



Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Yönetimlerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

Mustafa Enes IŞIKGÖZ¹, Melike ESENTAŞ², Pınar GÜZEL GÜRBÜZ³

¹ Mardin Artuklu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mardin, Türkiye
<https://orcid.org/0000-0001-7804-1011>

² Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa, Türkiye
<https://orcid.org/0000-0001-8980-5662>

³ Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa, Türkiye
<https://orcid.org/0000-0001-5982-2816>

E-mail: pdgenes@gmail.com, melike.esentas@windowslive.com, pnrguzel@yahoo.com

Türü: Araştırma Makalesi (Alındı: 16.04.2021 - Kabul: 26.06.2021)

Öz

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin çeşitli değişkenlere göre boş zaman yönetimlerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Betimsel nitelikte olan bu araştırmanın çalışma grubunu üniversitelerin çeşitli fakülte/yüksekokullarında öğrenim gören ve araştırmaya gönüllü olarak katılan toplam 1894 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada veriler “Boş Zaman Yönetimi Ölçeği” ile toplanmıştır. Çalışma sonucunda; Üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinde sırasıyla; “Amaç Belirleme ve Yöntem”, “Boş Zaman Tutumu”, “Programlama” ve “Değerlendirme” alt boyutlarının belirleyici olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin boş zamanlarını yönetirken öncelikle; boş zaman için amaç ve önceliklerini belirleyerek yapabilecekleri aktiviteleri günlük veya haftalık olarak düzenledikleri, boş zamanları anlamlı ve mutluluk verici buldukları, boş zamana yönelik program yapmanın gerekliliğine inandıkları ancak zamanlarının bir bölümünü boş zaman aktiviteleri için değerlendiremedikleri belirlenmiştir. Öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin cinsiyet, öğrenim gördükleri fakülte/yüksekokul, yaş, kaldıkları yer ve rekreatif etkinliklere katılma süresi değişkenlerine göre anlamlı olarak değiştiği saptanmıştır.

Anahtar Sözcükler: Boş zaman yönetimi, öğrenci, üniversite.



Analysis on Leisure Time Management of University Students in Terms of Different Variables

This study was performed in order to examine the leisure time management of university students according to different variables. The study group of this descriptive study consists of 1894 students studying at various faculties/schools of the universities and participating in the research voluntarily. The data in the study were collected with the "Leisure Time Management Scale". It has been concluded following the study that the sub-dimensions of "Goal Setting and Method", "Leisure Time Attitude", "Programming" and "Evaluation" are determinant respectively in the leisure time management of university students. It has been determined that the students first organize activities that they can do on a daily or weekly basis by determining their leisure goals and priorities while managing their leisure time, they find leisure time meaningful and pleasing, they believe in the necessity of making leisure time programs; however, they cannot spend some of their time for leisure activities. It has been established that the leisure time management of students significantly differs according to the variables of gender, faculty/school studied, age, place of residence and duration of participation in recreational activities.

Keywords: Leisure time management, student, university



Giriş

Günümüz dünyasında yaşanan bilimsel ve teknolojik gelişmeler aynı hızda toplumsal hayatta değişim ve dönüşümler yaratmakta, insanların yaşam biçim ve davranışlarını etkilemektedir. Ekonomik, sosyal ve kültürel alanda daha iyi yaşam koşullarına sahip olabilmek bireyleri yoğun bir çalışma temposuna sokmakta, adeta zamanla yarışır hale getirmektedir. Yarışı kazanmak isteyen insan, en önemli hazinesi konumunda olan zamanını artık gelişigüzel harcayamayacağını, planlı ve programlı olarak zamanı kullanmak gerektiğinin farkındadır. Çünkü modernleşme ile birlikte zaman kavramı da değişikliğe uğrayarak daha sistematik bir hal almıştır (Robinson ve Godbey, 1997). Arka arkaya dizilmiş olayların ve olguların ölçülmesiyle algılanan bir süreç (Açıkalın, 1998) olarak zaman, kullanım amaçlarına göre çeşitli bölümlere ayrılmaktadır. Jensen ve Guthrie (2006) zamanı; varoluş zamanı, geçim için harcanan zaman ve isteğe bağlı ya da boş zaman olarak üç bölüme ayırmaktadır. Meyer ve ark. (1970) ise zamanı; çalışma (iş) zamanı, çalışma dışı zaman olmak üzere iki ana bölüme ayırmakta, çalışma dışı zamanı da; biyolojik ve fizyolojik gereksinimler için varoluş ile ilgili zaman ve boş zaman olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Zaman insanların hissettiği ve eşit olarak sahip olduğu, tanımlanması zor, yaşamdaki en değerli ve geçmişten bugüne değeri sürekli artan bir kavram olarak ele alınmaktadır (Çimen, Ekinci, Altınok ve Özdilek, 2017).

Bu bölümler ışığında üzerinde önemle durulan “boş zaman” kavramı, İngilizce “Leisure” sözcüğünün Latincedeki “Licere” sözcüğünden türemesiyle, “izin verilmiş olmak” veya “boş olmak” anlamında kullanılmaktadır (Hemingway, 1996). Boş zaman, dış etkenlerin fiziksel ve kültürel etkisine maruz kalmadan özgürce kullanabildiği zaman dilimidir (Godbey, 1999). Genellikle özgürlük ve özgürce seçme hakkı gibi kavramlarla ilişkilendirilen boş zaman, yapılması zorunlu olan eylemlerin olmadığı, istenildiği gibi kullanılan bir zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Boş zaman bir faaliyet ve bir serbest zaman fırsatı olarak görüldüğü gibi rahatlama, kendini ileriye taşıma, kültürel ve ailevi süreklilik sağlama, iletişime geçme özelliklerinin yanında aynı zamanda bir kaçış, yenilik, karmaşıklık ve heyecandır (Parr ve Lashua, 2004). Ancak zamanın iyi kullanabilmesi; insanın kendisine, iş ve sosyal yaşamına, dinlenme ve eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına ayırdığı vakit arasındaki dengeyi iyi kurabilmesine bağlıdır (Köktaş, 2010). Bireyler gün içerisinde ne kadar iş ve sorumluluk üstlenirlerse üstlenirler eğer zamanlarını etkin ve verimli kullanıyorlarsa kişisel isteklerine göre kendilerine ayıracakları boş zaman dilimi mevcuttur (Özbey ve ark., 2018).

Zaman kullanımında insanların karşı karşıya olduğu asıl sorun, zamanın nasıl daha etkili kullanılacağı noktasında önem taşımaktadır (Eren, 1996). Çünkü zamanın etkin ve verimli kullanımı bireylerin yaptığı işe göre değişmekle birlikte, bireylerden beklenen mesleki bilgi ve becerilerinin artması nedeniyle her alanda başarılı olabilmek için zamanın iyi ve planlı bir şekilde kullanılması gerekmektedir (Alay ve Koçak, 2003). Nitekim 21. yüzyıl boş zamanın bir tüketim aracı sayılmaya başladığı ve metalaştığı bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır (Munusturlar, 2016). Bu noktada karşımıza gerek örgütsel ve gerekse kişisel düzeyde zaman yönetimi kavramı çıkmaktadır. Zaman yönetimi, zamanın amaçları, sorumlulukları, zevkleri ve sosyal yaşamın içerdiği etkinlikleri bir arada yürütebilecek şekilde planlanması anlamına gelmektedir (Özgen, 2002). Zaman yönetimi ihtiyaçları tanımlamayı, bu ihtiyaçları karşılayacak hedefleri belirlemeyi, gereken görevleri sıralamayı ve bu görevleri planlama, listeleme ve zaman programına koyarak zamanla ve kaynaklarla uyumlu hale getirmeyi



içermekte (Lakein ve Leake, 1973) ve günümüz profesyonel çalışma hayatında, başarının en önemli öğelerinden biri haline gelmiştir (Koch,1998). Nitekim insanlar, toplumlar ve örgütlerin sınırlı zamanda birçok işi yapmak durumunda kalmaları, zaman yönetiminin sadece çalışma hayatını değil tüm yaşamı etkili hale getirmede önemli bir rolünün olduğunu göstermektedir (Sugötüren ve ark., 2011).

Boş zamanın etkili ve verimli bir şekilde değerlendirilmesinde, boş zaman içerisinde gerçekleştirilecek etkinliklerin planlanıp programlanmasını ve etkili bir şekilde organize edilmesini sürecini içeren iyi bir boş zaman yönetimi ile mümkündür (Akgül ve Karaküçük, 2015). Yaşanılan toplumsal değişimler, bireylerin boş zaman algılarını da değiştirmektedir ve Boş zaman etkinlikleri yaşanılan ortam ve koşullara göre farklılaşabilmektedir (Güleryüz ve ark., 2020). Bu nedenle de zaman dilimin her aşamasının yönetilmesi gereksinimi kaçınılmazdır. Boş zaman yönetimi; bireylerin boş zamanlarını değerlendirme faaliyetlerini planlama, örgütlenme, yönlendirme, koordinasyon ve denetimi sürecidir (Sevil ve ark., 2012). Boş zamanın kullanımı ve yönetimi kapsamında, yönetim ve organizasyon ışığında çağdaş yönetim teknikleri bir bütün olarak incelendiğinde, yönetim ve organizasyon bakış açısıyla gerek işyerinde gerekse işyeri dışındaki zamanlarında çalışanın motive edilmesi yoluyla sevk ve idare edilmesinde çalışanların zaman yönetimi hususunda olabildiğince özgür karar vermesi ve bağımsız çalışma iradelerini ortaya koyması boş zamanın önemini artırmaktadır (Aykan ve Özçelik, 2020). Alan yazın incelendiğinde üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinin incelendiği (Akyürek ve ark., 2018; Alpulu ve Yılgin, 2019; Arı, 2017; Ayyıldız ve ark., 2017; Çakır, 2017; Demir ve Alpulu, 2020; Duran ve ark., 2020; Küçükkesmen ve ark., 2020; Özdemir ve ark., 2015; Tarakcı ve ark., 2019; Yaşartürk ve ark., 2018; Yıldırım, 2021) çeşitli çalışmaların olduğu görülmektedir. Bu çalışmaların yanı sıra lise öğrencileri (Çuhadar ve ark., 2019; Eranıl ve Özcan, 2018) ve genel olarak bireyler örnekleminde (Fişekçioğlu ve Özsarı, 2017; Kırtepe ve Uğurlu, 2018) yapılmış çalışmalar da mevcuttur. Nitekim Üniversite gençliği yeni aktivite arayışları içerisinde olan, heyecan duyma, kişisel doyum ve daha birçok nedenle rekreasyon aktivitelerine yönelen en önemli gruplardan birisi olmaktadır (Er ve ark., 2019). Üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinin incelendiği bu çalışmanın, farklı fakülte/yüksekokulundan geniş bir öğrenci çalışma grubunu kapsaması ve farklı değişkenler açısından öğrencilerin boş zaman yönetimi tutumlarını belirlemesi açısından alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Materyal ve Metod

Araştırma Modeli

Üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinin çeşitli değişkenlere göre incelendiği bu çalışma betimsel nitelikte tarama modelinde desenlenmiştir.

Çalışma grubu

Araştırmanın çalışma grubunu üniversitelerin çeşitli fakülte/yüksekokullarında öğrenim gören ve araştırmaya gönüllü olarak katılan toplam 1894 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada veriler, “Kişisel Bilgi Formu” ve Wang ve ark., (2011) tarafından geliştirilen, Akgül ve Karaküçük (2015) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Boş Zaman Yönetimi Ölçeği



(BZYÖ)” ile toplanmıştır. Veriler Google.docs anket formu kullanılarak çevrimiçi ortamda toplanmıştır.

Anket formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde “Kişisel Bilgi Formun” nda, öğrencilerin; cinsiyeti, öğrenim gördükleri program, yaş, ikamet ettikleri yer ve haftalık rekreatif etkinliklere katılma sürelerine ilişkin sorular bulunmaktadır. İkinci bölümde ise öğrencilerin boş zaman yönetimlerine ilişkin 4 alt boyut ve toplam 28 maddeden oluşan “Boş Zaman Yönetimi Ölçeği” bulunmaktadır. Ölçeğin alt boyutları sırasıyla; “Amaç Belirleme ve Yöntem (6 madde)”, “Değerlendirme (3 madde)”, “Boş zaman tutumu (3 madde)” ve “Programlama (3 madde)” dir. Ölçek maddeleri; 1-Kesinlikle Katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3-Karasızım, 4-Katılıyorum, 5-Kesinlikle Katılıyorum şeklinde beşli Likert tipli olarak derecelendirilmiştir. “Programlama” alt boyutunda yer alan maddeler olumsuz ifadeler içerdiği için tersine puanlama yapılmıştır. Ölçek alt boyutlarından elde edilen puanlar yükseldikçe bireylerin boş zaman yönetimi uygulamalarının daha iyi olduğunu göstermektedir. Akgül ve Karaküçük (2015) tarafından ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach’s Alpha iç tutarlık katsayıları .71 ile .81 arasında, ölçeğin tümü için ise .83 olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi

Mevcut araştırmada ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin (KMO) değeri 0,888 ve Bartlett’s sonuçları (13802,62; $p < 0,00$) olarak bulunmuş, ölçeğin faktör yapısının ise toplam varyansın % 64,92’sini açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach’s Alpha iç tutarlık katsayıları .79 ile .88 arasında, ölçeğin tümü için ise .84 olarak hesaplanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistik teknikleri yanı sıra, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine ilişkin uygulanan Kolmogorov-Smirnov testi ($D_{(1894)} = 0,068$, $p = 0,00 < 0,05$) sonucuna göre non-parametrik testlerden Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis H testleri kullanılmıştır. Kruskal-Wallis testi sonuçlarına göre anlamlı farklılıklar çıkan grupların tespitinde Bonferroni düzeltilmeli Mann-Whitney U Testinden yararlanılmıştır. Bulguların değerlendirilmesinde istatistiksel anlamlılık düzeyi için $p < 0,05$ değeri baz alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Araştırmaya katılan öğrencilerin kişisel özelliklerinin dağılımları

Kişisel Özellik	Grup	n	%
Cinsiyet	Erkek	865	45,7
	Kadın	1029	54,3
Fakülte/Yüksekokul	Eğitim Fakültesi	138	7,3
	Fen Edebiyat Fakültesi	233	12,3
	Güzel Sanatlar Fakültesi	119	6,3
	Hukuk-İşletme-İİBF	362	19,1
	İlahiyat Fakültesi	89	4,7
	İletişim Fakültesi	91	4,8
	Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler Fakültesi	249	13,1
	Sağlık Bilimleri Fakültesi /Tıp Fakültesi/Hemşirelik	167	8,8
	Spor Bilimleri-BESYO	285	15,0
	Turizm Fakültesi	83	4,4
	Ziraat Fakültesi	78	4,1
Yaş	17-25 arası	1677	88,5
	26-34 arası	171	9,0
	35-43 arası	46	2,4



Öğrencilerin Kaldıkları Yer	Öğrenci Yurdu	453	23,9
	Kiralık Ev	945	49,9
	Aile İle Beraber	496	26,2
Rekreatif Etkinliklere Katılma Süreleri (gün)	Haftada 1 Gün	1011	53,4
	Haftada 2 Gün	507	26,8
	Haftada 3 Gün	204	10,8
	Haftada 4 Gün	107	5,6
	Haftada 5 Gün ve üstü	65	3,4
Toplam		1894	100,0

Tablo 1'e göre araştırmaya katılan öğrencilerin 865'i (%45,7) erkek, 1029'u (%54,3) kadındır. Öğrencilerin 138'i (%7,3) eğitim, 233'u (%12,3) fen edebiyat, 119'u (%6,3) güzel sanatlar, 362'si (%19,1) hukuk-işletme-İİBF, 89'u (%4,7) ilahiyat, 91'i (%4,8) iletişim, 249'u (%13,1) mimarlık-mühendislik-uygulamalı bilimler, 167'si (%8,8) sağlık bilimleri-tıp-hemşirelik, 285'i (%15,0) spor bilimleri-BESYO, 83'ü (%4,4) turizm, 78'i (%4,1) ziraat fakültesi/yüksekokulu öğrencisidir. Yaş grubu olarak öğrencilerin 1677'si (%88,5) 17-25 arası, 171'i (%9,0) 26-34 arası, 46'sı (%2,4) 35-43 arası yaşa sahiptir. Öğrencilerin 453'ü (%23,9) öğrenci yurdunda, 945'i (%49,9) kiralık evde, 496'sı (%26,2) ailesi ile beraber kalmaktadır. Öğrencilerin 1011'i (%53,4) haftada 1 gün, 507'si (%26,8) haftada 2 gün, 204'ü (%10,8) haftada 3 gün, 107'si (%5,6) haftada 4 gün, 65'i (%3,4) haftada 5 gün ve üstü rekreatif etkinliklere katıldıklarını belirtmişlerdir.

Tablo 2. Araştırmaya katılan öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin betimsel istatistik sonuçları

Boş Zaman Yönetimi	N	Ort.	Ss	Min.	Max.
Amaç Belirleme ve Yöntem	1894	12,85	4,76	6,00	30,00
Değerlendirme	1894	6,38	2,50	3,00	15,00
Boş Zaman Tutumu	1894	8,73	3,48	3,00	15,00
Programlama	1894	7,91	2,97	3,00	15,00

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin boş zaman yönetimi ölçeğinde en yüksek ortalamayı "Amaç Belirleme ve Yöntem" alt boyutundan ($12,85 \pm 4,76$), en düşük ortalamayı ise "Değerlendirme" alt boyutundan ($6,38 \pm 2,50$) aldıkları görülmektedir. Öğrencilerin boş zaman yönetimlerinde sırasıyla; "Amaç Belirleme ve Yöntem" ($12,85 \pm 4,76$), "Boş Zaman Tutumu" ($8,73 \pm 3,48$), "Programlama" ($7,91 \pm 2,97$) ve "Değerlendirme" ($6,38 \pm 2,50$) alt boyutlarının belirleyici olduğu söylenebilir. Alt boyutların içerdiği maddeler dikkate alındığında, öğrencilerin boş zamanlarını yönetirken öncelikle; boş zaman için amaç ve önceliklerini belirleyerek yapabilecekleri aktiviteleri günlük veya haftalık olarak düzenlediklerini, boş zamanları anlamlı ve mutluluk verici olarak bulduklarını, boş zamana yönelik program yapmanın zaman kaybı ve önceden kestirilemez olmadığına inandıklarını ancak bekleme zamanlarını kullanıp değerlendiremediklerini, zamanlarının bir bölümünü boş zaman aktiviteleri için koruyamadıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 3. Araştırmaya katılan öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin cinsiyet değişkenine göre Mann-Whitney U Testi sonuçları



Boş Zaman Yönetimi	Cinsiyet	N	S.O.	S.T.	U	p
Amaç Belirleme ve Yöntem	Erkek	865	934,67	808492,50	433947,50	0,34
	Kadın	1029	958,28	986072,50		
Değerlendirme	Erkek	865	925,73	800755,50	426210,50	0,10
	Kadın	1029	965,80	993809,50		
Boş Zaman Tutumu	Erkek	865	960,12	830502,00	359483,00	0,00*
	Kadın	1029	936,89	964063,00		
Programlama	Erkek	865	848,59	734028,00	434128,00	0,35
	Kadın	1029	1030,65	1060537,00		

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde, öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre boş zaman yönetimlerinin sadece “Boş Zaman Tutumu” (U=359483,00; p<0,05) alt boyutunda anlamlı olarak değiştiği, diğer alt boyutlarda anlamlı olarak değişmediği (p>0,05) saptanmıştır. “Boş Zaman Tutumu” alt boyutunda kadın ve erkek öğrencilerin sıra ortalamaları göz önüne alındığında, erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre boş zaman yönetimlerinde daha olumlu bir tutum sergiledikleri söylenebilir. Diğer bir ifadeyle erkek öğrencilerin boş zaman yönetimlerinde, boş zaman tutumları daha belirleyici görülmektedir.

Tablo 4. Araştırmaya katılan öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin öğrenim gördükleri fakültele göre Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

	Fakülte/Yüksekokul	N	SO	X ²	p
Amaç Belirleme ve Yöntem	Eğitim Fakültesi	138	812,04	144,222	0,00*
	Fen Edebiyat Fakültesi	233	969,07		
	Güzel Sanatlar Fakültesi	119	719,16		
	Hukuk-İşletme-İİBF	362	1026,14		
	İlahiyat Fakültesi	89	885,31		
	İletişim Fakültesi	91	700,77		
	Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler Fakültesi	249	1005,25		
	Sağlık Bilimleri Fakültesi /Tıp Fakültesi/Hemşirelik	167	1042,71		
	Spor Bilimleri-BESYO	285	1108,58		
	Turizm Fakültesi	83	941,13		
	Ziraat Fakültesi	78	494,94		
Değerlendirme	Eğitim Fakültesi	138	808,04	54,932	0,00*
	Fen Edebiyat Fakültesi	233	958,74		
	Güzel Sanatlar Fakültesi	119	788,68		
	Hukuk-İşletme-İİBF	362	1021,59		
	İlahiyat Fakültesi	89	1016,18		
	İletişim Fakültesi	91	955,19		
	Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler Fakültesi	249	902,40		
	Sağlık Bilimleri Fakültesi /Tıp Fakültesi/Hemşirelik	167	986,17		
	Spor Bilimleri-BESYO	285	1048,78		
	Turizm Fakültesi	83	891,30		
	Ziraat Fakültesi	78	722,69		
Boş Zaman Tutumu	Eğitim Fakültesi	138	819,86	42,430	0,00*
	Fen Edebiyat Fakültesi	233	949,35		
	Güzel Sanatlar Fakültesi	119	861,47		
	Hukuk-İşletme-İİBF	362	994,51		
	İlahiyat Fakültesi	89	983,24		
	İletişim Fakültesi	91	907,02		
	Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler Fakültesi	249	871,59		
	Sağlık Bilimleri Fakültesi /Tıp Fakültesi/Hemşirelik	167	1009,60		
	Spor Bilimleri-BESYO	285	1065,77		



	Turizm Fakültesi	83	920,36		
	Ziraat Fakültesi	78	793,44		
Programlama	Eğitim Fakültesi	138	1131,41	56,509	0,00*
	Fen Edebiyat Fakültesi	233	942,20		
	Güzel Sanatlar Fakültesi	119	885,26		
	Hukuk-İşletme-İİBF	362	949,02		
	İlahiyat Fakültesi	89	918,60		
	İletişim Fakültesi	91	939,78		
	Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler Fakültesi	249	991,68		
	Sağlık Bilimleri Fakültesi /Tıp Fakültesi/Hemşirelik	167	1032,41		
	Spor Bilimleri-BESYO	285	912,22		
	Turizm Fakültesi	83	923,08		
Ziraat Fakültesi	78	599,89			

*p<0,05

Tablo 4 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinin eğitim görülen fakülte/yüksekokul değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir (p<0,05). Alt boyutlarda saptanan bu anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında gerçekleştiğini belirlemek amacıyla ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Bonferroni düzeltilmiş Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre; “**Amaç Belirleme ve Yöntem**” alt boyutunda Ziraat Fakültesi öğrencileri ile İletişim ve Güzel Sanatlar Fakülteleri hariç diğer sekiz fakülte öğrencileri arasında, diğer fakülte öğrencileri lehine (p=0,000<0,005), Güzel Sanatlar Fakültesi ve İletişim Fakültesi öğrencileri ile Fen Edebiyat, Hukuk-İşletme-İİBF, Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler, Sağlık Bilimleri /Tıp /Hemşirelik, Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri arasında, Fen Edebiyat, Hukuk-İşletme-İİBF, Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler, Sağlık Bilimleri /Tıp /Hemşirelik ve Spor Bilimleri-BESYO fakülte öğrencileri lehine (p=0,000<0,005), Eğitim Fakültesi öğrencileri ile Hukuk-İşletme-İİBF, Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler, Sağlık Bilimleri /Tıp /Hemşirelik, Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri arasında, Hukuk-İşletme-İİBF, Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler, Sağlık Bilimleri /Tıp /Hemşirelik, Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri lehine (p=0,000<0,005) lehine, İlahiyat Fakültesi öğrencileri ile Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri arasında, Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri lehine (p=0,000<0,005),

“**Değerlendirme**” alt boyutunda Ziraat Fakültesi öğrencileri ile Fen Edebiyat, Sağlık Bilimleri /Tıp /Hemşirelik, İlahiyat, Hukuk-İşletme-İİBF ve Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri arasında, Fen Edebiyat, Sağlık Bilimleri /Tıp /Hemşirelik, İlahiyat, Hukuk-İşletme-İİBF ve Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri lehine (p=0,000<0,005), “**Boş Zaman Tutumu**” alt boyutunda, Spor Bilimleri/BESYO öğrencileri ile diğer tüm fakülte öğrencileri arasında, Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri lehine (p=0,000<0,005), “**Programlama**” alt boyutunda ise Spor Bilimleri/BESYO öğrencileri ile Ziraat, Eğitim, Güzel Sanatlar, Mimarlık-Mühendislik-Uygulamalı Bilimler fakültesi öğrencileri arasında, yine Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri lehine (p=0,000<0,005) anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir.

Tablo 5. Araştırmaya katılan öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin yaş gruplarına göre Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

	Yaş	N	SO	X ²	p
Amaç Belirleme ve Yöntem	17-25 arası	1677	951,95	8,307	0,01*
	26-34 arası	171	861,25		



	35-43 arası	46	1105,84		
Değerlendirme	17-25 arası	1677	956,11	6,338	0,04*
	26-34 arası	171	850,22		
	35-43 arası	46	995,26		
	17-25 arası	1677	927,76	19,946	0,00*
Boş Zaman Tutumu	26-34 arası	171	1084,26		
	35-43 arası	46	1158,86		
	17-25 arası	1677	957,72	9,555	0,00*
	26-34 arası	171	829,75		
Programlama	35-43 arası	46	1012,57		

*p<0,05

Tablo 5 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinin yaş değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir (p<0,05). Alt boyutlarda saptanan bu anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında gerçekleştiğini belirlemek amacıyla ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Bonferroni düzeltilmeli Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre; “**Amaç Belirleme ve Yöntem**” alt boyutunda 26-34 arası yaş grubu ile 35-43 arası yaş grubu öğrencileri arasında, 35-43 arası yaş grubu öğrencileri lehine (p=0,005<0,017), “**Değerlendirme**” alt boyutunda 17-25 arası yaş grubu ile 26-34 arası yaş grubu öğrencileri arasında, 17-25 arası yaş grubu öğrencileri lehine (p=0,015<0,017), “**Boş Zaman Tutumu**” alt boyutunda 17-25 arası yaş grubu ile 26-34 ve 35-43 arası yaş grubu öğrencileri arasında, 26-34 ve 35-43 arası yaş grubu öğrencileri lehine (p=0,000<0,017), “**Programlama**” alt boyutunda ise 17-25 arası yaş grubu ile 26-34 yaş grubu arasında, 17-25 arası yaş grubu öğrencileri lehine (p=0,003<0,017) anlamlı olarak değiştiği saptanmıştır.

Tablo 6. Araştırmaya katılan öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin ikamet ettikleri yere göre Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

	Kalınan Yer	N	SO	X ²	p
Amaç Belirleme ve Yöntem	Öğrenci Yurdu	453	962,32	1,036	0,59
	Kiralık Ev	945	934,84		
	Aile ile Beraber	496	958,09		
Değerlendirme	Öğrenci Yurdu	453	916,30	2,792	0,24
	Kiralık Ev	945	948,08		
	Aile ile Beraber	496	974,90		
Boş Zaman Tutumu	Öğrenci Yurdu	453	934,44	6,965	0,03*
	Kiralık Ev	945	924,88		
	Aile ile Beraber	496	1002,52		
Programlama	Öğrenci Yurdu	453	882,19	9,390	0,00*
	Kiralık Ev	945	975,51		
	Aile ile Beraber	496	953,78		

*p<0,05

Tablo 6 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinin kaldıkları yer değişkenine göre sadece “**Boş Zaman Tutumu**” ve “**Programlama**” alt boyutunda anlamlı olarak farklılaşmaktadır (p<0,05). Her iki boyutlarda saptanan bu anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında gerçekleştiğini belirlemek amacıyla ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Bonferroni düzeltilmeli Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre; “**Boş Zaman Tutumu**” alt boyutunda kiralık evde kalan öğrenciler ile ailesinin yanında kalan öğrencileri arasında, ailesi ile beraber kalan öğrenciler lehine (p=0,010<0,017),



“Programlama” alt boyutunda ise öğrenci yurdunda kalan öğrenciler ile kiralık evde kalan öğrenciler arasında, kiralık evde kalan öğrenciler lehine ($p=0,002<0,017$) anlamlı olarak değiştiği saptanmıştır.

Tablo 7. Araştırmaya katılan öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin rekreatif etkinliklere katılma sürelerine göre Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	Hafta/Gün	N	SO	X ²	p
Amaç Belirleme ve Yöntem	Haftada 1 Gün	1011	1094,32	185,354	0,00*
	Haftada 2 Gün	507	748,48		
	Haftada 3 Gün	204	707,71		
	Haftada 4 Gün	107	889,33		
	Haftada 5 Gün ve üstü	65	1064,57		
Değerlendirme	Haftada 1 Gün	1011	1081,25	169,971	0,00*
	Haftada 2 Gün	507	766,80		
	Haftada 3 Gün	204	691,96		
	Haftada 4 Gün	107	933,14		
	Haftada 5 Gün ve üstü	65	1102,24		
Boş Zaman Tutumu	Haftada 1 Gün	1011	949,06	16,927	0,00*
	Haftada 2 Gün	507	1001,26		
	Haftada 3 Gün	204	888,36		
	Haftada 4 Gün	107	784,99		
	Haftada 5 Gün ve üstü	65	957,02		
Programlama	Haftada 1 Gün	1011	1038,43	110,797	0,00*
	Haftada 2 Gün	507	818,16		
	Haftada 3 Gün	204	708,05		
	Haftada 4 Gün	107	1045,51		
	Haftada 5 Gün ve üstü	65	1132,12		

* $p<0,05$

Tablo 7 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinin haftalık rekreatif etkinliklere katıldıkları gün sayısı değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ($p<0,05$). Alt boyutlarda saptanan bu anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında gerçekleştiğini belirlemek amacıyla ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Bonferroni düzeltilmeli Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre; “**Amaç Belirleme ve Yöntem**” alt boyutunda rekreatif etkinliklere haftada 1 gün katılan öğrencileri ile haftada 2, 3 ve 4 gün katılan öğrenciler arasında, haftada 1 gün rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$), haftada 2 gün katılan öğrencileri ile haftada 5 gün ve üstü katılan öğrenciler arasında, haftada 5 gün ve üstü rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$), haftada 3 gün katılan öğrencileri ile haftada 4 ve 5 gün ve üstü katılan öğrenciler arasında, haftada 4 ve 5 gün ve üstü rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$) anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir.

“**Değerlendirme**” alt boyutunda rekreatif etkinliklere haftada 1 gün katılan öğrencileri ile haftada 2, 3 ve gün katılan öğrenciler arasında, haftada 1 gün rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$), haftada 2 gün katılan öğrencileri ile haftada 5 gün ve üstü katılan öğrenciler arasında, haftada 5 gün ve üstü rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$), haftada 3 gün katılan öğrencileri ile haftada 4 ve 5 gün ve üstü katılan öğrenciler arasında, haftada 4 ve 5 gün ve üstü rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$) anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. “**Boş Zaman Tutumu**”



alt boyutunda rekreatif etkinliklere haftada 2 gün katılan öğrencileri ile haftada 4 gün katılan öğrenciler arasında, haftada 2 gün rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$), anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. “Programlama” alt boyutunda rekreatif etkinliklere haftada 1 gün katılan öğrencileri ile haftada 2 ve 3 gün katılan öğrenciler arasında, haftada 1 gün rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$), haftada 2 gün katılan öğrencileri ile haftada 4 ve 5 gün ve üstü katılan öğrenciler arasında, haftada 4 ve 5 gün ve üstü rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$), haftada 3 gün katılan öğrencileri ile haftada 4 ve 5 gün ve üstü katılan öğrenciler arasında yine haftada 4 ve 5 gün ve üstü rekreatif etkinliklere katılan öğrenciler lehine ($p=0,000<0,010$) anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir.

Tartışma ve Sonuçlar

Üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinin çeşitli demografik değişkenlerine göre incelendiği bu çalışmada öğrencilerin boş zaman yönetimlerinde sırasıyla; “Amaç Belirleme ve Yöntem”, “Boş Zaman Tutumu”, “Programlama” ve “Değerlendirme” ($6,38\pm 2,50$) alt boyutlarının belirleyici olduğu, ancak bekleme zamanlarını kullanıp değerlendiremedikleri, zamanlarının bir bölümünü boş zaman aktiviteleri için koruyamadıkları sonucuna varılmıştır.

Alan yazında farklı sonuçlar olmakla beraber kısmen benzer sonuçların da olduğu görülmektedir. Arı (2017) pedagojik formasyonda kayıtlı öğretmen adaylarının boş zaman yönetimleri ve yaşam kaliteleri arasındaki ilişkiyi incelediği tez çalışmasında, öğrencilerin boş zaman yönetimlerinde “Amaç belirleme ve yöntem” alt boyutunun diğer alt boyutlara oranla daha yüksek, “Programlama” alt boyutunun ise düşük ortalamada kaldığını belirlemiştir.

Demir ve Alpullu (2020) Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 170 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdikleri çalışmalarında, öğrencilerin boş zaman yönetimlerinde “programlama” alt boyutunda daha olumlu yönde katıldıklarını, “değerlendirme” ve “amaç belirleme ve yöntem” alt boyutunda kararsız olduklarını, “boş zaman tutumu” alt boyutunda ise katılmadıklarını belirlemişlerdir. Wang ve ark. (2011) boş zaman yönetiminin yaşam kalitesi üzerine etkisini inceledikleri araştırmalarında, “Amaç Belirleme ve Yöntem” alt boyutunun en yüksek, “Programlama” alt boyutunun ise en düşük puana sahip alt boyut olduğu sonucuna varmışlardır. Ayyıldız Durhan ve ark. (2017)’nin yüzme sporu ile uğraşan bireylerin boş zaman yönetimlerini değerlendirdikleri çalışmalarında, bireylerin yüksek bir boş zaman yönetimi becerisine sahip olduklarını, “Amaç Belirleme ve Yöntem” alt boyutunun en yüksek, “Programlama” alt boyutunun ise en düşük puanda olduğunu belirtmişlerdir. Bu bulgular çalışma bulgularımızla kısmen örtüşmektedir. Araştırmalarda üzerinde çalışılan örneklem gruplarının çeşitliliği ve sayısının, farklı sonuçların çıkmasına neden olduğu düşünülmektedir.

Çalışmada öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre boş zaman yönetimlerinin sadece “Boş Zaman Tutumu” alt boyutunda erkek öğrenciler lehine anlamlı olarak değiştiği saptanmıştır. Bu sonuca göre erkek öğrenciler boş zamanları daha anlamlı, mutluluk verici ve önemli görmektedirler. Ergül (2008) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü araştırmasında, erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre spor yapmaya daha eğilimli olduklarını belirlemiştir. Yıldırım (2021) çalışmasında, erkeklerin boş zaman yönetimlerinin programlama alt boyutuna ilişkin puanlarının, kadınlara göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Fişekçioğlu ve Özşarı



(2017) ise “Amaç Belirleme ve Yöntem” ile “Değerlendirme” alt boyutlarında erkek sporcuların kadın sporculara göre boş zaman yönetiminde daha olumlu bir tutuma sahip olduklarını belirlemiştir.

Ayyıldız Durhan ve ark. (2017), rekreatif amaçlı yüzme branşıyla ilgilenen katılımcıların cinsiyetlerine göre boş zaman yönetimlerinin anlamlı olarak değişmemekle beraber erkek katılımcıların toplam puanlarda ve tüm alt boyutlarda kadın katılımcılara oranla daha yüksek boş zaman yönetimi düzeyi ortaya koyduklarını belirlemiştir. Duran ve ark. (2020) tenis oyuncularının boş zaman yönetimi ve yaşam doyumlarını inceledikleri çalışmalarında, cinsiyete göre katılımcıların boş zaman yönetiminin sadece “Programlama” alt boyutunda erkek katılımcılar lehine farklılaştığını saptamışlardır. Bu bulgular çalışma bulgularımızla örtüşürken, tersi durumda örtüşmeyen çalışma (Akgül ve ark., 2016; Akyüz, 2015; Küçükşen ve ark., 2020; Özdemir ve ark., 2018) bulguları da mevcuttur. Yönetim olgusunun bir dizi dinamik faaliyet ve süreçleri içermesi nedeniyle bireylerin statü, zaman ve bulunulan sosyo-ekonomik ortama bağlı olarak düşüncülerinin de farklılaşması, demografik değişkenlere göre farklı bulgulara neden olabilmektedir. Nitekim boş zaman faaliyetlerine katılmada, kadınların erkeklere göre daha az imkân ve fırsata sahip oldukları belirlenmiştir (Aytaç, 2017; Waren, 1990).

Öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin eğitim görülen fakülte/yüksekokul değişkenine göre tüm alt boyutlarda genel olarak Fen Edebiyat, Sağlık Bilimleri /Tıp /Hemşirelik ve Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri lehine gerçekleştiği saptanmıştır. Spor Bilimleri-BESYO öğrencileri için bu sonuç aslında beklenen bir durumdur. Dinç ve ark. (2019)’nın üniversite öğrencilerinin boş zaman anlamlarını inceledikleri araştırmalarında, BESYO öğrencilerin diğer fakülte öğrencilerine göre “Aktif-Pasif Katılım” boyutunda, boş zaman anlamlarının daha olumlu bulunduğunu, bunun sebebinin ise BESYO öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılmaları, aldıkları eğitimin gereklilikleri ve öğrenim gördükleri ortamlarda fiziksel aktivite yapmaya uygun tesislerin var olmasından kaynaklanabileceğini ifade etmişlerdir. Yıldırım (2021) Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin okudukları bölüm ve bazı sosyo-demografik değişkenlere göre boş zaman yönetimlerini incelediği çalışmasında, Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman yönetimi ölçeği toplam ve alt boyutlarından elde edilen puanlarının yüksek olduğunu belirtmiştir. Öğrenim görülen fakülte/yüksekokulun eğitim programları, imkânları ve öğrenci niteliklerinin üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimi algılarında etkili olduğu düşünülmektedir.

Öğrencilerin boş zaman yönetimlerinin yaş değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı düzeyde farklılaştığı; “Amaç Belirleme ve Yöntem” ve “Boş Zaman Tutumu” alt boyutlarında 26-34 ve 35-43 arası, “Değerlendirme” ve “Programlama” alt boyutlarında ise 17-25 arası yaş öğrencilerin daha olumlu bir tutuma sahip oldukları görülmüştür. Özdemir ve ark. (2018) çalışmalarında, sporcuların yaş grubu faktörüne bağlı boş zaman yönetimi değişimlerinde, tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar tespit etmemekle beraber elde edilen ortalama değerlere göre en küçük yaş grubundaki sporcuların boş zaman yönetiminde amaç belirleme ve yöntem, değerlendirme ve programlama konusunda daha iyi olduklarını, Kunz ve Graham (1996) ise genç bireylerin yaşlı bireylere göre daha fazla fiziksel aktivite ve spor faaliyetlerine katılma eğiliminde olduklarını ifade etmişlerdir. Demir ve Demir (2007)’de araştırmasında, daha küçük yaşta bireylerin daha fazla boş zaman faaliyetlerine katılım eğilimi gösterdiklerini tespit etmiştir.



Çalışma bulgularımızda da en küçük yaş grubu olan 17-25 arası yaşa sahip öğrenci grubunun “Değerlendirme” ve “Programlama” alt boyutlarında daha olumlu bir boş zaman yönetimi becerisine sahip oldukları saptanmıştır. Ancak Ayyıldız Durhan ve ark. (2017)’nin araştırmalarında, yaş değişkenine göre rekreatif amaçlı yüzme sporuyla uğraşan bireylerin boş zaman yönetimlerinin anlamlı olarak değişmediğini, Demir ve Alpullu (2020) ise boş zaman yönetiminde yaş arttıkça “Programlama” boyutu arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişkinin mevcut olduğunu ifade etmişlerdir. Bu noktada da farklı bulguların çıkmasına üzerinde çalışılan örneklem gruplarının farklı olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çalışmadan elde edilen bir başka bulgu, ailesi ile beraber kalan öğrencilerin “Boş Zaman Tutumu”, kiralık evde kalan öğrencilerin ise “Programlama” alt boyutunda boş zaman yönetimi tutumlarının daha yüksek olmasıdır. Ayrıca haftalık gün sayısı olarak rekreatif etkinliklere daha fazla zaman ayıran öğrencilerin boş zaman yönetimi açısından daha iyi beceriye sahip oldukları saptanmıştır. Demir ve Alpullu (2020) araştırmalarında, bireylerin boş zaman aktivitesinin haftalık olarak artış göstermesi ile birlikte amaç belirleme ve yöntemlerinde pozitif yönde bir farklılık gözlemlerken, haftalık ders saatlerinden kalan zamanlarını aktif olarak değerlendirme içerisinde bulunanların serbest zamanlarında düzenli olarak amaçlarını belirlediklerini, önceden yapacaklarının listesini düzenlediklerini, önceliklerini belirlediklerini ve bu zaman içinde yapabileceği aktiviteleri düzenli olarak planladıklarını tespit etmişlerdir. Ayyıldız Durhan ve ark. (2017) çalışmalarında, bireylerin boş zamana sahip olma durumları ile boş zaman yönetimi arasında programlama alt boyutu hariç, tüm alt boyutlarda ve toplam puanlarda anlamlı farklılıklar bulunduğunu, günlük boş zaman süresi daha yüksek olan katılımcıların, boş zaman yönetimi puanlarının daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Öğrencilerin kaldıkları yere göre herhangi bir araştırma bulgusu elde edilememiştir.

Günümüz karmaşıklaşan ve yoğun bir tempoda seyreden iş ve yaşam ilişkileri, zamanı etkin ve verimli kullanmayı önemli kılmaktadır. Özellikle bedensel, sosyal ve psikolojik yönden bireylerin rahatlamak istedikleri ancak çoğunlukla iyi planlanıp yönetilemediği için boş zamanlar verimsiz geçebilmektedir. Bu durum zaman yönetiminde farkındalık açısından üniversite öğrencileri için de önemlidir. Gerek akademik ve gerekse mesleki bilgi ve becerilerin edinildiği üniversite yaşamında öğrencilerin özellikle değeri gün geçtikçe daha iyi anlaşılan boş zamanlarını iyi planlayıp değerlendirebilmelerinde kuşkusuz iyi bir zaman yönetimini gerekmektedir.

Öneriler

Üniversitelerde zaman yönetimine ilişkin eğitimlerin verilmesi, üniversite mekânlarının kullanımında planlama ve programlamaya önem verilmesi, boş zamanların etkin ve verimli geçirilmesi için öğrencilerin alandaki uzman kişilerce rehberlik edilmesi önerilmektedir.



KAYNAKLAR

Açıklalın, A. (1998). *Toplumsal, kurumsal ve teknik yönleriyle okul yöneticiliği*. Ankara: Pegem Yayıncılık.

Akgül, B.M. ve Karaküçük, S. (2015). Boş zaman yönetimi ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *International Journal of Human Sciences*, 12(2), 1867-1880.

Akgül, B.M., Yenel, İ.F., ve Karaküçük, S. (2016). Evaluating free time management and its relation to life satisfaction, most participated leisure activities and gender among college students in Turkey. *Social Sciences and Humanities Journal*, 11(2), 1-18.

Akyürek, G. Kars, S. ve Bumin, G. (2018). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman ile ilişkili tutum, yönetim ve memnuniyetlerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 1-12.

Akyüz, H. (2015). *Üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarının incelenmesi (Bartın Üniversitesi örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi), Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Alay, S. ve Koçak, S. (2003) Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki. *Eğitim Yönetimi*, 35, 326-335.

Alpullu, A. ve Yılgin, A. (2019). Leisure time management in Marmara University and Kilis 7 Aralık University students training in sports sciences, *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 21(1), 122-128.

Arı, Ç. (2017). *Pedagojik formasyonda kayıtlı öğretmen adaylarının boş zaman yönetimleri ve yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Doktora Tezi), Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Aykan, E. ve Özçelik, Z. (2020). Mesai içi ve dışı boş zaman davranışlarının yönetimi: Teorik çerçeve. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(1), 590-604.

Aytaç, Ö. (2017). *İşlevselci yaklaşım açısından boş zaman sosyolojisi: Kurumlar süreçler etkinlikler*. Karaküçük, S., Kaya, S., Akgül, B. (Ed.). *Rekreasyon Bilimi 2* (73-86). Ankara: Gazi Kitabevi.

Ayyıldız Durhan, T.A., Akgül, B.M. ve Karaküçük S. (2017). Rekreatif amaçlı yüzme sporuyla uğraşan bireylerin boş zaman yönetimleri üzerine bir değerlendirme. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 8-16.

Çakır, V.O. (2017). Üniversite öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 17-27.



Çimen, K., Ekinci, N. E., Altınok, B. & Özdilek, Ç. (2017). Üniversite öğretim elemanlarının zaman yönetimi anlayışlarının incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 4(2), 111-118.

Çuhadar, A., Demirel, M., Er, Y. ve Serdar, E. (2019). Lise öğrencilerinde boş zaman yönetimi ve gelecek beklentisi ilişkisi, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(66) 1498-1505.

Demir, C. ve Demir, N. (2006). Bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen faktörler ile cinsiyet arasındaki ilişki: Lisans öğrencilerine yönelik bir uygulama. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 6(1), 36-48.

Demir, G. ve Alpulu, A. (2020). Üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetiminin değerlendirilmesi, *Avrasya Spor Bilimleri Araştırmaları*, 5(1), 94-102.

Dinç, H., Koca, H.B., Poyraz, A. ve Aydemir, K. (2019). Üniversite öğrencilerinin boş zaman anlamlarının incelenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 1-9.

Duran, Ü.B., Güler, C. ve Çavuşoğlu, S.B. (2020). Tenis oyuncularında boş zaman yönetimi ve yaşam doyumu. *TURAN-SAM Uluslararası Bilimsel Hakemli Dergisi*, 12(48), 302-313.

Er, B., Yıldız, K., & Güzel, P. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Bir Etkinlik Alanı Olarak Sosyal Medya Kullanım Amaçlarının İncelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 10(1).

Eranıl, A.K. ve Özcan, M. (2018). Lise öğrencilerinin boş zaman yönetimi becerisinin incelenmesi, *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(6), 779-785.

Eren, E. (1996). *Organizasyon ve yönetim*. 3. Baskı, İstanbul: Beta Basım Yayım.

Ergül, K. (2008). *Üniversite gençliğinin sportif rekreasyon etkinliklerine yönelik ilgileri ve katılma düzeylerinin belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Fişekçioğlu, İ.B. ve Özsarı, A. (2017). Leisure time management and the attitudes of disabled athletes. *International Journal of Science Culture and Sport*, 5(4), 302-318.

Godbey, G. (1999). *Leisure in your life: An explanation*. Pennsylvania: Venture Publishing Inc. (Second Edition), 12.

Güleryüz, S., Esentaş, M., Yıldız, K., & Güzel, P. (2020). Sosyal izolasyon sürecindeki bireylerin serbest zaman değerlendirme biçimleri: Sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Focuss Spor Yönetimi Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 31-45.



Hemingwa, J.L. (1996). Emancipating leisure: The recovery of freedom in leisure. *Journal of Leisure Research*. 28(1), 27-43.

Jensen, R.C. and Guthrie, S.P. (2006). *Outdoor recreation in America*. Human Kinetics, Sixth Edition, 3-9.

Karaküçük, S. ve Gürbüz, B. (2007). *Rekreasyon ve kentlileşme*. Ankara: Gazi Kitabevi.

Kırtepe, A. ve Uğurlu, F.M. (2018). Rekreatif amaçlı spor salonuna giden bireylerin boş zaman yönetimlerinin farklı değişkenlere göre belirlenmesi, *Turkish Studies*, 13(3), 783- 792.

Koch, R. (1998). The 80/20 principle: The secret of achieving more with less (1st Currency ed.). New York: Currency.

Köktaş, K.Ş. (2010). *Rekreasyon boş zaman değerlendirme*. 3. Baskı, Ankara: Nobel Yayınları.

Kunz. J.L. and Graham, K. (1996). Life course changes in alcohol consumption in leisure activities of men and women. *Journal of Drug Issues*, 26, 805-827.

Küçükeşmen, E., Şimşek, A. ve Türkoğlu, M.E. (2020). Önlisans öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine göre boş zaman yönetimi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (38), 202-231.

Lakein, A. and Leake, P. (1973). *How to get control of your time and your life*. New York: New American Library.

Meyer, H.D., Bringtbill, C.K. and Sessoms, H.D. (1970). *Community recreation*. USA: A Guide to Its Organization.

Munusturlar, S. (2016). *Boş Zaman ve Rekreasyon Kavramı*. (Editör) Müge Akyıldız Munusturlar. Rekreasyon Yönetimi, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını.

Özbey, S., Işıkgöz, E., Esentaş, M., & Güzel, P. (2018). Investigation of self-awareness levels of female students participating in international youth camp by different variables. *Pamukkale Spor Bilimleri Dergisi*, 9(3), 1-10.

Özdemir, M., Özari, A. ve Topuz, R. (2018). Taekwondo sporcularının boş zaman yönetimlerinin bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi. Proceedings of 3rd International Scientific Research Congress on Humanities and Social Sciences, July 9-11, 2018-Skopje, Macedonia.



Özdemir, S., Utkun, E. ve Yeşil, E. (2015). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri: Pamukkale Üniversitesi örneği. *Journal of Vocational Colleges*, 5(1), 82-88.

Özgen, C. (2002). *Etkili zaman yönetimi*. Ankara: Bilkent Üniversitesi Yayınları.

Parr, M.G. and Lashua, B.D. (2004). What is leisure? The Perceptions of recreation practitioners and others. *Leisure Sciences*, 26(1), 1-17.

Robinson, J.E. and Godbey, G. (1997). *Time for life: The surprising ways Americans use their time*. University Park: The Pennsylvania State University Press

Sevil, T., Şimşek, K.Y., Katırcı, H., Çelik, O. ve Çeliksoy, M.A. (2012). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.

Sugötüren, M., Ballı, M ve Gökçe, H. (2011). Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin zaman yönetimi davranışları. *SPORMETRE- Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3, 91-96.

Tarakcı, H., Şentürk, E. ve Gökdeniz, İ. (2019). *Öğrencilerin boş zaman yönetimi becerilerinin yerel girişimciler üzerine etkisi*. Zeugma II. Uluslararası Multidisipliner Çalışmalar Kongresi, 18-20 Ocak-Gaziantep. Tam metin kitabı içinde, 1859-1868.

Wang, W.C., Kao, C.H., Huan, T.C. and Wu, C.C. (2011). Free time management contributes to better quality of life: A study of undergraduate students in Taiwan. *Journal of Happiness Studies*, 12(4), 561-573.

Wang, WC. and Kao, CH. (2006). An exploration of the relationships between free time management and the quality of life of wage-earners in Taiwan. *World Leisure Journal*, 48(1), 24-33.

Warren, K. (1990): *Women's outdoor adventures*. In Miles, J.C. and Priest, S. (Eds.). *Adventure Education*. State College, PA: Venture.

Yaşartürk, F., Akyüz, H. ve Karataş, İ. (2018). Rekreasyon bölümü öğrencilerinin boş zaman yönetimi ile akademik başarılarını etkileyen örgütsel faktörler arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 233-243.

Yıldırım, T.A. (2021). Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin okudukları bölüm ve bazı sosyo-demografik değişkenlere göre boş zaman yönetimlerinin incelenmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(2), 1-9.