

## 15-19 Yaş Karate Sporcularının Serbest Zaman Doyum Düzeylerinin İncelenmesi

Murat ÇELEBİ<sup>1</sup>

Tayfun KAYA<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Sorumlu yazar, Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, [mcelebi@bartin.edu.tr](mailto:mcelebi@bartin.edu.tr)

<sup>2</sup> Cemil Meriç Anadolu Lisesi, Ankara

### Özet

Bu araştırma, ortaöğretimde öğrenim gören 15-19 yaş karate sporcularının serbest zaman doyum düzeylerinin cinsiyet, yaş ve spor yapma süresine göre incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu tesadüfi örneklem yöntemiyle belirlenen 114 erkek ve 146 kadın olmak üzere 260 katılımcı oluşturmuştur. Çalışmada veri toplama araçları olarak Serbest Zaman Doyum Ölçeği Türkçe formu kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde Windows için SPSS 22 paket program kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler normal dağılım göstermediği için 95% güven aralığında Mann Whitney U ve Kruskall Wallis non parametrik testleri kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre sporcuların serbest zaman doyum düzeylerinde cinsiyet, yaş ve spor yılı değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ).

**Anahtar Kelimeler:** Karate, serbest zaman doyum, sporcu öğrenci

## Investigation of the Leisure Satisfaction of 15-19 Age Karate Athletes

### Abstract

This study aimed to analyze leisure satisfaction of 15-19 age student karate athletes according to gender, age and year of doing sports. The study sample consisted of 114 male and 146 female students. The participants were chosen according to simple random sampling method. In the study to collect data Turkish version of the leisure satisfaction scale was used. SPSS 22.0 was used to analyze the data. In the analyzes of the data as the data did not show normal distribution Mann Whitney U and Kruskall Wallis tests were used at 95% confidence level. According to analyze results, leisure satisfaction of the participants did not show any significant difference according to gender, age and year of doing sports ( $p>0.05$ ).

**Key Words:** Karate, leisure satisfaction, student athlete

## SUMMARY

**Introduction:** Satisfaction in its most general form can be defined as a state of satisfaction, state or continuity, which is defined as the sum of the values that individuals feel when their expectations are met (Ardahan & Yerlisu Lapa, 2010). Satisfaction is the provision of motivations, needs and expectations (Siegenthaler & O'Dell, 2000). So, leisure satisfaction can be described as the satisfaction from leisure time activities and when the literature is examined we can see that the studies of Beard and Ragheb (1980) pioneered the field. According to Beard and Ragheb (1980), leisure satisfaction has a multi-dimensional structure. These dimensions are psychological, educational, social, relaxation, physiological and aesthetic satisfaction. The psychological dimension is the dimension that expresses the satisfaction that enables self-expression, the sense of achievement, and internal motivation. The leisure attitudes that enable the individual's curiosity to emerge, provide him with experiences, and succeed in revealing the intellectual motivation and the satisfaction felt as a result of these are the educational dimension. The satisfaction achieved by a person in order to develop and maintain his freely chosen social relationships is explained as social satisfaction. Satisfaction gained for leisure time experiences that benefit relaxation, reduction of stress and desire to relax are included in the relaxation dimension. It is the dimension that encompasses physiological satisfaction resulting from leisure time experiences that provide physical regeneration and reveal health development. Satisfaction that can be achieved with free-time experiences that satisfy the spaces and the external environment are defined as aesthetic satisfaction (Kensinger, 2004, 39-40; Cheng et al., 2010; Sönmezoğlu et al., 2014). When studies on leisure satisfaction are examined it is seen that factors that generally affect or are related to leisure satisfaction have been examined. However, there is a lack of studies conducted on student athletes. **Aim:** So, present study aimed to analyze leisure satisfaction of 15-19 age student karate athletes' leisure satisfaction according to gender, age and year of doing sports. **Material and Method:** The study was designed as a cross sectional quantitative study. The study sample consisted of 260 student athletes. The participants were chosen according to simple random sampling method. In the study to collect data Turkish version of Beard and Ragheb's (1980) Leisure Satisfaction Scale was used. The scale was adapted into Turkish by Gökçe in 2008. The data were analyzed with SPSS 22.0 for Windows using Kruskal Walliss and Mann Whitney U test at 95% confidence level. **Results and Conclusion:** According to analyzed results no significant difference were found in the variable leisure satisfaction according to gender, age and year of doing sports ( $p>0.05$ ).

## 1. GİRİŞ

Kelime anlamı olarak zaman, olayların geçmişten günümüze kadar gelen, geleceğe yönelik birbirinin takibinde olan ve kesintisi olmayan bir süreç olarak tanımlanmıştır (Smith, 1998; Güçlü, 2001). Zaman kavramı, kişilerin kendilerini planlayabilmesi, var olan hayatlarını organize edebilmesi ya da organize ettiği planlara katılması anlamında kullanılır. Dolayısıyla da bireyin yaşantısında önemli bir yere sahiptir (Mirzeoğlu, 2003). Serbest zaman ise Amerikan Mesleki Terapi Derneği tarafından "sağlıklı ve iyi olmayı kazandıran faydalı eylemler" şeklinde tanımlanmıştır (Berger, 2011). İngilizce'de "serbest zaman" anlamına gelen "leisure", Latince'de ise "izin verilmiş olma" ya da "özgür olmak" gibi anlamlara gelen "licere"den üretilmiştir. Buna göre serbest zaman etkinlikleri ise bireylerin mecburi uğraşlarından olmayan ve kullanmada özgür oldukları serbest zamanlarında para kazanmak gibi bir amaç taşımadan kendine özgü hedef ve yöntemleri kullanarak kişisel tercihlere göre yapılan etkinliklerdir (Arslan, 2010).

Eski gelişmemiş topluluklarda çalışma için harcanan zaman günümüze göre daha uzun sürmekteydi ve serbest zaman açısından tam olarak bir ayırım söz konusu değildi. Çünkü bu topluluklarda iş ve serbest zaman iç içe geçmişti. Dolayısıyla böyle bir ortamda serbest zamanı yaşamın olağan ritminin bir bölümü olarak düşünmek mümkündür (Torkildsen, 2005, s.11). Fransa'da bir zamanlar serbest zaman

ve tatil günleri "ticaret düşmanı" görülerek yasaklanmaya çalışılmıştır. O zamanlarda serbest zaman, tembellik ile aynı anlamda görülmüştür (Karaküçük, 1997, s.36). Fakat geçmişte olduğunun aksine günümüzde serbest zamanlar değerli hale gelmiştir ve serbest zaman etkinliklerine katılmanın önemi hem bireyler hem de toplumlar tarafından anlaşılmıştır. Bireyler bu etkinliklere katılarak çeşitli doyumlar elde etmektedirler.

Doyum kavramı en genel haliyle bireylerin beklentilerinin karşılandığında hissettikleri değerlerin toplamına tanımlanan tatmin, durumluk ve süreklilik arz eden bir duygu durumu olarak tanımlanmıştır (Ardahan ve Yerlisu Lapa, 2010). Başka bir tanıma göre ise, bir olay karşısında dürtü, güdü, ihtiyaç ve beklenti gibi bir takım duygu durumlarının karşılanmasıdır. Bireyin beklentileriyle sahip oldukları arasındaki farklılık doyum düzeyini etkileyen bir durumdur. Yani söz konusu farklılığın az olması doyum seviyesinin yüksek olması anlamına gelmektedir (Beşikçi, 2016). Doyum, motivasyonların, gereksinimlerin ve beklentilerin sağlanmasıdır (Siegenthaler ve O'Dell, 2000). Serbest zaman doyumunu ise serbest zaman etkinliklerinden elde edilen doyum olarak algılanmaktadır.

Serbest zaman doyumunu üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde alana Beard ve Ragheb' in (1980) çalışmalarının öncülük ettiği söylenebilir. Beard ve Ragheb' e (1980)' e göre serbest zaman doyumunu çok boyutlu bir yapıya sahiptir. Bu boyutlar kısaca psikolojik, eğitim, sosyal, rahatlama, fizyolojik ve estetik doyum şeklindedir. Psikolojik boyut, kendini ifade edebilmeyi, başarıma duygusunu, içsel motivasyona sahip olmayı sağlayan doyumunu ifade eden boyuttur. Bireyin merakının ortaya çıkmasını sağlayan, ona tecrübeler sunan, entelektüel güdülemeyi ortaya çıkarmayı başaran serbest zaman tutumları ve bunların sonucunda hissedilen doyum, eğitim boyutudur. Kişinin serbestçe seçtiği sosyal ilişkilerini geliştirebilmek ve koruyabilmek için ulaştığı doyum sosyal doyum diye açıklanmaktadır. Rahatlama, stresin azalması, rahatlama isteğinde yarar sağlayan serbest zaman tecrübelerine yönelik kazanılmış olan doyumlar rahatlama boyutuna dâhildir. Fiziksel açıdan yenilenmeyi sağlayan, sağlık gelişimini ortaya çıkaran serbest zaman deneyimleri ile ortaya çıkan fizyolojik doyumunu kapsayan boyuttur. Mekânların ve dış çevrenin tatmin eden serbest zaman tecrübeleri ile sahip olunabilen doyumlar ise estetik doyum diye nitelendirilmektedir (Kensinger, 2004, s.39; Cheng ve ark., 2010; Sönmezoğlu ve ark., 2014).

Literatürde serbest zaman doyumuna ilişkin çalışmalar incelendiğinde genelde serbest zaman doyumuna etki eden veya ilişkili olan faktörlerin incelendiği görülmektedir. Örneğin Pearson' un (2008) yoğun çalışma temposuna sahip kadınların, serbest zaman doyumunu, iş doyumunu ve sağlık ilişkisini araştırdığı çalışma bulgularına göre kadınların iş doyumunu ve serbest zaman doyum düzeylerinin psikolojik sağlık durumları ile bağlantılı olduğu, ayrıca aşırı iş yükünün psikolojik rahatsızlıklar üzerinde etken olduğu, bunun da iş ve serbest zaman doyum düzeylerini etkilediği saptanmıştır. Ardahan ve Lapa (2010) tarafından 804 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada ise öğrencilerin cinsiyetlerine göre serbest-zaman doyum seviyesi ve alt boyutlarının arasında bir fark olmadığı, gelirlerine göre ise fark olduğu ortaya konulmuştur. Yani gelir düzeyi arttıkça serbest zaman doyumunun da arttığı görülmüştür. Beggs ve Elkins (2010) ise yapmış olduğu araştırmada yükseköğrenim öğrencilerinde serbest zaman doyum ve serbest zaman motivasyonu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucunu ortaya koymuşlardır. Pauperio ve ark. (2012) ise spor yapmanın bireylerde yaşamsal tatmin seviyesini arttırdığı ve spora katılan kişilerin yaşam tatmin düzeylerinde artma olduğunu ifade etmişlerdir. Kalfa (2017) ise çalışmasında spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin serbest zaman doyumlarında cinsiyet değişkenine göre eğitimsel doyum, sosyal doyum, rahatlama doyum ve estetik doyum alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edememiştir. Ancak psikolojik doyum ve fizyolojik doyum alt boyutlarında erkek katılımcıların daha fazla serbest zaman doyumuna sahip olduğunu ifade etmiştir. Yukarıda bahsi geçen çalışmalardan da anlaşılacağı üzere serbest zaman doyumunu inceleyen çalışmalarda farklı örneklem grupları kullanılmıştır. Fakat literatürde

karate gibi bir spor dalı ile ilgilenen erinlik veya ergenlik çağındaki gençlerin serbest zaman doyumunu inceleyen çalışmaların azlığı da göze çarpmaktadır. Dolayısıyla mevcut çalışmada 15-19 yaş arası karate sporcularının serbest zaman doyumlarının bireysel değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

## 2. MATERYAL VE METOT

### 2.1 Araştırma Modeli

Bu araştırma “ilişkisel tarama” modeli göz önünde bulundurularak tasarlanmıştır. İlişkisel tarama modeli “iki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkinin herhangi bir şekilde bu değişkenlere müdahale edilmeden incelendiği araştırmalardır” (Büyüköztürk ve ark., 2017).

### 2.2 Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen 114 erkek, 146 kadın toplam 260 karateci oluşturmaktadır. Katılımcıların çalışmaya dâhil edilebilmesi için orta öğrenimde okuyor olması ve lisanslı olarak karate yapıyor olması şartları aranmıştır. Çalışmada veriler katılımcılardan 2018-19 eğitim-öğretim yılında toplanmıştır.

**Tablo 1. Katılımcılara ait tanımlayıcı istatistikler**

Kişisel Bilgiler		F	%
Cinsiyet	Erkek	114	43,8
	Kız	146	56,2
Sınıf	9	108	41,5
	10	53	20,4
	11	53	20,4
	12	46	17,7
Yaş grubu	15	105	40,4
	16	55	21,2
	17	54	20,8
	18	32	12,3
	19	14	5,4
Spor Yapma Süresi	1 yıl	45	17,3
	2 yıl	42	16,2
	3 yıl	40	15,4
	4 yıl	38	14,6
	4+ yıl	95	36,5

### 2.3 Serbest Zaman Doyum Ölçeği

Serbest Zaman Doyum Ölçeği (Leisure Satisfaction Scale/LSS)’nin uzun formu Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilmiştir. Günümüzde kullanılan kısa form, uzun formun yerine 2002 senesinde Idyll Arbor, Inc tarafından orijinal ölçekten revize edilerek oluşturulmuştur. Toplamda 24 madde ve 6 alt boyutu vardır. Ölçek 5’li Likert tipindedir. Puanlaması, “Neredeyse hiç doğru değil”, “Nadiren doğru”, “Bazen doğru”, “Çoğu kez doğru”, “Neredeyse her zaman doğru” ifadelerine göre sırayla 1 ile 5 arasında puanlandırılmaktadır. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması Gökçe (2008) tarafından yapılmış olup ölçme aracının Türkçe geçerliliğine yönelik yapılan madde analizlerinde ölçeğin altı faktörlü yapısının doğrulandığına dair bulgulara ulaşılmıştır.

### 2.4 Verilerin Analizi

Veri analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Verilerin dağılımı One Sample Kolmogorov-Smirnov

testi ile değerlendirilmiş ve verilerin normal dağılım göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle hipotez testleri olarak non-parametrik analizler kullanılmıştır. Sporcuların cinsiyetlerine göre serbest zaman doyum düzeyleri arasındaki farklılıkların belirlenmesi için Mann Whitney U testi, yaş ve spor yapma sürelerine göre serbest zaman doyum düzeyleri arasındaki farklılıkların belirlenmesi için ise Kruskal Walliss H testi uygulanmıştır Yapılan tüm analizler için anlamlılık düzeyini  $p < 0,05$  olarak belirlenmiştir.

### 3. BULGULAR

Tablo 2. Sporcuların cinsiyetlerine göre serbest zaman doyum düzeylerinin karşılaştırılması

Alt boyut	Cinsiyet	N	X	Ss	Sıra ort.	Sıra top.	U	P
Psikolojik	Erkek	114	14,18	3,66	128,04	14596,0	8041,0	,639
	Kız	146	14,40	3,38	132,42	19334,0		
Eğitimsel	Erkek	114	14,74	3,43	122,70	13987,5	7432,5	,137
	Kız	146	15,28	3,27	136,59	19942,5		
Sosyal	Erkek	114	15,18	3,37	132,27	15078,5	8120,5	,737
	Kız	146	14,99	3,55	129,12	18851,5		
Fiziksel	Erkek	114	15,41	3,59	127,33	14516,0	7961,0	,546
	Kız	146	15,66	3,54	132,97	19414,0		
Rahatlama	Erkek	114	14,60	3,69	140,27	15990,5	7208,5	,063
	Kız	146	13,56	3,99	122,87	17939,5		
Estetik	Erkek	114	15,19	3,92	140,01	15961,5	7237,5	,070
	Kız	146	14,30	4,10	123,07	17968,5		
Toplam	Erkek	114	89,29	17,05	132,54	15110,0	8089,0	,698
	Kız	146	88,19	17,13	128,90	18820,0		

Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan sporcuların cinsiyetlerine göre serbest zaman doyum düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. [Sırasıyla psikolojik doyum ( $U=8041,0$ ;  $p > 0,05$ ), eğitimsel doyum ( $U=7432,5$ ;  $p > 0,05$ ), sosyal doyum ( $U=8120,5$ ;  $p > 0,05$ ), fiziksel doyum ( $U=7961,0$ ;  $p > 0,05$ ), rahatlama doyumunu ( $U=7208,5$ ;  $p > 0,05$ ), estetik doyum ( $U=7237,5$ ;  $p > 0,05$ ) ve genel serbest zaman doyum ( $U=8089,0$ ;  $p > 0,05$ )].

Tablo 3. Sporcuların yaşlarına göre serbest zaman doyum düzeylerinin karşılaştırılması

Alt boyut	Yaş grubu	N	X	Ss	Sıra ort.	$\chi^2$	P
Psikolojik	15	105	13,72	3,43	116,99	8,114	,087
	16	55	14,24	3,39	128,86		
	17	54	14,74	3,61	140,53		
	18	32	15,16	3,05	149,42		
	19	14	15,21	4,56	156,32		
Eğitimsel	15	105	14,83	3,33	124,84	5,586	,232
	16	55	15,25	3,65	139,95		
	17	54	14,61	3,32	117,95		
	18	32	15,53	3,19	142,30		
	19	14	16,36	2,44	157,21		
Sosyal	15	105	15,17	3,36	132,05	6,271	,180
	16	55	14,85	4,03	128,95		
	17	54	14,48	3,35	116,43		
	18	32	15,25	3,13	133,83		
	19	14	17,00	2,60	171,64		
Fiziksel	15	105	15,60	3,55	131,33	2,402	,662
	16	55	15,76	3,58	136,71		
	17	54	14,94	3,92	118,77		
	18	32	15,66	3,18	129,72		
	19	14	16,50	2,88	146,89		



Tablo 3. Sporcuların yaşlarına göre serbest zaman doyum düzeylerinin karşılaştırılması (devamı)

Alt boyut	Yaş grubu	N	X	Ss	Sıra ort.	$\chi^2$	P
Rahatlama	15	105	13,88	3,32	125,86	8,604	,072
	16	55	12,80	5,13	115,05		
	17	54	14,31	3,57	133,94		
	18	32	15,09	3,49	149,77		
	19	14	16,21	2,81	168,64		
Estetik	15	105	14,70	4,01	129,70	5,880	,208
	16	55	13,62	4,22	112,64		
	17	54	15,04	3,89	135,56		
	18	32	15,41	3,96	146,31		
	19	14	15,86	3,88	151,04		
Toplam	15	105	87,90	16,18	126,46	5,588	,232
	16	55	86,53	19,10	122,56		
	17	54	88,13	17,04	127,23		
	18	32	92,09	16,17	148,25		
	19	14	97,14	16,05	164,04		

Analiz sonuçları incelendiğinde sporcuların yaş gruplarına göre serbest zaman doyum düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. [Sırasıyla, psikolojik doyum ( $\chi^2=8,114$ ;  $p>0,05$ ), eğitimsel doyum ( $\chi^2=5,586$ ;  $p>0,05$ ), sosyal doyum ( $\chi^2=6,271$ ;  $p>0,05$ ), fiziksel doyum ( $\chi^2=2,402$ ;  $p>0,05$ ), rahatlama doyumunu ( $\chi^2=8,604$ ;  $p>0,05$ ), estetik doyum ( $\chi^2=5,880$ ;  $p>0,05$ ) ve genel serbest zaman doyum ( $\chi^2=5,588$ ;  $p>0,05$ )].

Tablo 4. Sporcuların spor yapma yıllarına göre serbest zaman doyum düzeylerinin karşılaştırılması

Alt boyut	Süre	N	X	Ss	Sıra ort.	$\chi^2$	P
Psikolojik	1 yıl	45	14,33	3,25	133,29	,696	,952
	2 yıl	42	14,48	4,01	133,95		
	3 yıl	40	13,90	3,61	122,30		
	4 yıl	38	14,24	3,32	128,39		
	4+ yıl	95	14,40	3,46	131,95		
Eğitimsel	1 yıl	45	14,40	3,35	116,88	2,654	,617
	2 yıl	42	15,40	3,65	141,33		
	3 yıl	40	14,85	3,17	126,21		
	4 yıl	38	15,21	3,52	133,11		
	4+ yıl	95	15,20	3,23	132,93		
Sosyal	1 yıl	45	14,36	3,26	113,66	3,629	,459
	2 yıl	42	15,62	3,60	142,77		
	3 yıl	40	15,00	3,68	131,06		
	4 yıl	38	14,97	3,80	128,13		
	4+ yıl	95	15,23	3,29	133,76		
Fiziksel	1 yıl	45	15,40	3,73	129,22	,539	,970
	2 yıl	42	15,45	3,74	128,10		
	3 yıl	40	15,30	3,34	124,98		
	4 yıl	38	15,61	3,49	130,66		
	4+ yıl	95	15,76	3,57	134,43		
Rahatlama	1 yıl	45	14,02	3,77	131,54	1,928	,749
	2 yıl	42	13,43	4,76	123,77		
	3 yıl	40	13,38	4,17	120,31		
	4 yıl	38	14,11	3,80	129,84		
	4+ yıl	95	14,51	3,41	137,53		
Estetik	1 yıl	45	14,40	4,26	124,99	,639	,959
	2 yıl	42	14,86	4,02	133,88		
	3 yıl	40	15,00	3,80	134,63		
	4 yıl	38	14,58	3,85	125,67		
	4+ yıl	95	14,67	4,19	131,81		

Analiz sonuçlarına göre sporcuların spor yaptıkları süreler göre serbest zaman doyum düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. [Sırasıyla psikolojik doyum ( $x^2=,696$ ;  $p>,05$ ), eğitimsel doyum ( $x^2=2,654$ ;  $p>,05$ ), sosyal doyum ( $x^2=3,629$ ;  $p>,05$ ), fiziksel doyum ( $x^2=,539$ ;  $p>,05$ ), rahatlama doyumunu ( $x^2=1,928$ ;  $p>,05$ ) ve estetik doyum ( $x^2=,639$ ;  $p>,05$ )].

#### 4. TARTIŞMA

Bu çalışmada ortaöğretim kademesinde öğrenim gören karate sporcularının serbest zaman doyum düzeylerinin cinsiyet, yaş ve spor yapma sürelerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların serbest zaman doyum düzeylerinde cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (tablo 2). Bu sonuç literatürde yapılmış bazı çalışmalar ile paralellik göstermektedir. Örneğin, Ardahan ve Yerlisu-Lapa (2010) ile Lu ve Hu (2005) öğrenciler üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarında cinsiyet faktörünün serbest-zaman doyumunu üzerinde herhangi bir farklılık yaratmadığını ifade etmişlerdir. Bu veriler ile birlikte literatürde serbest zaman tatmini ile cinsiyetin birbirleri ile farklılaştığını ortaya çıkartan çalışmalar da görüşmüştür. Örneğin Serdar (2016)'ın çalışmasında üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre serbest zaman etkinlikleri doyum düzeyinin psikolojik, eğitim, sosyal ve rahatlama alt boyutları anlamlı bir fark gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklılıkta, kadınların erkeklere oranla daha anlamlı puanlar elde ettiği sonucu görülmüştür. Sönmezoğlu ve ark. (2014) tarafından yapılan çalışmada da cinsiyet değişkenine göre serbest zaman doyum düzeyi alt boyutlarından psikolojik, eğitim, sosyal ve rahatlama alt boyutlarında anlamlı farklılıklar söz konusudur. Bahsi geçen çalışmada da kadınların erkeklere oranla daha anlamlı puanlar elde ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Kalfa' da (2017) yapmış olduğu çalışmasında öğrencilerin cinsiyet değişkeni ile serbest zaman doyum düzeyleri arasında psikolojik doyum ve fizyolojik doyum alt boyutlarında anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İlgili çalışmada psikolojik doyum ve fizyolojik doyum alt boyutlarında erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek doyum düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Henderson (1990), Moccia (2000) ve Culp (1998) tarafından yapılmış olan çalışmalarda da cinsiyete göre serbest zaman doyum düzeyinde anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Bu farklılık ise kadınların lehinedir.

Analiz sonuçları incelendiğinde katılımcıların yaşlarına göre serbest zaman doyum düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (tablo 3). Riddick (1986) tarafından yapılan bir araştırmada da yaş değişkenine göre serbest zaman doyumunda anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu çalışma sonucu ile çalışmamızın ulaştığı sonuç birbirini desteklemektedir. Fakat Kocaer' in (2018) çalışmasında öğretmen ve öğretmen adaylarının serbest zaman doyum düzeylerinde yaş değişkeni arasında anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öztaş' ın (2018) çalışmasında ise katılımcıların yaş değişkeninin serbest zaman doyum düzeyleri üzerindeki temel etkisinin istatistiksel açıdan anlamsız olduğu tespit edilmiştir. Fakat katılımcıların estetik alt boyutu puanlarının anlamlı şekilde 29 yaş ve üzeri katılımcıların lehine farklılık gösterdiği de ifade edilmiştir. Gökçe' nin (2008) yapmış olduğu çalışmada ise katılımcıların serbest zaman doyum ölçeğinin eğitimsel doyum, sosyal doyum alt boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Fakat psikolojik doyum, fizyolojik doyum, rahatlama doyum ve estetik doyum alt boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılıkların olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde yer alan çalışmaların farklı sonuçlar göstermesinin nedeninin çalışmalarda farklı örneklem gruplarının dolayısıyla da farklı yaş gruplarının tercih edilmesi olduğu düşünülmektedir.

Analiz sonuçlarına göre katılımcıların spor yapma sürelerine göre de serbest zaman doyum düzeylerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir (tablo 4). Kocaer (2018) tarafından yapılmış olan çalışmada da katılımcıların, serbest zaman doyumlarının spor yılına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu açıdan her iki çalışmanın spor yılına dair bulgusunun paralellik gösterdiği

---

söylenbilir.

## 5. SONUÇ

Sonuç olarak mevcut çalışmada 15-19 yaş arası karate sporu ile ilgilenen ortaöğrenim öğrencilerinin serbest zaman doyumlarının cinsiyet, yaş ve spor yılına göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

## 6. SINIRLIKLAR VE ÖNERİLER

Bu çalışma 15-19 yaş ile sınırlı tutulmuştur. Dolayısıyla daha geniş bir kitle ve 19 yaş üzerini de kapsayacak bir şekilde yapılması tavsiye edilmektedir. Ayrıca bireylerde serbest zaman doyumunun artırılması için onların iletişim becerilerinin geliştirilmesi sağlanabilir, öğrenciler açısından düşünüldüğünde klasik eğitim anlayışı terk edilerek öğrencinin öğretim ortamına aktif katılımı sağlanarak yaşayarak öğrenme benimsenebilir ve bireylerin sportif etkinliklere yönelmesi sağlanarak serbest zaman doyumlarının artması sağlanabilir.

## Açıklamalar

Bu çalışma 2019 yılında, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Ana Bilim Dalı'nda sunulan Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.

## Yazar Katkıları

Çalışmaya yazarlar eşit derecede katkı sağlamıştır.

## Çıkar Çatışması

Yazarlar çalışma ve yayımlanması konularında herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

## KAYNAKLAR

Ardahan, F., & Lapa Yerlisu, T. (2010). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin cinsiyete ve gelire göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 21(4), 129-136.

Arslan, S. (2010). *Yetişkin kent halkının belediyelerin serbest zaman eğitimi ile rekreasyon etkinliklerinin sunumuna ve yaşam kalitesine etkisine ilişkin görüşleri: Ankara büyükşehir belediyesi örneği* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20-33.

Beggs, B. A., & Elkins, D. J. (2010). The influence of leisure motivation on leisure satisfaction. *The Cyber Journal of Applied Leisure and Recreation Research*, 36.

Berger, S. (2011). The meaning of leisure for older adults living with vision loss. *OTJR: Occupation, Participation and Health*, 31(4), 193-199. <https://doi.org/10.3928/15394492-20101222-01>



Beşikçi, T. (2016). *Macera rekreasyonunda heyecan arayışı, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman tatmini arasındaki ilişkinin incelenmesi: Çok hafif hava araçları (ÇHHA) pilot örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.

Büyükoztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Demirel, F., Karadeniz, Ş., & Çakmak, E. K. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (23. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Cheng, E., Patterson, I., Packer, J., & Pegg, S. (2010). Identifying the satisfactions derived from leisure gardening by older adults. *Annals of Leisure Research*, 13(3), 395-419. <https://doi.org/10.1080/11745398.2010.9686855>

Culp, R. H. (1998). Adolescent girls and outdoor recreation: A case study examining constraints and effective programming. *Journal of Leisure Research*, 30(3), 356-379.

Gökçe H. (2008). *Serbest zaman doyumunun yaşam doyumu ve sosyo demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Anabilim Dalı, Denizli.

Güçlü, N. (2001). Zaman yönetimi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 25, 87-106.

Henderson, K. A. (1990). Anatomy is not destiny: A feminist analysis of the scholarship on women's leisure. *Leisure Sciences*, 12(2), 229-239. <https://doi.org/10.1080/01490409009513102>

Kalfa, S. (2017). *Spor bilimleri ve eğitim fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumu ve serbest zaman doyumunun incelenmesi (Uşak üniversitesi örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilim Dalı, Muğla.

Karaküçük, S. (1997). *Rekreasyon, boş zamanları değerlendirme, kavram kapsam ve bir araştırma*. Ankara: Seren Ofset.

Kensinger, K. M. (2004). *Leisure experiences of young adults with developmental disabilities: A case study* (Doktora tezi). University of Florida.

Kocaer, G. (2018). *Beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutum, serbest zaman ilgilenim ve rekreasyon faaliyetlerine yönelik fayda düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

Lu, L., & Hu, C. (2005). Personality, leisure experiences and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6, 325-342. Doi: 10.1007/s10902-005-8628-3

Mirzeoğlu, N. (Edt.) (2003). *Spor bilimlerine giriş*. Ankara: Bağırğan Yayınevi.

Moccia, F. D. (2000). Planning time: An emergent European practice. *European Planning Studies*, 8(3), 367-375.

Pauperio, T., Corte-Real, N., Dias, C., & Fonseca, A. (2012). Sport, substance use and satisfaction with life: What relationship?. *European Journal of Sport Science*, 12(1), 73-80. <https://doi.org/10.1080/17461391.2010.545836>

Pearson, Q. M. (2008). Role over load, job satisfaction, leisure satisfaction and psychological health among employed women. *Journal of Counseling and Development*, 86(1), 57-63. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2008.tb00626.x>

---

Öztaş, G. (2018). *Farklı kurumlarda çalışan memurların serbest zaman doyum ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi (Kırıkkale ili örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ağrı.

Riddick, C. C. (1986). Leisure satisfaction precursors. *Journal of Leisure Research*, 18, 259-265.

Serdar, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Siegenthaler, K. L., & O'dell, I. (2000). Leisure attitude, leisure satisfaction, and perceived freedom in leisure within family dyads. *Leisure Sciences*, 22(4), 281-296. <https://doi.org/10.1080/01490409950202302>

Smith, J. (1998). *Daha iyi nasıl zaman yönetimi* (Çev: A, Çimen). İstanbul: Timaş Yayınları.

Sönmezoğlu, U., Polat, E., & Aycan, A. (2014). Gençlik merkezi üyeleri ve bazı değişkenlere göre serbest zaman tatmin düzeyleri. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2(SI1), 219-229. <https://doi.org/10.14486/IJSCS91>

Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management* (5. Baskı). USA: Taylor and Francis.

**Makale Geliş :** 12.09.2020

**Makale Kabul :** 21.10.2020

#### **Açık Erişim Politikası**

Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.tr>