



## Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Stres Düzeylerinin Boş Zaman Katılımı Ve Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi

Muhammet VAPUR <sup>a</sup> 

<sup>a</sup>Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Ankara /Türkiye. (mvapur37@gmail.com)

### ÖZ

#### Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi:  
12.07.2021  
Kabul Tarihi:  
09.09.2021

#### Anahtar Kelimeler

Boş Zaman Katılımı  
Rekreasyon  
Algılanan Stres

**Makale Kategorisi:** Araştırma Makalesi

Boş zaman katılımı kavramı ev içi aktiviteleri, fiziksel, sosyal, kültürel-sanatsal, açık alan etkinlikleri ve bunlara katılım sıklığını kapsamaktadır. Stres kavramı ise sıkıntı, kaygı, üzüntü ve gerginlik süresinin uzaması, içten ya da dıştan gelen etkilerle duygu ve davranışlarda ortaya çıkan, rahatsız edici bir durum ve bundan duyulan rahatsızlık, bunalım, gerginlik, bir şey yapmak istememe durumlarını kapsamaktadır. Araştırmada demografik özellikler; cinsiyet, yaş, medeni durum, ikamet ettiği yer, eğitim durumu, gelir düzeyi olarak ele alınmıştır. Rekreasyon aktivitelerine katılım sıklığı ve boş zaman katılım sorularına yer almaktadır. Algılanan stres düzeyini ölçmek içinde Cohen ve ark, (1983) tarafından geliştirilen Eskin ve ark. (2013) tarafından da Türkçeye uyarlanan ölçek kullanılmıştır. Ölçeğin güvenirliği 0.872 olarak hesaplanmıştır. Araştırma sonucuna göre yaş, ikamet edilen yer, eğitim durumu, rekreasyon aktivitelerine ayrılan süre ve boş zaman değişkenleri ile algılanan stres düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

### ABSTRACT

#### Article History

Received  
12.07.2021  
Accepted:  
09.09.2021

#### Keywords

Leisure Participation  
Recreation  
Perceived Stress

**Article Type:** Research Paper

The concept of leisure participation includes domestic activities, physical, social, cultural-artistic, outdoor activities and the frequency of participation in them. The concept of stress, on the other hand, includes the prolongation of distress, anxiety, sadness and tension, an uncomfortable situation that occurs in emotions and behaviors due to internal or external effects, and the discomfort, depression, tension, and unwillingness to do something. Demographic characteristics in the research; gender, age, marital status, place of residence, education level, income level. Frequency of participation in recreational activities and leisure time participation questions are included. Developed by Cohen & Williamson, (1988) to measure perceived stress level, Eskin et al. (2013), the scale adapted to Turkish was used. The reliability of the scale was calculated as 0.872. According to the results of the research, significant differences were found between the variables of age, place of residence, educational status, time allocated to recreational activities and leisure time, and perceived stress levels.

**\*Sorumlu Yazar/ Corresponding Author:** Muhammet VAPUR

**E-Posta:** mvapur37@gmail.com