



## Journal of Recreation and Tourism Research

Journal homepage: [www.jrtr.org](http://www.jrtr.org)  
ISSN:2348-5321

### GENÇLERİN SERBEST ZAMAN DEĞERLENDİRME ARACI OLARAK REKREATİF FAALİYETLERE KATILIM DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

Ali İSKENDER<sup>a</sup>

Ceren AVCI<sup>b</sup>

Ali YAYLI<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Gazi Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Arş. Gör (aliiskender@gazi.edu.tr)

<sup>b</sup>Gazi Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Arş. Gör (cerenavci@gazi.edu.tr)

<sup>c</sup>Gazi Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Doç. Dr. (yayli@gazi.edu.tr)

---

#### ÖZET

Rekreasyon aktivitelerinin bireylerin sosyal, psikolojik ve fiziksel durumları üzerinde olumlu etkileri vardır. Mevcut çalışma gençlerin serbest zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarını belirlemektedir. Araştırma örneklemi olarak lise ve üniversitede eğitim görmekte olan gençler belirlenmiştir. Toplam 300 öğrenciye ulaşılmıştır, veri toplama aracı olarak anket tekniği kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre cinsiyete göre rekreasyon faaliyetlerine katılımda farklılıklar ortaya çıkmıştır, aynı zamanda eğitim durumu ve paralel olarak yaş faktörünün rekreasyonel faaliyetlere katılım düzeyi üzerinde etkileri olduğu belirlenmiştir. Cinsiyete göre en çok tercih edilen spor türleri farklılık göstermiştir. Gençlerin rekreasyonel faaliyetlere en sık kimlerle katıldığı, katılım türü ve şekli de mevcut çalışmada tespit edilmiştir.

**Anahtar kelimeler:** serbest zaman, rekreasyon, spor

---

#### A STUDY ON DETERMINING OF THE YOUNG'S PARTICIPATING LEVEL IN RECREATIONAL ACTIVITIES IN LEISURE TIMES

#### ABSTRACT

There are positive effects of recreational activities on individuals' social, psychological and physical conditions. Presents study determines the habits of spending leisure times in terms of the young. The high school and university students were determined as a sample of this study. The questionnaire technique was used and performed on 300 students. As a result of present study, it was determined diferentations with participation in some recreational activities and simultaneously detected that education status and age have effects on participation in some recreational activities and determined that according to gender it shows significance difference to participate sport kinds in terms of leisure times

**Keywords:** recreation, leisure, sport

## GİRİŞ

İngilizce “leisure” (serbest zaman) Latince izinli veya özgür, serbest anlamına gelen licere kelimesinden türemiştir. Fransızcaya loisir olarak geçen bu kelime, İngilizcedeki licence ve liberty (özgürlük) kelimeleriyle de ilişkilidir (Torkildsen,1993).

Brightbill(1960) serbest zamanı, yaşam için gerekli olan, fizyolojik ve biyolojik ihtiyaçlar ve hayatın devamı için yaşamsal önemi olan faaliyetleri gerçekleştirdiğimiz zaman dışında kalan, tamamen isteğe bağlı yani kişinin kendi tasavvuru ve seçimine göre kullandığı zaman olarak tanımlamıştır.Serbest zaman aktiviteleri isteğe bağlı zamanlarda gerçekleştirilen aktivitelerdir. Bu isteğe bağlı zaman kişilerin yapacağı ve yapmak istediği aktiviteleri serbestçe seçtiği zamanı ifade eder. Bu aktiviteler ihtiyari olarak kişiyi tatmin eden, mutlu eden kendi kendisini ödüllendiren aktivitelerdir (Lobo,2006). Serbest zaman boş zaman olarak tanımlandığında, rekreasyonunda bu zaman diliminde gerçekleştirilen aktiviteler olduğu söylenebilir (Kelly, 1990).

Neumeyers (1958) rekreasyonu serbest zaman içerisinde gerçekleştirilen herhangi bir aktivite olarak tanımlamıştır. Butler (1976) ise rekreasyonun özgürlük ve tatmin kavramlarıyla bütünleştiğini söylemiştir. Bireyin fiziksel ve psikolojik hayatı üzerine olan etkilerinden dolayı, rekreasyon insan yaşamı için oldukça önemlidir. Bu nedenle toplumun geleceği olan gençlerin, fiziksel ve psikolojik sıhhatleri için mevcut rekreasyonel aktiviteler ve eğilimler önem arz etmektedir (Müderrişoğlu ve Uzun, 2004).Araştırmacılar, sağlıklı yaşamın sürdürülebilmesinde ve stresle mücadele edilebilmesinde serbest zaman uygulamalarının oldukça önemli birer faktör olduğunu söylemektedir(Coleman.1993; Iso-Aholo ve Park,1996; Iwasaki ve Smale. 1998,Patterson ve Coleman,1996).Bu inancı destekleyen kanıt ise serbest zamanın stresle başa çıkmadaki etkisi, sağlığın devamı ve geliştirilmesine yardımcı önemli bir faktör oluşu fikridir(Iwasaki ve Mannell,2000).

Bu sistematik kavramsallaştırma, yani serbest zamanın stresi önleyici, azaltıcı etkisi, psikoloji literatürüyle de paralellik göstermektedir.literatürden çıkan ana temalardan biri, serbest zaman duygu odaklı önleyici özelliğiyle motivasyonel özellikleriyle rahatlama, tatmin, hayatın gerçeklerinden bir nebze kaçma ve bağımsızlık gibi özellikleriyle bu süreçte faydalı olabilmektedir (Iwasaki ve Schneider,2003). Yine aynı şekilde önleyici stratejiler arasında bir ayırt edinin yapıldığında, serbest zaman destekleyici

ve sosyalleştirici özelliğiyle önleyici kaynak olarak da faydalıdır. Serbest zaman insanlara arkadaşlık ve dostluk özelliklerini geliştirdiği bir saha hizmeti sunar(Coleman ve Iso Aholo,1993).Araştırmacılar (Iwasaki ve Mannell,2000; Iwasaki ve Schneider,2003) genel olarak serbest zamanın koruyucu rolü üzerinde odaklanan çalışmaları vurgulamıştır. Bu yazarlara göre serbest zamanın iki koruyucu özelliğinden bahsedilmiştir. İlki sosyal destek sağlaması, ikincisi kendi hür iradesini ortaya koyabilme inancı (self determinasyon) üzerindeki artırıcı etkisidir.Huang ve Carleton(2003) üniversite öğrencilerine yaptıkları bir çalışmada rekreasyonel aktivitelere katılımın gençlerin yaşam doyumunu artırdığını belirlemişlerdir.

Rekreasyon hem kişisel gelişim, hem de kültürel ve sosyal anlamda değişimler geçiren topluma bütünleşme anlamında gençlere katkı sağlamaktadır. Aksi takdirde topluma bütünleşemeyen, büyüklerin dünyasında kendine yer edinemeyen ve kendine uygun olan toplumsal rolü yerine getiremeyen gençler yasadışı, istenmeyen gruplara üye olabilmekte ve genel kabul görmeyen davranışlar sergileyebilmektedir(Kılbaş, 2004). Rekreasyon bireylerin ve toplumun iyiliği için yüksek ahlaki ve toplumsal değerlerle sıkı sıkıya bağlıdır (Torkildsen,1993).

Rekreasyon, hem yaşam içerisinde karşılaşılan birçok zorluktan uzaklaştıran hem de kişisel gelişimi etkileyici özelliğiyle, bireylerin kendi iç dünyalarını, sosyokültürel uyum sürecini ve de çevresel ilişkilerini olumlu anlamda etkilemektedir (Axelsen, 2009; Party vd., 2009; Şener vd., 2007). Rekreasyon, serbest zaman tutumu ile ilgili zihinsel bir eğilim olarak tanımlanmıştır. Rekreasyonun hayat tatmini, olumlu kişilik oluşumu, yaratıcılık, adil mücadele, zihinsel kapasite, fiziksel denge, sosyalleşme vb. kişisel gelişimi etkileyen birçok faktör üzerinde doğrudan bir etkisi vardır(Mayer ve Brightbill, 1964).

Gray ve Palegrino (1973) da aynı şekilde rekreasyonu yaşamsal doyum hissi içeren duygusal bir durum olduğunu ve üstünlük, başarı, mutluluk, neşe, sorumluluk, kişisel değer vb. duygularla bütünleştiği ifade etmişlerdir.

## ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Araştırma Ankara ilinde 15-25 yaş arası eğitim çağındaki gençler üzerine gerçekleştirilmiştir. Veri toplama kaynağı olarak anket kullanılmıştır. Anket lise ve üniversite çağındaki gençler üzerinde yapılmıştır. Zaman ve kaynak sıkıntısı nedeniyle araştırma 300 öğrenciyle sınırlandırılmıştır. Anketin ilk bölümü; yaş, eğitim durumu, cinsiyet,

boş zaman etkinliklerine kimlerle katıldıkları, katılım şekilleri ve katılım türleri gibi soruları içermektedir, ikinci kısım ise 5'li Likert ölçeğiyle hazırlanmış olan boş zamanlarda gerçekleştirilen çeşitli rekreatif etkinliklere katılım sıklığını (Kalkan, 2012) belirlemektedir.

**H<sub>1</sub>:** Katılımcıların eğitim durumu ile rekreasyon etkinliklerine kimlerle katıldığına ilişkin anlamlı bir farklılık vardır

**H<sub>2</sub>:** Katılımcıların cinsiyete göre sporif rekreasyon etkinlik türlerine katılımlarında anlamlı bir farklılık vardır

**H<sub>3</sub>:** Katılımcıların cinsiyete göre rekreatif faaliyetlere katılım sıklığı arasında anlamlı bir farklılık vardır.

**H<sub>4</sub>:** Katılımcıların eğitim durumlarına göre rekreatif faaliyetlere katılım sıklığı arasında anlamlı bir farklılık vardır.

Hipotezlerin analizinde bağımsız t testi ve ki kare testi uygulanmıştır. İstatistikler SPSS v.19 programıyla gerçekleştirilmiştir.

## BULGULAR

Araştırma verileri karşılıklı görüşme tekniğiyle elde edilmiştir. Araştırmada 100 lise ve 200 üniversite öğrencisine ulaşılmıştır. 300 anketin tamamı değerlendirme için uygun bulunmuştur.

**Tablo1.** Katılımcıların Demografik Tanımlayıcı Bilgileri

Cinsiyet	n	%
Erkek	114	38,2
Kadın	186	62,2
Yaş		
15-19	124	41,3
20-25	176	58,7
Eğitim Durumu		
Lise	100	33,3
Üniversite	200	66,7

Tablo 1'e bakıldığında; Katılımcılar cinsiyete göre %38,2 erkek ve %62,2 kadın olarak belirlenmiştir. Yaş grubu olarak katılımcıların %41,3'ü 15-19 yaş aralığında ve %58,7'si ise 20-25 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Eğitim durumuna göre ise katılımcıların %33,3 lise öğrencisi iken %66,7'si üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır.

**Tablo 2.** Gençlerin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Şekli ve Türü

### Katılım Şekli Katılım Türü

	Aktif	Pasif	Bireysel	Grup	Org.
<b>Erkek</b>	76 (%66,7)	38 (%33,3)	32 (%28,1)	68 (%59,6)	14 (%12,3)
<b>Kadın</b>	115 (%61,8)	71 (%38,2)	45 (%24,2)	116 (%62,4)	25 (%8,3)

Tablo 2 de görüldüğü gibi her iki cinsiyet grubunun rekreasyon faaliyetlerine büyük oranda aktif şekilde katıldıkları görülmektedir. Erkeklerin %76,7'si rekreatif faaliyetlere aktif bir şekilde katılırken kadınların da %61,8'i rekreatif etkinliklere aktif bir şekilde katılmaktadır. Cinsiyete göre rekreasyon faaliyetlerine katılım türü ise daha çok grup halinde gerçekleşmektedir. Erkeklerde %59,6, kadınlarda ise %62,4 oranında katılımlar grup halinde gerçekleşmektedir. Her iki cinsiyet grubunda organizasyonel rekreasyon faaliyetlerine katılım şekli düşüktür. Organizasyonel katılım erkeklerde %12,3, kadınlarda ise %8,3 oranında gerçekleşmektedir.

**Tablo 3.** Gençlerin İkame Biçimleri

	Aileyle	Evde yalnız	Ark. evde	Yurtta	Toplam
<b>Lise</b>	82 (82,0%)	0 (%0)	2 (%2,0)	16 (%16,0)	100,0%
<b>Üni.</b>	81 (40,5%)	11 (5,5%)	56 (28,0%)	52 (26,7%)	100,0%

Tablo 3'e bakarak gençlerin eğitim aldıkları il içerisinde nerede ve ya kimlerle kaldıkları görülmektedir. Sonuçlar ki kare testiyle elde edilmiş ve eğitim durumlarına göre gençlerin ikame şekillerinde anlamlı fark olduğu gözlemlenmiştir ( $p < 0,05$ ). Bu beklenen bir durumdur. Üniversite öğrencilerinin %40,5'i aileleriyle birlikte kalırken lise öğrencilerinde bu oran %82 şeklindedir. Türkiye'de son yıllarda gerçekleşen ve her ile en az bir üniversite projesiyle artık üniversite çağındaki gençlerde buldukları illerde eğitim alabilmekte olmakla beraber, gençlerin arzu ettikleri bölüm, üniversite, şehir veya üniversite sınavlarından aldıkları puanlar vb. etmenlerin de etkisiyle genelde üniversite eğitimi kişinin yaşadığı şehir dışında gerçekleşmektedir. Lise öğrencilerinde de aynı şekilde beklenen bir sonuç çıkmıştır ve yüksek oranda aileleriyle ikame ettikleri görülmektedir. Üniversite öğrencilerinde %5'lik bir oranla en düşük ikame şekli evde yalnız biçimindedir. Burada ekonomi faktörünün etkisi olduğu

düşünülmektedir. Lise öğrencilerinde ise %0 yani hiçbir lise öğrencisi evde yalnız kalmamaktadır. Sahip oldukları yaş aralığı bu şekil bir ikame şekline uygun düşmemektedir.

**Tablo 4.** Gençlerin Boş Zaman Etkinliklerine En Çok Kimlerle Katıldığı

	Yalnız	Ailemle	Arkadaşlarıyla	Toplam
Lise	36	15	49	100
Yüzde	36,0	15,0	49,0	100,0
Üniversite	21	23	156	200
Yüzde	10,5	11,5	78,0	100,0
Toplam	57	38	205	300
Yüzde	19,0	12,7	68,3	100,0

$\chi^2$  Value= 31,366 p: < 0,000

Ki Kare testi ile oluşturulan Tablo 4'ten görüldüğü üzere toplam katılımcıların %68,32'ü rekreatif etkinliklere arkadaşlarıyla katıldıklarını belirtmiştir, %19'ü rekreatif etkinliklere yalnız katıldığını, katılımcıların %12,7'si ise rekreatif faaliyetlere aileleriyle birlikte katıldıklarını belirtmiştir. Eğitim bazlı bakıldığında lise öğrencilerinin %49'u, üniversite öğrencilerinin ise %78'i rekreatif faaliyetlere arkadaşlarıyla katıldıklarını belirtmiştir. Ki Kare değerine bakarak ( $p < 0,000$ )  $H_1$  kabul edilmiştir.

**Tablo 5.** Gençlerin En Çok Katıldıkları Sportif Rekreasyon Türü

	Handbol	Basketbol	Voleybol	Kayak	Futbol	Yüzme	Tenis	Toplam
Erkek	6	17	7	4	49	21	5	109
Yüzde	5,5	15,6	6,4	3,7	45,0	19,3	4,6	100
Kadın	13	11	55	6	5	33	16	139
Yüzde	9,4	7,9	39,6	4,3	3,6	23,7	11,5	100
Toplam	19	28	62	10	54	54	21	248
Yüzde	7,7	11,3	25,0	4,0	21,8	21,8	8,5	100

$\chi^2$  Value= 83,296 p<0,000

Ki Kare testine göre oluşturulan tablo 5'ten görüldüğü üzere toplam 248 katılımcı sportif rekreasyon katılım durumlarını belirtmiştir, geriye kalan 52 katılımcı anketteki bu soruyu işaretlememiştir, 52 kişi kayıp (missing) değer olarak toplam 248 kişi üzerinde bu analiz yapılmıştır. Tabloda ülkemizde yaygın olarak yapılan 7 spor dalı belirlenmiş ve katılımcıların cinsiyete göre bu spor dalları üzerinden en çok katıldıkları sportif rekreasyon türü tespit edilmiştir. Tablodan görüldüğü üzere, erkek

katılımcıların %45'i en çok katıldıkları sportif rekreasyon türünü futbol olarak belirtmiştir, kadınların ise %37,6'sı en çok katıldıkları sportif rekreasyon türünü voleybol olarak belirtmiştir. Her iki cinsiyet içinse kayak sporu en az tercih edilen sportif rekreasyon türü olarak belirlenmiştir.  $H_2$  kabul edilmiştir. Cinsiyete göre sportif rekreasyon türlerine katılım arasında anlamlı bir farklılık vardır.

**Tablo 6.** Gençlerin Cinsiyete Göre Rekreatif Faaliyetlere Katılım Sıklığı

	n	Ort.	s.s	T Test	p
Kitap, dergi, gazete okurum**	114(E)	3,32	1,50	3,457	,001
	186(K)	3,76	1,09		
Doğa sporları etkinliklerine katılım**	114(E)	2,74	1,34	4,854	,000
	186(K)	2,07	1,02		
Sosyal faaliyetlere katılım	114(E)	3,47	1,07	-,081	,935
	186(K)	3,48	1,04		
Sinema ve tiyatroya giderim	114(E)	3,25	1,06	-,484	,629
	186(K)	3,31	1,04		
Bilimsel ve kültürel faaliyetlere katılım	114(E)	2,68	1,05	,327	,744
	186(K)	2,63	1,05		
Canlı olarak spor müsabakalarını izlerim**	114(E)	3,38	1,32	8,834	,000
	186(K)	2,09	1,16		
Bağ-bahçe işleriyle uğraşırım	114(E)	2,38	1,28	1,477	,141
	186(K)	2,16	1,22		
Yürüyüş yaparım	114(E)	3,65	1,19	1,563	,119
	186(K)	3,44	1,12		
Spor yaparım**	114(E)	3,91	1,06	6,013	,000
	186(K)	3,10	1,18		
Müzik dinlerim	114(E)	4,22	1,02	,122	,903
	186(K)	4,20	1,03		
Televizyon izlerim	114(E)	3,57	1,25	,938	,349
	186(K)	3,43	1,25		
Eğlence yerlerine giderim	114(E)	3,28	1,32	1,079	,282
	186(K)	3,11	1,30		
Alışveriş yaparım	114(E)	3,32	1,04	-,2210	,028
	186(K)	3,59	1,05		
Kafeye giderim	114(E)	3,37	1,20	,590	,556
	186(K)	3,45	1,17		
Bilgisayar oyunları oynarım**	114(E)	3,34	1,38	5,995	,000
	186(K)	2,37	1,35		
İnternette gezinirim	114(E)	3,83	1,11	,557	,578
	186(K)	3,76	1,14		

Bağımsız t testi ile oluşturulan Tablo 6'ya bakarak cinsiyete göre bazı rekreatif etkinliklere katılımında anlamlı bir farklılık oluşmaktadır. Tablodan görüldüğü üzere cinsiyete göre; kitap, gazete, dergi okuma, doğa sporları etkinliklerine katılım, canlı spor müsabakaları izleme, spor yapma, sanal ortamda oyun oynama ve bilgisayar oyunları oynama sıklığı arasında anlamlı bir farklılık varken ( $p<0,05$ ), diğer etkinliklere katılımında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.  $H_3$  kısmen kabul edilmiştir. Tabloda kısmen kabul edilmiş etkinliklere bakılırsa; Kitap, dergi, gazete okuma sıklığı kadınlarda (3,76) erkeklere oranla (3,32) daha fazladır ( $p<0,05$ ). Doğa sporları etkinliklerine katılım oranı erkeklerde (2,74) kadınlara (2,07) göre daha fazladır ( $p<0,05$ ). Canlı spor müsabakaları izleme sıklığı erkeklerde (3,38) kadınlara göre (2,09) daha fazladır ( $p<0,05$ ). Spor yapma sıklığı erkeklerde (3,91) kadınlara göre (3,10) daha fazladır ( $p<0,05$ ). Yine bilgisayar oyunları oynama sıklığı erkeklerde kadınlara göre daha fazladır. Bu etkinliklere katılım cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 7.** Gençlerin Eğitim Durumuna Göre Rekreatif Faaliyetlere Katılım Sıklığı

	n	Ort.	s.s	T Test	p
Kitap, dergi, gazete okurum**	100(L)	3,32	1,16	3,062	,002
	200(Ü)	3,73	1,03		
Doğa sporları etkinliklerine katılım**	100(L)	2,95	1,37	6,681	,000
	200(Ü)	2,01	,96		
Sosyal faaliyetlere katılım	100(L)	3,85	1,12	4,426	,000
	200(Ü)	3,30	,97		
Sinema ve tiyatroya giderim	100(L)	3,47	1,19	2,180	,030
	200(Ü)	3,19	,96		
Bilimsel ve kültürel faaliyetlere katılım	100(L)	2,67	1,19	,232	,817
	200(Ü)	2,64	,98		
Canlı olarak spor müsabakaları nı izlerim**	100(L)	3,20	1,38	5,831	,000
	200(Ü)	2,27	1,25		
Bağ-bahçe işleriyle uğraşırım	100(L)	2,28	1,28	,352	,725
	200(Ü)	2,23	1,22		
Yürüyüş yaparım	100(L)	3,74	1,20	2,393	,017
	200(Ü)	3,41	1,11		
Spor yaparım**	100(L)	4,17	1,02	8,864	,000
	200(Ü)	3,03	1,10		
Müzik dinlerim	100(L)	4,43	,98	2,648	,009
	200(Ü)	4,10	1,03		
Televizyon	100(L)	3,98	1,12	5,041	,000

izlerim	200(Ü)	3,24	1,24		
Eğlence yerlerine giderim	100(L)	3,72	1,19	5,314	,000
	200(Ü)	2,91	1,28		
Alışveriş yaparım	100(L)	3,52	1,11	,386	,700
	200(Ü)	3,47	1,02		
Kafeye giderim	100(L)	3,56	1,20	1,451	,148
	200(Ü)	3,35	1,16		
Bilgisayar oyunları oynarım**	100(L)	3,42	1,49	6,126	,000
	200(Ü)	2,40	1,29		
İnternette gezinirim	100(L)	3,96	1,26	1,180	,061
	200(Ü)	3,70	1,05		

Bağımsız t testi ile oluşturulan tablo 7'ye bakarak eğitim durumuna göre bazı rekreatif etkinliklere katılımında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Tablodan görüldüğü üzere eğitim durumuna göre kitap, dergi, gazete okuma, doğa sporları etkinliklerine katılım, sosyal faaliyetlere katılım, canlı spor müsabakaları izleme, spor yapma, televizyon izleme, eğlence yerlerine gitme, bilgisayar oyunları oynama sıklığı arasında anlamlı bir farklılık varken ( $p<0,05$ ), diğer etkinliklere katılımında anlamlı bir farklılık gözükmemektedir.  $H_4$  kısmen kabul edilmiştir. Eğitim durumuna göre anlamlı farklılık gösteren etkinliklere katılımında, üniversite öğrencilerinin (3,73) lise öğrencilerine göre (3,32) kitap dergi ve gazete okuma sıklığı daha fazladır ( $p<0,05$ ). Doğa sporlarına katılımında lise öğrencileri(2,95), üniversite öğrencilerine göre (2,01) daha fazla katılım göstermektedir ( $p<0,05$ ). Sosyal faaliyetlere katılımında lise öğrencileri (3,85) üniversite öğrencilerine göre (3,80) daha fazla katılım sergilemektedir ( $p<0,05$ ). Yine sırasıyla lise öğrencilerinin canlı spor müsabakaları izleme (3,20), spor yapma (4,17), televizyon izleme (3,98), eğlence yerlerine gitme (3,72), bilgisayar oyunları oynama gibi etkinliklere katılım sıklıkları üniversite öğrencilerine göre daha fazladır. Bu etkinliklere katılım eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir ( $p<0,05$ ).

## SONUÇ

Bulgular kısmında görüldüğü üzere erkek katılımcılar fiziksel aktivite gerektiren rekreatif etkinliklere katılımında kadın katılımcılara oranla daha fazla iştirak göstermektedir. Doğa sporlarına katılım ve spor yapma sıklıklarında erkek ve kadın katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık vardır. Yine aynı şekilde anlamlı farklılık olmasa da erkek katılımcıların yürüyüş yapmak (3,74), bağ bahçe işleriyle uğraşmak(2,28) gibi fiziksek aktivite gerektiren rekreatif etkinliklere katılım

oranı kadınlardan daha yüksektir. Bu sonuçlar erkeklerin sportif serbest zaman değerlendirme alışkanlıklarının kadınlara oranla daha yüksek olduğu bilgisini vermektedir.

Mevcut çalışmanın bulguları Yıldırım vd.'nin (2006) "Üniversite Öğrencilerinin Spora Bakış Açıları ve Spor Yapma Durumu" adlı çalışmalarıyla örtüşmektedir. Bu çalışmada kadınların spor etkinliklerine katılmalarının erkeklere oranla düşük olduğunu gözlemlenmiştir, aynı zamanda kadınların kitap, dergi okuma sıklığının erkeklere oranla yüksek olduğu ve anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Bu noktada mevcut çalışmayla sonuçlar örtüşmektedir. Arslan vd. (2009) "Üniversite Öğrencilerinin Okuma Alışkanlıklarının Belirlenmesi" adlı çalışmalarında da aynı sonuca ulaşılmıştır.

Aynı zamanda çalışma kadın ve erkek açısından en çok tercih edilen sportif rekreasyon türünü de belirlemektedir. Buna göre erkekler %45'lik bir oranla futbol oynadıklarını belirtirken, kadın katılımcılar %39,6'lık bir oranla voleybol oynadıklarını belirtmiştir. Her iki cinsiyet grubu içinde kayak en az tercih edilen spor türü olmuştur. Mevcut çalışmanın bulguları Balcı vd. yaptıkları çalışmayla benzerlik göstermektedir. Kayak sporunun en az tercih edilmesinde hem sezonluk bir spor olması, hem profesyonellik ve özel ekipman gerektirmesi gibi kısıtlayıcıların etkisi olduğu söylenebilir.

Mevcut çalışmadaki bulgulara bakarak eğitim durumu ve buna paralel olarak yaş faktörü rekreasyonel faaliyetlere katılımı belirgin rol oynadığı görülmektedir. Tablo 7'ye bakılarak bu farklılaşmalar görülebilir.

Tabloya 7'ye bakarak üniversite öğrencilerinin en sık yaptıkları rekreatif etkinliğin müzik dinlemek (4,10) olduğu görülmekteyken, en az yaptıkları rekreatif etkinlik ise doğa sporlarına katılım şeklindedir. Lise öğrencilerinde ise en sık yapılan rekreatif etkinlik müzik dinlemekken, en az yapılan etkinlik ise bağ-bahçe işleriyle uğraşmak (2,28) şeklindedir. Buradan da görüldüğü gibi müzik dinlemek her iki grup içinde en sık yapılan etkinliktir. Üniversite öğrencileri doğa sporları etkinliklerine en az katılması, artan kentleşme, kırsal alanların azalması veya kırsaldan uzaklaşma gibi modern toplumun özelliklerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Aynı şekilde lise öğrencilerinin bağ-bahçe işleriyle ilgisinin az olması hem modern toplumun özelliğinden hem de yaş grubunun getirdiği özelliklerden kaynaklanabileceği öngörülmüştür. Bir bütün olarak tüm katılımcıların rekreatif etkinliklere katılım sıklığına frekans analiziyle baktığımızda

katılımcıların 4,21 ortalama ile en sık müzik dinlemekte olduğu ve 2,24 ortalama ile en az bağ-bahçe işleriyle ilgilenmekte olduğu görülmüştür

Katılımcıların çoğu (%68,3) rekreasyonel faaliyetlere arkadaşlarıyla katıldıklarını belirtmiştir. Bu sonuç Sabbağ ve Aksoy (2011) ile Tunçkol ve Çumralıgil'in (2005) çalışmalarıyla uyum içindedir. Bu sonuç rekreatif etkinliklerin sosyalleştirici özelliğiyle de örtüşmektedir.

Eğitim öğretim çağındaki gençlerin, ders dışı zamanlarını verimli bir şekilde geçirmelerinde rekreatif faaliyetlerin önemi büyüktür. Günümüzde lise ve üniversite eğitimindeki gençler rekabetin çok olduğu sınavlara (YGS, LYS, KPSS, ALES vb.) yoğun bir şekilde hazırlanmaktadır, bu sınavlara katılım oranı oldukça yüksek vesnavlarda sorumlu olunan dersler ve konular da oldukça yoğundur. Dolayısıyla bu hazırlık süreci, gençlerde stres faktörünün ortaya çıkmasını hızlandırabilir. Rekreatif etkinlikler bireylerde, yenilenme, dinlenme, rahatlama, haz, sosyalleşme vb. ihtiyaçları karşılar. Rekreatif faaliyetlerin stres üzerindeki azaltıcı ve yok edici özelliğinden birçok çalışmada bahsedilmiştir. Bu literatürden çıkan yaygın temalardan biri serbest zamanın stresi azaltmadaki potansiyel etkisidir (Coleman,1993; IsoAholo ve Coleman,1993; IsoAholo,1989).Dolayısıyla bu gençleri stres faktöründen uzaklaştırmak için rekreatif etkinliklere katılmaları teşvik edilmeli, rekreatif ihtiyaçları belirlenmeli ve rekreatif eğilimleri tespit edilerek bu doğrultuda planlamalar yapılmalıdır.

#### KAYNAKÇA

- Axelsen M. (2009). The power of leisure: I was an anorexic; I'm now a healthy triathlete, *Leisure Sciences*. 31, p. 330-346
- Arslan, Y., Çelik, Z., Çelik, E. (2009), Üniversite öğrencilerinin okuma alışkanlıklarına yönelik tutumların belirlenmesi, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Vol,26. s. 113-124
- Balcı, V., Aydın, İ. (2006), Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeyinin belirlenmesi, *Sportmetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, Vol. IV/1, p.16
- Coleman, D. (1993) Leisure based social support, leisure dispositions and health, *Journal of Leisure Research*, 25, 35-43
- Coleman, D., IsoAholo, S. (1993). Leisure and health: the role of social support and sel

- determination. *Journal of Leisure Research*, 25, 11-28.
- Charles B. (1960), The challenge of leisure engle wood cliffs, NJ: PrenticeHall, p.4
- George D. Butler (1976), Introduction to community recreation, 5<sup>th</sup>. Ed., New York: McGraw-Hill, p.50
- Gray, D., Pelegrino, D.(1973). Recreation on the recreation and park movement, William C. Brown, Dubuque, Iowa, p. 7.
- Huang CY. Carleton B. (2003). The relationships among leisure participation, leisure satisfaction, and life satisfaction of collegestudents in Taiwan, *Journal of Exercise Science and Fitness*, 1(2), p.129-132
- Iso-Aholo, S. E (1994). Leisure life style and health.Compton,M. veIso-Aholo, S.E. (editörler). Leisure Mental Health, UT: Family Development Resources, s. 42-60.
- Iso-Ahola, S.E., Park, C. J. (1996). Leisure-related social support and self-determination as buffers of stress -illness relationships, *Journal of Leisure Research*, 28, 169-187
- Iwasaki, Y., Mannell, R. (2000). Hierarchical dimensions of leisure stress coping. *Leisure Sciences*, 22(3), 163-181.
- Iwasaki, Y., Schneider, I. E. (2003). Leisure, stress and coping: an evolving area of inquiry. *Leisure Sciences*, 25, 107-113.
- Kılbaş Köktaş Ş., (2004), Rekreasyon serbest zamanı değerlendirme, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara
- Kelly ,J. R, (1990). Leisure second edition, Prentice Hall International, New Jersey, p.46-48
- Kalkan, A. (2012). Açık alan rekreasyonu doğa sporları yapan bireylerin bu sporları yapma nedenleri: Antalya örneği, Yayınlanmamış *Yüksek Lisans Tezi*, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yöneticiliği, Antalya, s.131
- Lobo, F. (2006). The work-leisure paradigm: The stress and strains of maintaining a balanced lifestyle. *World Leisure*, 43(3), 21-32.
- M. H. Neumejerand, E. Neumejer (1958). Leisure and recreation, New York: Ronald Press, p.22
- Müderrişoğlu H.,Uzun S. (2004). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Orman Fakültesi öğrencilerinin rekreasyon eğilimleri, *Süleyman Demirel Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, Vol. A, No.2, s.108-120
- Meyer, H. D., Brightbill, C. K. (1964). Community recreation, Prentice Hall, Engle wood Cliffs, Np.50
- Patry D. A, Blanchard C. M, Mask L. (2007). Measuring university students' regulatory leisure coping styles: planned breathesora voidance? *Leisure Sciences*, 29,p. 247–265.
- Patterson,I., Coleman, D.(1996). The impact of stress on different leisure dimensions, *Journal of Applied Recreation Research*, 21, 243-263.
- Şener A, Terzioğlu R. G, Karabulut E. (2007). Life satisfaction and leisure activities during men'sretirement: a Turkish sample. *Agingand Mental Health*, 11 (1), p. 30–36.
- Tunçkol, H.M., Çumralıgil, B.(2005). Selçuk Üniversitesindeki akademik personelin rekreasyon faaliyetlerinin değerlendirilmesi, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(4), 45-51.
- Yıldırım, D. A, Ramazanoğlu, F., Uçar, Ü., Tuzcuoğulları, T.Ö, Demirel, E. Ö. (2006). Üniversite öğrencilerinin spora bakış açıları ve spor yapma durumu, *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, s.49-53