilişkisi. Istanbul Journal of Sociological Studies, (48), 1-18.

ÖPÖZLÜ, Ayfer Köycü (2006); Çağımızda Değişen Sağlık Bilincinin Sportif Rekreasyona Katılım Düzeyine Etkisinin Araştırılması (Kütahya Örneği), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

ÖZCAN, Burcu (2007). Rasyonel satın alma ve boş zaman sürecine ait alışveriş eylemlerinin birlikte sergilendikleri mekânlar: alışveriş merkezleri. Sosyal Bilimler Dergisi, 9(2), 39-68.

ÖZTÜRK, Melda (2005). Üniversitede eğitim-öğretim gören öğrencilerde uluslararası fiziksel aktivite anketinin geçerliliği ve güvenilirliği ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi-Ankara.

PAMPEL, Fread, Krueger Patrick & Denney Justin (2010). Socioeconomic disparities in health behaviors. Annual review of sociology, 36, 349-370.

PAVOT, William ve Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. The Journal of Positive Psychology, 3(2), 137-152.

PAVOT, William ve diğerleri (1991). Further validation of the Satisfaction with Life Scale: evidence for the cross-method convergence of wellbeing measures. Journal of Personality Assessment, 57, 149-161

PEKRUN, Reinhard ve diğerleri (2010). Boredom in achievement settings: exploring control-value antecedents and performance outcomes of a neglected emotion. Journal of Educational Psychology, 102(3), 531-549.

PINAR, Reyhan (1995). Sağlık Araştırmalarında Yeni Bir Kavram; Yaşam Kalitesi, Bir Yaşam Kalitesi Ölçeğinin Kronik Hastalıklarda Geçerlilik ve Güvenirliğinin İncelenmesi, Hemşirelik Bülteni, 9(38), 85-95.

PIACENTİNİ, Maria ve Mailer, George. (2004). Symbolic consumption in teenagers' clothing choices. Journal of Consumer Behaviour, 3(3), 251-262.

POLAT, Ömer (2019). Gençlik Kamplarının Program Sorumluları Tarafından Rekreatif Açısından Değerlendirilmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.

RECEPOĞLU, Ergün (2013). Öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Özel Sayı (1), 311-326.

RİCE, Robert ve diğerleri (1992). Work-Nonwork conflict and the perceived quality of life. Journal of Organizational Behavior, 13(2), 155-168.

RİCHİNS, Marsha ve Bloch Peter (1986). After the new wears off: The temporal context of product involvement. Journal of Consumer research, 13(2), 280-285.

ROBSON, Piera., Dietrich Mary ve Terrah Akard (2021). Associations of age, gender, and family income with quality of life in children with advanced cancer. Journal of Pediatric Oncology Nursing, 38(4), 254-261.

RYFF, Carol (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. International Journal of Behavioral Development, 12, 35-55.

SAPANCALI, Faruk (2009). Toplumsal Açısından Kentsel Yaşam Kalitesi. İzmir: Altın Nokta Basın Yayın.

SCHOVER, Laur (2019). Sexual quality of life in men and women after cancer. Climacteric, 22(6), 553-557.

SCOTT, Dean (1993). Zamanı İyi Değerlendirmek. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

SELİGMAN, Mary, & Csikszentmihalyi Mihaly (2014). Flow. In Flow and the foundations of positive psychology. Dordrecht: Springer.

SELİN, Seal ve Howard Denarc (1988). Ego involvement and leisure behavior: A conceptual specification. Journal of Leisure Research, 20(3), 237-244.

SEVİL, Tuba (2015). Terapötik Rekreatif Aktivitelere Katılımın Yaşlıların Algıladıkları Boş Zaman Tatmini, Yaşam Tatmini ve Yaşam Kalitesine Etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi SBE.

SHAW, Seal ve Henderson, Keary (2005). Gender Analysis and Leisure Constraints: Constraints to leisure. Venture: State College.

SHİN, Danny and Johnson, Dienar (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. Social Indicators Research, 5, 475-492.

SİVAN A., Ruskin, H. (2000), Leisure Education, Community Development and Populations with Special Needs. New York: CABI Publishing

SONEGO, Michela ve diğerleri (2013). The Influence Of Parental Education On Child Mental Health In Spain. **Qual Life Res**, 22, 203-211.

SOYER, Faruk ve Can Yetiş (2003); Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Alışkanlıkları ve Sportif Eğilimlerinin Mesleki Yönelişlerine Göre Karşılaştırılması, **I. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu Bildiriler Kitabı**, (21-22 Mayıs 2003), 102-120, Ankara.

SPRİNGER, Micheal (1970). Social Indicators, Reports and Accounts: Toward the Management of Society, **American Academy of Political and Social Science**, 388, 1-13.

SUN, Rongjun ve Zhang Zhenmei (2023). Leisure activities and cognitive impairment in old age: The role of life course socioeconomic status. **Aging & Mental Health**, 27(2), 326-333.

SURVEYSYSTEM. (2023). **Örneklem Hesaplama.**
<https://www.surveysystem.com/sscalc.htm>

SÜZER, Melda (2000). Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirme alışkanlıkları. **Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 8(8), 123-133.

ŞAHİN, C. K., Akten, S., & Erol, U. E. (2011). A study to determine recreational participation tendency of the eğirdir vocational school students. **Artvin Çoruh Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi**, 10(1), 62-71.

ŞEN, Semra ve İsmail Sarıkaya (2015). Serbest Zaman Etkinlikleri Dersinde Seçilen Etkinliklerin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi. **Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi**, 10(1), 55-73.

ŞENGÜN, Mustafa (2013). Anne-Baba Tutumuna Göre Lise Öğrencilerinin Ahlâki Olgunluk Düzeyleri. **Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 1(12), 203-215.

TABUK, Mustafa (2009). **Elit Sporcularda İş-Aile Çatışması ve Yaşam Tatmini İlişkilerinin İncelenmesi**. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.

TAŞPINAR, Sedat (2013). **İstanbul İl Emniyet Teşkilatındaki 4 Farklı Departmanda Görevli Polislerin Sportif ve Rekreatif Aktivite sıklıklarının Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi**. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Kayseri.

THE WHOQOL GROUP. (1996) What quality of life? **World Health Forum** 17(4) 354-356

TORKİLDSEN, George. (2005). **Leisure and Recreation Management** (5. Baskı). London: Routledge.

TORLAK, Süleyman Evinç ve Yavuzçehre Pınar Savaş (2008). Denizli kent yoksullarının yaşam kalitesi üzerine bir inceleme. **Çağdaş Yerel Yönetimler**, 17 (2), 23-44.

UYSAL, Muzaffer ve diğerleri (2016). “Quality of Life (QOL) and Well-being Research in Tourism”, **Tourism Management**, 53, 244–261.

VAN DER MEER, Micheal (2008). The sociospatial diversity in the leisure activities of older people in the Netherlands. **Journal of Aging Studies**, 22, 1-12.

VATANDAŞ, Celalettin (2007). Toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rollerinin algılanışı. **Istanbul Journal of Sociological Studies**, (35), 29-56.

VEBLEN, Thorstein (1953), **Theory of the Leisure Class**, New York: Mentor.

VEENHOVEN, Ruut (1991). Is happiness relative? **Social indicators research**, 24(1), 1-34.

VEENHOVEN, Ruut (2006). The Four Qualities Of Life Ordering Concepts And Measures Of The Good Life. **Journal Of Happiness Studies**, 1, 1-39

VENNHOVEN, Ruut. (1996). Happy life-expectancy- a comprehensive measure of quality of life in nations. **Social Indicators Research**, 39,1-58.

WATKINS, Matt (1987). **The influence of involvement and information search on consumers’ choice of recreation activities** (Doctoral dissertation, University of Oregon, 1986). Dissertation Abstracts International, 47, 3560A.

WATTANASUWAN, Karen (2005). The self and symbolic consumption. **Journal of American Acedemy of Business**, 6(1), 179-184.

WHOQOL GROUP. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. **Psychological medicine**, 28(3), 551-558.

WILEY, Caroline, Shaw Susan ve Havitz Mark (2000). Men’s and women’s involvement in sports: An examination of the gendered aspect of leisure involvement. **Leisure Sciences**, 22(1), 19-31.

WILSON, O. W., Colinear, C., Guthrie, D., & Bopp, M. (2022). Gender differences in college student physical activity, and campus recreational facility use, and comfort. *Journal of American College Health*, 70(5), 1315-1320.

WINTER, Patrica ve diğerleri (2019). Outdoor recreation, nature-based tourism, and sustainability. **Sustainability**, 12(1), 81.

WLRA (World Leisure And Recreation Association) (2001). World Leisure and Recreation Association International Position Statement on Leisure Education and Youth at Risk. **Leisure Sciences**, 23, 201–207.

YANG, Ming ve diğerkleri (2012). Leisure Lifestyle And Health-Related Quality Of Life Of Taiwanese Adults. **Social Behavior and Personality**, 2, 301-318.

YETİM, Gözde (2014). **Boş Zaman İlgileniminin Boş Zaman Tatmini ve Sadakati Üzerine Etkisi: Eskişehir’deki Fitnes Merkezleri Üzerine Araştırma**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi SBE.

YETİM, Gözde ve Argan Metin (2013). Boş zaman ilgilenim faktörleri: boş zaman katılım davranışı ve demografik özelliklere göre durumu. **II. Rekreasyon Araştırma Kongresi Bildiri Kitabı**: 285-291.

YETİM, Ünsal (1991). **Kişisel Projelerin Organizasyonu Açısından Yaşam Doyumu**, Yayınlanmış Doktora Tezi, İzmir, Ege Üniversitesi.

YÖBS. (2023). Öğrenci İstatistikleri. <https://istatistik.yok.gov.tr/>

YÖNET, Engin (2018). **Lise Öğrencilerinin Sportif Serbest Zaman İlgilenim, Dijital Oyun Bağımlılığı ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Araştırılması**. Ankara: Astana Yayınları

ZAİCHKOWSKY, Judith Lynne (1985). Measuring the involvement construct. **Journal of consumer research**, 12(3), 341-352.

ZGANEC, Andreja ve diğerkleri (2011). Quality of Life and Leisure Activities: How do Leisure Activities Contribute to Subjective Well-Being? **Social Indicators Research**, 102(1), 81–91.

EKLER

EK 1. Demografik Verilere Yönelik Hazırlanan Form

Cinsiyetiniz	☐ Kadın ☐ Erkek
Yaşınız	☐ 18-20 ☐ 21-23 ☐ 24 ve üzeri
Fakülteniz	☐ Turizm Fakültesi ☐ Tıp Fakültesi ☐ İlahiyat Fakültesi ☐ Eğitim Fakültesi
Algılanan Ekonomik Durum	☐ Kötü ☐ Normal ☐ İyi
Anne Eğitim Durumu	☐ İlköğretim ☐ Ortaöğretim ☐ Üniversite
Baba Eğitim Durumu	☐ İlköğretim ☐ Ortaöğretim ☐ Üniversite
Genel Akademik Başarı Düzeyi	☐ Kötü ☐ Normal ☐ İyi
Aile Tutumu	☐ Demokratik ☐ Otoriter ☐ Koruyucu ☐ İlgili

EK 2. Yaşam Kalitesi Ölçeği

	Çok kötü	Biraz kötü	Ne iyi, ne kötü	Oldukça iyi	Çok iyi
Yaşam kalitenizi nasıl buluyorsunuz?					
	Hiç hoşnut değil	Çok az hoşnut	Ne hoşnut ne de değil	Epeyce hoşnut	Çok hoşnut
Sağlığınızdan ne kadar hoşnutsunuz					
	Hiç	Çok az	Orta derecede	Çokça	Aşırı derecede
Ağrılarınızın yapmanız gerekenleri ne kadar engellediğini düşünüyorsunuz?					
Günlük ihtiyaçlarınızı yürütebilmek için herhangi bir tıbbi tedaviye ne kadar ihtiyaç duyuyor musunuz?					
Yaşamaktan ne kadar keyif alırsınız?					
Yaşamınızı ne ölçüde anlamlı buluyorsunuz?					
Dikkatinizi toplamada ne kadar başarılısınız?					
Günlük yaşamınızda kendinizi ne kadar güvende hissediyorsunuz?					
Fiziksel çevreniz ne ölçüde sağlıklıdır?					
Günlük yaşamı sürdürmek için yeterli gücünüz kuvvetiniz var mı?					
Bedensel görünüşünüzü kabullenir misiniz?					
İhtiyaçlarınızı karşılamaya yeterli paranız var mı?					
Günlük yaşantınızda size gerekli bilgi ve haberlere ne ölçüde ulaşabiliyorsunuz?					
Boş zamanları değerlendirme uğraşları için ne ölçüde fırsatınız olur?					
Bedensel hareketlilik (etrafta dolaşabilme bir yerlere gidebilme) beceriniz nasıldır?					
Uykunuzdan ne kadar hoşnutsunuz?					
Günlük uğraşlarınızı yürütebilme becerinizden ne kadar hoşnutsunuz?					

İş görme kapasitenizden ne kadar hoşnutsunuz?					
Kendinizden ne kadar hoşnutsunuz?					
Aile dışı kişilerle ilişkilerinizden ne kadar hoşnutsunuz?					
Cinsel yaşamınızdan ne kadar hoşnutsunuz?					
Arkadaşlarınızın desteğinden ne kadar hoşnutsunuz?					
Yaşadığınız evin koşullarından ne kadar hoşnutsunuz?					
Sağlık hizmetlerine ulaşma koşullarınızdan ne kadar memnunsunuz?					
Ulaşım olanaklarınızdan ne kadar hoşnutsunuz?					
Ne sıklıkla hüznün, ümitsizlik bunaltı çökkünlük gibi duygulara kapılırsınız?					
Yaşamınızda size yakın kişilerle (eş, iş arkadaşı, akraba) baskı ve kontrolle ilgili zorluklarınız ne ölçüdedir?					

<i>Lütfen her bir ifadeyi bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış ifade bırakmayınız.</i> <i>Serbest Zaman; "İnsanların çalışma ve zorunlu gereksinimlerini karşıladıktan sonra kalan süredir".</i> <i>İlgilenim; "Herhangi bir etkinliğe yönelik kişisel ilgi ya da katılım gösterme ve bunun sonucunda alınan zevk, eğlence ve heyecan".</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum Tamamen	Katılıyorum
Serbest zaman etkinliği, yaptığım en eğlenceli şeylerden birisidir.					
Serbest zaman etkinliği, benim için çok önemlidir.					
Serbest zaman etkinliği, yaptığım en tatmin edici şeylerden birisidir.					
Yaşamımın büyük bir bölümünün serbest zaman etkinliği etrafında şekillendiğini düşünüyorum.					
Serbest zaman etkinliği, hayatımda merkezi bir role sahiptir.					
Serbest zaman etkinliği, yerine başka bir serbest zaman etkinliği tercih edecek olursam bunu çok ciddi bir şekilde yeniden düşünmem gerekir.					
Arkadaşlarımla serbest zaman etkinliği konusunda konuşmaktan hoşlanırım.					
Arkadaşlarımla çoğu, serbest zaman etkinliği ile bir şekilde ilgilidir.					
Serbest zaman etkinliği yapmak, bana arkadaşlarımla bir arada olma fırsatı sağlar.					
Serbest zaman etkinliği yaptığım zaman gerçekten kendim gibi olabiliyorum.					
Kendimi Serbest zaman etkinliğiyle ilgili imgelerle özdeşleştiriyorum.					
Serbest zaman etkinliği yaptığım zaman nasıl görüldüğüm ve davrandığımla ilgilenmek zorunda kalmıyorum.					
Birini serbest zaman etkinliği yaparken gördüğünüzde o kişi hakkında birçok şey söyleyebilirsiniz.					
Serbest zaman etkinliği yapmak, kim olduğum ile ilgili çok şey söyler.					
Serbest zaman etkinliği yaparken, insanlar onların beni görmesini istediğim şekilde görür.					