



Copyright © 2022 T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı
<http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>
 Gençlik Araştırmaları Dergisi • Ağustos 2022 • 10(27) • 1-9

ISSN 2791-8157
 Başvuru | 18 Mayıs 2021
 Kabul | 23 Aralık 2021

Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Tutumları ile Serbest Zamanda Sıkılma Algıları Arasındaki İlişki

*Emrah Serdar**

*Duygu Harmandar Demirel***

Öz

Bu araştırmanın amacı, katılımcıların serbest zaman tutumları ile serbest zamanda sıkılma algıları arasındaki farklılıkların ortaya koyulmasıdır. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin serbest zaman tutumları ile serbest zamanda sıkılma algıları arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Araştırmanın çalışma grubunu, amaçlı örnekleme yöntemi ile İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan 132 erkek ve 119 kadın olmak üzere toplamda 251 kişi oluşturmuştur. Çalışmada kullanılan veri toplama araçları; kişisel bilgi formuna ek olarak, Iso-Ahola ve Weissinger (1990) tarafından geliştirilen, Kara ile ark., (2014) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği (BZSAÖ)" ile Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilen ve Akgül ile Gürbüz (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ)" kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise, MANOVA ve Pearson Korelasyon analizlerinden faydalanılmıştır. MANOVA analizi sonuçlarına göre; "Cinsiyet" ve "Refah Durumları" değişkenlerinin BZTÖ ile BZSAÖ'nün alt faktörleri üzerindeki ana etkisinin manidar olduğu tespit edilmiştir. BZTÖ'nün alt boyutları ile BZSAÖ'nün "Sıkılma" alt boyutu arasında düşük ve negatif yönde bir ilişki olduğu görülürken; BZSAÖ'nün "Doyum" alt boyutu ile arasında ise orta ve pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak; katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre, BZTÖ ile BZSAÖ düzeylerinin farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Son olarak ise, bireylerin serbest zaman tutum düzeyleri ile sıkılma algıları arasında düşük yönde ve negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Serbest Zaman, Serbest Zaman Tutumu, Serbest Zamanda Sıkılma Algısı.

* Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, serdar-emrah@hotmail.com, ORCID: 0000-0003-2438-6748

** Doç. Dr. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, duyguharmandar@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4090-7929

Abstract

This study aims to ascertain (i) the relationship between and (ii) the differences in participants' leisure attitudes and leisure boredom. The study sample consisted of 251 university students—132 males and 119 females—enrolled in Istanbul University–Cerrahpaşa's Faculty of Sport Sciences selected through purposeful sampling. The Leisure Boredom Scale (LBS) (Iso-Ahola & Weissinger, 1990), adapted into Turkish by Kara et al. (2014), and the Leisure Attitude Scale (LAS) (Ragheb & Beard, 1982), adapted into Turkish by Akgül and Gürbüz (2011), and a personal information form were used to collect data for the study. Both a MANOVA and Pearson's correlation coefficient were used to analyze the data collected. The MANOVA analysis revealed that gender and welfare status had a statistically significant effect on the sub-dimensions of both the LAS and LBS. We furthermore found a negative, low-level relationship both with the subscales of LAS and with the boredom subscales of LBS as well as also a positive, medium-level relationship with satisfaction. As a result, we found that scores on the LAS and LBS differed by participants' socio-demographic characteristics. Finally, we found a negative, low-level relationship between participants' leisure attitudes and boredom.

Keywords: Leisure, Leisure Attitude, Leisure Boredom

Giriş

Bilimsel ve teknolojik alanda meydana gelen gelişmeler, yaşam şartlarının kolaylaşması ve çalışma yaşamının düzene girmesi bireylerin serbest zamanlarının artmasını sağlamış ve serbest zaman aktivitelerinin daha önemli bir hale geldiği belirtilmiştir. (Derman, 2018). Genel olarak serbest zaman aktiviteleri, bireylerin serbest zamanlarında katılım gösterdikleri egzersizler ve sosyalleşme gibi faaliyetler şeklinde tanımlanmaktadır (Paggi ve ark., 2016; Pressman ve ark., 2009). Diğer bir ifadeyle, serbest zaman aktivitelerinin bireylerin sosyal hayatlarında ve yorucu çalışma yaşamlarında gündelik sorunlardan kaçmalarına fırsat veren aktivitelerin bütünü olduğu (Gökyürek, 2016) ve sosyal etkileşimi ifade ettiği belirtilmiştir (Kelly, 1994; Serdar ve ark., 2017). Bu görüşe paralel olarak, gündelik hayatın kaçınılmaz bir neticesi olarak meydana gelen fizyolojik ve psikolojik problemlerle başa çıkmada ve insan organizmasının sağlıklı ve zinde olmasında, serbest zamanda katılım gösterilen serbest zaman aktivitelerinin önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir (Çuhadar ve ark., 2019; Güngörmüş ve ark., 2014; Rhodes ve Dean, 2009).

Kişilerin serbest zamanlarında kişisel gelişimlerine katkı sağlayacak ya da bu zamanın verimli şekilde değerlendirilmesini sağlayacak serbest zaman aktivitelerine katılımın artmasının ise, bu aktivitelere ilişkin sonradan öğrenilecek tutumlar ile yakından ilişkili olduğu belirtilmiştir (Akgül ve Gürbüz, 2011). Bu bağlamda, serbest zaman tutumu, kişilerin serbest zamana ve serbest zaman aktivitelerine ilişkin duygu, düşünce ve davranışlarını, katılım gösterdikleri aktivitelerden elde ettikleri bilgi, beceri, deneyim, anı ve duygulardan ortaya çıkan, olumlu veya olumsuz tepkiler ya da eğilimler şeklinde

ifade edilmektedir (Karadeniz ve ark., 2019; Teaff ve ark., 1975). Mannell ve Kleiber (1997) ise, serbest zaman tutumunun bireylerin potansiyel serbest zaman katılımlarına ilişkin isteklilik durumlarını yansıttığını belirtmişlerdir. (Gao ve ark., 2019). Diğer bir deyişle, bireylerin serbest zaman tutumlarının, onların serbest zaman aktivitelerine katılım göstermelerinde motivasyon kaynağı olduğu söylenebilir (Kesici, 2019). Ragheb ve Beard (1982)'a göre serbest zaman tutumu bilişsel, duyuşsal ve davranışsal olmak üzere üç bileşenden oluşmaktadır (Kim ve ark., 2015). Bilişsel bileşen; bireylerin serbest zaman aktivitelerine ilişkin genel bilgi ve inançlarını içermektedir. Duyuşsal bileşen; bireylerin serbest zaman aktivitelerinden elde ettikleri deneyimlerin değerlendirmesini ifade etmektedir. Davranışsal bileşen ise; bireylerin geçmiş veya mevcut serbest zaman aktivitelerine katılım sıklıklarını ve davranış eğilimlerini yansıtmaktadır (Kara ve ark., 2019; Teixeira ve Freire, 2013).

Bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılım göstermelerini ve etkinliklere yönelik devamlılığı azalttığı düşünülen serbest zamanda sıkılma algısı kavramı ise (Aydın ve ark., 2019), bireylerin ilgilerini karşılayacak bir etkinliğin olmaması neticesinde ortaya çıkan mutsuzluk ya da doyumumsuzluk durumu olarak ifade edilmektedir (Yaşartürk ve ark., 2017). Başka bir deyişle, kişilerin serbest zaman deneyimlerinden yeterince tatmin olmadıklarında, serbest zaman deneyimleri sırasında ihtiyaçları karşılanmadığında, aktivitelere katılmak için gerekli olan becerilerden yoksun olduklarında ve aktiviteleri yeterince zorlayıcı bulmadıklarında serbest zamanda sıkılma algısının ortaya çıkacağı belirtilmiştir (Iso-Ahola ve Weissinger, 1990; Kaas ve Uğur, 2017; Wegner ve ark., 2008). Serbest zamanda sıkılma algısına neden olan etmenler ise, Iso-Ahola ve Weissinger (1987) tarafından kişilerde serbest zamana yönelik var olan olumsuz tutumlar, kişilerdeki eksik motivasyon kaynakları ve serbest zaman aktivitelerine katılım göstermede engelleyici faktörlerin fazla olması şeklinde belirtilmiştir (İskender ve Güçer, 2018).

Konuya ilişkin alanyazında serbest zaman tutumuna yönelik yapılan çalışmalar incelendiğinde; serbest zaman tutumu ile serbest zaman engelleri (Karadeniz ve ark., 2019; Kesici, 2019), serbest zaman motivasyonu (Arguz ve Erdoğan, 2021), serbest zaman doyum (Siegenthaler ve O'Dell, 2000; Kim ve ark., 2015), serbest zamanda algılanan özgürlük (Siegenthaler ve O'Dell, 2000), umutsuzluk (Yıldız ve Yiğiter, 2018), mutluluk (Karaman ve ark., 2016), yaşam doyum (Ayhan ve Özel, 2020) gibi konular üzerinde araştırmaların yapıldığı görülmektedir. Yine, alanyazında serbest zamanda sıkılma algısına ilişkin yapılan araştırmalar incelendiğinde; serbest zamanda sıkılma algısı ile serbest zaman yönetimleri (Er ve ark., 2020; Wang, 2019; Wang ve ark., 2012), serbest zamanda algılanan özgürlük (Kara, 2019), serbest zaman doyum (Doğan ve ark., 2019), internet bağımlılığı (Kara, 2019), yaşam doyum (Kara ve ark., 2018; Yaşartürk ve ark., 2017), egzersiz bağımlılığı (Köse ve Bayköse, 2019), benlik saygısı (Kara ve ark., 2018), iş tatmini (Doğan ve ark., 2019) gibi konular üzerinde çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Bireylerin serbest zaman aktivitelerine yönelik olumlu tutum göstermeleri neticesinde onların serbest zamana ilişkin sıkılma algılarının azalacağı düşünülmektedir. Yukarıda belirtilen bilgiler ışığında, çalışmanın amacı katılımcıların serbest zaman tutumları ile serbest zaman sıkılma algıları arasındaki farklılıkların ortaya koyulmasıdır. Aynı zamanda, üniversite öğrencilerinin serbest zaman tutumları ile serbest zamanda sıkılma algıları arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Yöntem

Araştırma Modeli: Çalışmanın amacı kapsamında tarama modeli kullanılmıştır. Evrene ilişkin genel bir kaniya ulaşabilmek için, evrenin tümünü veya temsil ettiği varsayılan bir örneklem grubunda araştırmanın yapılması tarama modeli şeklinde ifade edilmektedir (İslamoğlu ve Alniaçık, 2014). İlişkisel tarama modeli ise, iki ya da daha fazla değişkenin birlikte değişim varlığını, yönünü ve şiddetini belirlemesi şeklinde açıklanmaktadır (Karasar, 2014).

Araştırma Grubu: Çalışmanın evrenini Türkiye'deki üniversitelerde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Bu bağlamda araştırmanın örneklem grubunu, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan 132 erkek ($Ort_{yaş} = 21.33 \pm 3.25$) ile 119 kadın ($Ort_{yaş} = 20.73 \pm 2.62$) olmak üzere toplamda 251 kişi oluşturmaktadır. Çalışmaya katılanların %41,8'inin "Spor Yöneticiliği" bölümünde öğrenim gördüğü, %31,1'inin haftalık serbest zaman sürelerinin "6-10 Saat" arasında iken, %47,4'ünün ise refah durumunun "Normal" olduğu belirlenmiştir.

Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ): Katılımcıların serbest zaman tutum düzeylerini tespit etmek amacıyla Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçeye Akgül ve Gürbüz (2011) tarafından uyarlanan "Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ)" kullanılmıştır. Ölçek, 36 madde ve "Bilişsel", "Duyuşsal" ve "Davranışsal" alt boyutlardan oluşmaktadır. Ölçek alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları sırasıyla; "Bilişsel" alt boyutta .81, "Duyuşsal" alt boyutta .92 ve "Davranışsal" alt boyutta ise .91 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise iç tutarlılık katsayıları sırasıyla; .90, .90 ve .84 olarak belirlenmiştir. Ölçek formundaki maddeler ise, (1) Kesinlikle Katılmıyorum, (5) Kesinlikle Katılıyorum şeklinde cevaplanmaktadır.

Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği (BZSAÖ): Katılımcıların serbest zamanda sıkılma algılarını belirlemek için Iso-Ahola ve Weissinger (1990) tarafından geliştirilen, Türkçeye Kara ve ark., (2014) tarafından uyarlanan "Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği (BZSAÖ)" kullanılmıştır. Ölçek, "Sıkılma" ve "Doyum" olmak üzere iki alt boyuttan ve 10 maddeden oluşmaktadır. Alt boyutlar için iç tutarlılık katsayıları sırasıyla; "Sıkılma" alt boyutu için .72 ve "Doyum" alt boyutu için ise, .77 olarak belirlenmiştir. Alt boyutların iç tutarlılık katsayıları bu çalışma için sırasıyla; .70 ve .67 olarak belirlenmiştir. Ölçek formundaki maddeler ise, (1) Kesinlikle Katılmıyorum, (5) Tamamen Katılıyorum şeklinde cevaplanmaktadır.

Araştırma Yayın Etiği: Bu araştırmanın İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurul başkanlığının 02.02.2021 tarihli 20528 sayılı kararı sonucunda etik açıdan uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında toplanan verilerin, SPSS 20.0 paket programından faydalanılarak analizleri yapılmıştır. Çalışmaya dahil olan bireylerin kişisel bilgilerine ilişkin dağılımlarını tespit etmek amacıyla yüzde ve frekans yöntemleri kullanılmıştır. Verilerin basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiğinin anlaşılması üzerine verilerin analizinde MANOVA ve Pearson Korelasyon analizlerinden faydalanılmıştır. Ayrıca, ölçeklerin iç tutarlılık katsayılarını belirlemek için Cronbach Alpha hesaplaması yapılmıştır.

Bulgular**Tablo 1. Ölçek Puanlarının Dağılımı**

	Alt Boyutlar	Madde Sayısı	n	Ort.	Ss.	Çar.	Bas.
	Bilişsel	12	251	4.18	0.56	-0.60	0.40
BZTÖ	Duyuşsal	12	251	4.01	0.59	-0.48	0.64
	Davranışsal	12	251	3.65	0.61	0.68	0.35
BZSAÖ	Sıkılma	5	251	2.45	0.77	0.49	-0.15
	Doyum	5	251	3.67	0.65	-0.47	1.05

Tablo 1’de çalışmaya katılan katılımcıların ölçek alt faktörlerinden aldıkları ortalama puanlar değerlendirildiğinde; BZTÖ’nün alt faktörlerinde, en yüksek ortalama puanın “Bilişsel” (4.18) alt faktöründe olduğu, en düşük ortalama puanın ise, Davranışsal” (3.65) alt faktöründe olduğu belirlenmiştir. BZSAÖ’nün alt faktörlerinde ise, en yüksek ortalama puanın “Doyum” (3.67) alt faktöründe, en düşük ortalama puanın ise, “Sıkılma” (2.45) alt faktöründe olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. BZTÖ-BZSAÖ Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre MANOVA Sonuçları

Ölçekler		Erkek (n=132)		Kadın (n=119)	
		Ort.	Ss.	Ort.	Ss.
	Bilişsel	4,13	0.59	4.23	0.52
BZTÖ	Duyuşsal	3.94	0.65	4.09	0.52
	Davranışsal	3.66	0.63	3.64	0.59
BZSAÖ	Sıkılma	2.61	0.79	2.28	0.71
	Doyum	3.58	0.71	3.77	0.57

Tablo 2’de MANOVA analizi sonuçlarına göre, cinsiyetin BZTÖ’nün alt faktörleri üzerindeki ana etkisinin manidar olduğu belirlenmiştir [$\lambda = 0.964$, $F_{(3,247)} = 3.044$; $p < 0.05$]. Alt faktörler düzeyinde ise, yalnızca “Duyuşsal” alt boyutta anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir [$F_{(1-249)} = 3.679$; $p < 0.05$]. Kadınların ortalama alt boyut puanlarının erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların cinsiyetlerinin BZSAÖ’nün alt faktörleri üzerindeki temel etkisinin manidar olduğu saptanmıştır [$\lambda = 0.949$, $F_{(2,248)} = 6.617$; $p < 0.05$]. Alt boyutlar düzeyinde ise, “Sıkılma” alt boyutu [$F_{(1249)} = 11.436$; $p < 0.05$] ve

“Doyum” alt boyutunda [$F(1-249)=5.336$; $p<0.05$] anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Sıkılma alt boyutunda erkeklerin ortalama puanları daha yüksek iken, doyum alt boyutunda kadın katılımcıların puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3. BZTÖ-BZSAÖ Ölçek Puanlarının Haftalık Serbest Zaman Sürelerine Göre MANOVA Sonuçları

Ölçekler	1-5 Saat (n=55)		6-10 Saat (n=78)		11-15 Saat (n=47)		16 Saat ve üzeri (n=71)		
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	
BZTÖ	Bilişsel	4.07	0.64	4.27	0.55	4.13	0.53	4.18	0.51
	Duyuşsal	3.95	0.68	4.10	0.62	4.03	0.55	3.95	0.51
	Davranışsal	3.71	0.64	3.71	0.70	3.61	0.54	3.56	0.51
BZSAÖ	Sıkılma	2.58	0.76	2.34	0.85	2.41	0.66	2.50	0.75
	Doyum	3.60	0.60	3.68	0.74	3.77	0.68	3.66	0.57

Tablo 3’de MANOVA sonuçlarına göre, haftalık serbest zaman sürelerinin BZTÖ’nün alt faktörleri üzerindeki temel etkisinin istatistiksel olarak manidar olmadığı gibi alt boyutlar düzeyinde de anlamlı farklılık tespit edilememiştir [$\lambda= 0.950$, $F_{(9,596)}=1.421$; $p>0.05$]. Bireylerin haftalık serbest zaman sürelerinin BZSAÖ’nün alt faktörleri üzerindeki temel etkisinin manidar olmadığı gibi alt boyutlarda da anlamlı farklılık tespit edilememiştir [$\lambda= 0.981$, $F_{(6,492)}=.784$; $p>0.05$].

Tablo 4. BZTÖ-BZSAÖ Ölçek Puanlarının Refah Durumuna Göre MANOVA Sonuçları

Ölçekler	Kötü (n=58)		Normal (n=119)		İyi (n=74)		
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	
BZTÖ	Bilişsel	3.98	0.62	4.41	0.38	3.96	0.62
	Duyuşsal	3.81	0.58	4.23	0.46	3.83	0.67
	Davranışsal	3.57	0.61	3.80	0.54	3.46	0.65
BZSAÖ	Sıkılma	2.66	0.81	2.33	0.71	2.49	0.80
	Doyum	3.45	0.74	3.87	0.56	3.54	0.63

Tablo 4’de MANOVA analizi sonuçlarına göre, bireylerin refah durumlarının BZTÖ’nün alt faktörleri üzerindeki ana etkisinin manidar olduğu belirlenmiştir [$\lambda = 0.836$, $F_{(6,492)} = 7.693$; $p < 0.05$]. Alt faktörler düzeyinde ise, “Bilişsel” [$F_{(2-248)} = 21.754$; $p < 0.05$], “Duyuşsal” [$F_{(2-248)} = 16.504$; $p < 0.05$] ve “Davranışsal” [$F_{(2248)} = 8.056$; $p < 0.05$] alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Tüm alt boyutlarda refah durumu normal olan katılımcıların ortalama puanları diğer katılımcıların puanlarından daha yüksektir. Katılımcıların refah durumlarının BZSAÖ’nün alt boyutları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir [$\lambda = 0.911$, $F_{(4,494)} = 5.882$; $p < 0.05$]. Alt faktörler düzeyinde ise, “Sıkılma” [$F_{(2-248)} = 3.778$; $p < 0.05$] ve “Doyum” [$F_{(2-248)} = 10.780$; $p < 0.05$] alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. “Sıkılma” alt boyutunda refah durumu kötü olan bireylerin ortalama puanları daha yüksek iken, “Doyum” alt boyutunda refah durumu normal olan bireylerin ortalama puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5. BZTÖ ile BZSAÖ Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

	Bilişsel	Duyuşsal	Davranışsal	Sıkılma	Doyum
Bilişsel	1				
Duyuşsal	.776**	1			
Davranışsal	.575**	.716**	1		
Sıkılma	-.228**	-.264**	-.140*	1	
Doyum	.514**	.504**	.421**	-.320**	1

**($p < 0.01$)

Tablo 5’de BZTÖ ile BZSAÖ arasındaki ilişkinin tespitine yönelik Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre; BZTÖ’nün alt faktörleri ile BZSAÖ’nün “Sıkılma” alt boyutu arasında negatif ve düşük yönde ilişki, “Doyum” alt boyutu ile pozitif ve orta yönde ilişki olduğu belirlenmiştir.

Tartışma

Katılımcıların cinsiyetlerinin serbest zaman tutumlarının alt faktörleri üzerindeki ana etkisinin manidar olduğu ve alt faktörler düzeyinde ise sadece “Duyuşsal” boyutta kadınların puanlarının erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bulgular ışığında, alanyazında Karadeniz ve ark., (2019), Karakullukçu (2020), Kaya ve Gürbüz (2015) ve Yaşartürk (2016) tarafından yapılan çalışmaların sonuçları ile bu araştırmanın sonuçları paralellik göstermektedir. Bu durum, kadınların serbest zamanlarını değerlendirmede erkeklere oranla duyuşsal yönden daha fazla eğilim gösterdikleri şeklinde yorumlanabilir.

Kadın ve erkeklerin BZSAÖ’nün alt faktörleri üzerindeki ana etkisinin manidar olduğu, “Sıkılma” boyutunda erkeklerin, “Doyum” boyutunda ise, kadınların puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, erkeklerin serbest zamanlarına yönelik sıkılma algılarının kadınlara

oranla daha yüksek olduğu, kadınların ise, serbest zamanlarını değerlendirmede erkeklere oranla daha fazla doyum elde ettikleri şeklinde açıklanabilir. Bu durum, genel olarak kadın ve erkeklerin serbest zamanlarını değerlendirmeye ilişkin gösterdikleri eğilim ve beklenti durumlarının birbirlerine göre farklılık gösterdiği şeklinde açıklanabilir. Alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde ise, Kaas ve Uğur (2017), Kara (2019), Doğan ve ark., (2019) ve Çakır (2019) tarafından yapılan çalışmalar ile bu araştırmanın sonuçları örtüşürken, Kara ve ark., (2018), Kara ve Gücal (2016) ve Aydın ve ark., (2019) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ile örtüşmemektedir.

Bireylerin haftalık serbest zaman sürelerinin BZTÖ'nün alt faktörleri üzerindeki temel etkisinin manidar olmadığı gibi alt faktörler düzeylerinde de istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanamamıştır. Diğer bir deyişle, 6-10 saat arasında haftalık serbest zaman süresine sahip olan bireylerin alt boyut ortalama puanları diğer bireylerin ortalama puanlarından daha yüksek olmasına rağmen bu farklılık anlamlı değildir. Bu durum, bireylerin haftalık olarak sahip oldukları serbest zaman sürelerinin onların serbest zamana yönelik tutumlarını belirlemede önemli bir etmen olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Bu noktadan hareketle, Çelik (2014) tarafından yapılan çalışmada katılımcıların haftalık serbest zaman sürelerine göre serbest zaman tutumları arasında farklılığın saptanamadığı belirtilmiştir. Bu bağlamda, Çelik (2014) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları örtüşmektedir.

Bireylerin haftalık serbest zaman sürelerinin BZSAÖ'nün alt faktörleri üzerindeki ana etkisinin anlamlı olmadığı gibi alt boyutlar arasında da anlamlı farklılık belirlenmemiştir. Başka bir deyişle, katılımcıların haftalık serbest zaman sürelerinin onların serbest zamana ilişkin sıklık algılarını belirlemede bir etken olmadığı ve bireylerin sahip oldukları haftalık serbest zaman sürelerinin etkili ve verimli bir şekilde değerlendirme gerekliliğinin ortaya çıktığı söylenebilir. Elde edilen bulgular ışığında, Yaşartürk ve ark., (2017)'nin yaptığı çalışmada katılımcıların günlük serbest zaman sürelerine göre BZSAÖ'nün sıklık alt boyutu arasında düşük ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir. Serdar ve ark., (2019) tarafından yapılan çalışmada BZSAÖ'nün doyum alt boyutunda 1-5 saat arasında haftalık serbest zaman süresine sahip bireylerin ortalama puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların refah durumlarının serbest zaman tutumlarının alt faktörleri üzerindeki temel etkisinin manidar olduğu ve tüm alt boyutlarda farklılık olduğu belirlenmiştir. Başka bir deyişle, refah durumu normal olan bireylerin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal alt boyut puanlarının diğer katılımcıların alt boyut puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, bireylerin refah durumlarının serbest zamana ilişkin tutumlarını belirlemede önemli bir değişken olduğu şeklinde yorumlanabilir. Bu noktadan hareketle, Serdar (2020) tarafından yapılan çalışmada BZTÖ'nün tüm alt boyutlarında refah durumu iyi olan bireylerin ortalama puanlarının diğer bireylerin puanlarından daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Ancak, Gökçe (2019) tarafından yapılan çalışmada bireylerin refah durumlarına göre BZTÖ'nün alt faktörleri arasında farklılık olmadığı belirlenmiştir. Bu noktadan hareketle, Serdar (2020) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile bu araştırmanın sonuçları örtüşmektedir.

Bireylerin refah durumlarının BZSAÖ'nün alt faktörleri üzerindeki ana etkisinin manidar olduğu gibi sıkılma ve doyum boyutların da anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. "Sıkılma" alt boyutunda refah durumu kötü olan katılımcıların ortalama puanlarının yüksek olduğu, "Doyum" alt boyutunda ise, refah durumu normal olan katılımcıların puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu noktadan hareketle, katılımcıların gelir ya da refah durumlarının onların serbest zamanlarını değerlendirmede ya da kendi istek ve arzuları doğrultusunda katılım gösterecekleri aktivitelerin belirlenmesinde önemli bir etken olduğu şeklinde yorumlanabilir. Konuya ilişkin alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde, Kara ve ark., (2018), Çakır (2019) ve Serdar ve ark., (2019) tarafından yapılan araştırmaların sonuçlarıyla bu araştırmanın sonuçları örtüşmemektedir.

BZTÖ'nün alt boyutları ile BZSAÖ'nin "Sıkılma" boyutu arasında negatif ve düşük yönde ilişki, "Doyum" boyutu ile arasında pozitif ve orta yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, katılımcıların serbest zamana ilişkin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal düzeyleri ile serbest zamanda sıkılma algıları arasında negatif ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu, yine bireylerin serbest zamana ilişkin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal düzeyleri ile serbest zamanda sıkılma algılarının doyum düzeyinde pozitif ve orta seviyede bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum, bireylerin serbest zamanları değerlendirmeye yönelik olumsuz bir tutuma sahip olduklarında sıkılma algılarının arttığı, olumlu bir tutuma sahip olduklarında ise doyum düzeylerinin arttığı şeklinde açıklanabilir. Alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde ise, Yaşartürk (2016) tarafından yapılan çalışmada BZTÖ'nün bilişsel ve duyuşsal alt boyutları ile BZSAÖ'nün sıkılma boyutu arasında negatif ve düşük yönde ilişki olduğunu, yine BZSAÖ'nün doyum boyutu ile BZTÖ'nün tüm boyutları arasında orta ve pozitif yönde ilişki olduğunu belirtmiştir. Yıldırım (2019) tarafından yapılan çalışmada ise, BZTÖ'nün alt boyutları ile BZSAÖ'nün sıkılma boyutu arasında negatif ve anlamlı ilişki olduğu, BZTÖ'nün alt faktörleri ile BZSAÖ'nün doyum boyutu arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğu belirtilmiştir. Bu bağlamda, Yaşartürk (2016) ile Yıldırım (2019) tarafından yapılan çalışmaların sonuçlarıyla bu araştırmanın sonuçları örtüşmektedir.

Sonuç

Kadınların duyuşsal alt boyut puanlarının erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yine kadınların doyum alt boyut puanları daha yüksek iken, erkeklerin sıkılma alt boyut puanlarının kadınlara oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Bireylerin haftalık serbest zaman sürelerine göre BZTÖ ile BZSAÖ alt faktörleri arasında farklılık olmadığı saptanmıştır. Refah durumu normal olan bireylerin BZTÖ'nün tüm alt boyutlarında yüksek puan elde ettikleri, refah durumu kötü olan bireylerin sıkılma alt boyut puanlarının, refah durumu normal olan katılımcıların ise doyum alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Son olarak ise, BZTÖ'nün alt boyutları ile BZSAÖ'nin "Sıkılma" boyutu ile negatif ve düşük yönde ilişki, "Doyum" boyutu arasında pozitif ve orta yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Bundan sonra yapılacak olan araştırmalarda, katılımcıların serbest zamanda sıkılma algıları ile serbest zaman doyumunu, yaşam doyumunu ve mutluluk gibi konular ile birlikte ele alınabilir. Yine, bireylerin serbest zamana yönelik tutumlarına ilişkin serbest zamanda algılanan özgürlük, serbest zaman engelleri ve serbest zaman motivasyonu gibi konularla ele alınarak aralarındaki ilişki incelenebilir.



The Relationship between University Students' Leisure Attitudes and Leisure Boredom

*Emrah Serdar**

*Duygu Harmandar Demirel***

Introduction

Developments in the scientific and technological fields, combined with the regularization of working life and more convenient living conditions have engendered an increase in people's leisure, and thus making leisure activities more important (Derman, 2018). Increased participation in leisure activities, is closely related to the attitudes to be learned by means of these very activities (Akgül & Gürbüz, 2011). The concept of leisure attitude can therefore be defined as positive or negative reactions or tendencies that consist of individuals' feelings, thoughts and behaviors regarding leisure time and leisure activities, as well as the knowledge, skills, experiences, memories and emotions they have gained from participation in such activities (Karadeniz et al., 2019 Teaff et al., 1975). Boredom during leisure time manifest as feelings of unhappiness or dissatisfaction brought about by a lack of interest in the activity (Yaşartürk et al., 2017). Based on this, our study aims to determine the relationship between university students' leisure attitudes and their feeling of boredom during leisure time.

Method

We employed a survey model in our study, as such models allow researchers to reach a general conclusion about the population under investigation, either by surveying the entire population or a sample group deemed to be representative of said population (İslamoğlu & Almiaçık, 2014). The relational screening model explained as two or more variables determining the presence, direction and severity of change together (Karasar, 2014). The study group consisted of 251 participants, 132 males (Mean_{age} = 21.33 ± 3.25) and 119 females (Mean_{age} = 20.73 ± 2.62) selected by purposeful sampling. The Leisure Boredom Scale

* Assistant Professor, Istanbul University-Cerrahpasa, Faculty of Sports Sciences, Department of Recreation, serdar-emrah@hotmail.com, ORCID: 0000-0003-2438-6748

** Associate Professor, Necmettin Erbakan University, Ahmet Keleşoğlu Education of Faculty, Department of Physical Education and Sports, duyguharmandar@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4090-7929

(LBS), the Leisure Attitude Scale (LAS) and a personal information form were used to collect data, which were subsequently analyzed using MANOVA and Pearson's correlation coefficient.

Results

The MANOVA results revealed that gender has a significant impact on the subscales of LAS [$\lambda= 0.964$, $F_{(3,247)}=3.044$]. We only found there to be a significant difference in the affective sub-dimension of the scale [$F_{(1-249)}=3.679$]. Females' mean sub-dimension scores were higher than their male counterparts. Gender was also found to have a meaningful [$\lambda= 0.949$, $F_{(2,248)}=6.617$] impact on the LBS subscales of boredom [$F_{(1-249)}=11.436$] and satisfaction [$F_{(1-249)}=5.336$]. While males had higher mean scores for boredom, females had higher scores for satisfaction. We found that there was no impact of weekly leisure variable in the sub-dimensions of the LAS [$\lambda= 0.950$, $F_{(9,596)}=1.421$]. The main effect of the participants' weekly leisure on the subscales of LBS was not meaningful, and there was no meaningful difference in the subscales [$\lambda= 0.981$, $F_{(6,492)}=.784$]. We further found that participants' welfare status has a significant impact on LAS sub-dimensions [$\lambda= 0.836$, $F_{(6,492)}=7.693$]. We found a significant difference in the subscales of cognitive [$F_{(2-248)}=21.754$], affective [$F_{(2-248)}=16.504$] and behavioral [$F_{(2-248)}=8.056$] sub-dimensions. Participants with normal welfare status had higher mean scores than other participants. Participants welfare status has a significant impact on LBS subscales [$\lambda= 0.911$, $F_{(4,494)}=5.882$]. We likewise found a significant difference in the boredom [$F_{(2-248)}=3.778$] and satisfaction [$F_{(2-248)}=10.780$] sub-dimensions. Individuals with bad welfare status had higher mean scores in the "boredom" sub-dimension, whereas individuals with normal welfare status scored higher in the "satisfaction" sub-dimension. While Pearson's correlation analysis revealed a negative low-level correlation between LAS sub-dimensions, and the "boredom" sub-dimension in the LBS, it revealed a positive medium-level correlation with the "satisfaction" sub-dimension.

Conclusion

We found that female students' scored higher on the affective sub-dimension than their male counterparts. We also found that while females' scored in satisfaction, males scored higher in boredom. We discovered no significant difference between the LAS and LBS sub-dimensions regarding the time students spent at leisure each week. Respondents with normal welfare status scored high in all LAS sub-dimensions. While individuals with poor welfare status scored high in the boredom sub-dimension, individuals with normal welfare status had higher scores in the satisfaction sub-dimension. Finally, we found a negative, low-level correlation between LAS sub-dimensions and the boredom sub-dimension of the LBS, as well as a positive, medium-level correlation with satisfaction. Future studies, can examine the relationship between participants' leisure boredom, leisure satisfaction, life satisfaction, happiness, attitudes toward leisure, perceived freedom during leisure time, leisure constraints, and leisure motivation.

Kaynakça/References

- Akgül, B.M. & Gürbüz, B. (2011). Boş Zaman Tutumu Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. XVI(1), 37-43.
- Arguz, İ. & Erdoğan, M. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının İncelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*. 4(1), 1-9.
- Aydın, İ., Öncü, E., Akbulut, V. & Kılıç, S.K. (2019). Öğretmen Adaylarında Boş Zaman Sıkılma Algısı ve Psikolojik Sağlık İlişkisi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 21(1), 39-53.
- Ayhan, B. & Özel, B. (2020). Examining the Relationship between Leisure Attitude and Life Satisfaction Levels of University Students. *International Journal of Sport Culture and Science*. 8(3), 154-166.
- Çakır, V.O. (2019). The Relationship Between Leisure Time Management and Perceptions of Boredom. *World Journal of Education*. 9(3), 38-45.
- Çelik, Z. (2014). Ankara Polis Koleji Öğrencilerinin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- Çuhadar, A., Er, Y., Demirel, M. & Demirel, D.H. (2019). Bireyleri Rekreatif Amaçlı Egzersiz Motive Eden Faktörlerin İncelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 17(3), 153-161.
- Derman, E. (2018). Serbest Zaman Aktivitesi Olarak Doğa Yürüyüşüne Gençlerin Katılım Kısıtlarının Belirlenmesi. *International Journal of Academic Value Studies*. 4(19), 429-434.
- Doğan, M., Elçi, G. & Gürbüz, B. (2019). Serbest Zaman Doyumu, Serbest Zamanda Sıkılma Algısı ve İş Tatmini İlişkisi: Akademisyenler Üzerine Bir Araştırma. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 17(1), 154-164.
- Er, Y., Demirel, M. & Çuhadar, A. (2020). Investigation of Leisure Management Skills and Leisure Boredom in University Students in Terms of Different Variables. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 9(6), 49-54.
- Gao, M., Chen, C.C. Huang, Y.C. & Lin, Y.H. (2019). Work and Leisure in Taiwan: Examining the Antecedents and Consequences of Work-Leisure Conflicts. *Leisure Studies*. 38(1), 128-143.
- Gökçe, S.C. (2019). Spor Genel Müdürlüğü Merkez Teşkilatında Çalışan Personelin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi. Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale.
- Gökyürek, B. (2016). An Analysis of Leisure Attitudes of the Individuals Participating in Dance Activities and the Relationship between Leisure Attitude and Life Satisfaction. *International Journal of Environmental & Science Education*. 11(10), 3285-3296.
- Güngörmüş H.A., Yenel F. & Gürbüz B. (2014). Examination of Recreational Motives of Individuals: Demographic Differences. *International Journal of Human Science*. 11(1), 373-386.
- Iso-Ahola, S. E. & Weissinger, E. (1987). Leisure and Boredom. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 5(3), 356-364.
- Iso-Ahola, S.E. & Weissinger, E. (1990). Perceptions of Boredom in Leisure: Conceptualization Reliability and Validity of the Leisure Boredom Scale. *Journal of Leisure Research*. 22(1), 1-17.
- İskender, A. & Güçer E. (2018). Boş Zamanda Sıkılma Algısı ile Riskli Davranışlar Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Uygulama. *Turizm Akademik Dergisi*. 5(1), 86-97.
- İslamoğlu, A. H. & Alniaçık, Ü. (2014). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. (4. Baskı) İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım A.Ş.
- Kaas, E.T. & Uğur, S. (2017). Leisure Participation, İnternet Addiction and Leisure Boredom in University Students. *Journal of Educational and Instructional Studies in the World*. 7(4), 38- 47.
- Kara, F.M., Gürbüz, B. & Öncü, E. (2014). Leisure Boredom Scale: The Factor Structure and Demographic Differences. *Turkish Journal of Sport and Exercise*. 16(2), 28-35.
- Kara, F.M. (2019). İnternet Addiction: Relationship with Perceived Freedom in Leisure, Perception of Boredom and Sensation Seeking. *Higher Education Studies*. 9(2), 131-140.
- Kara, F.M. & Güçal, A.Ç. (2016). Akademisyenlerde İşkolikliğın Belirlenmesinde Serbest Zamanda Sıkılma Algısının Rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 1(1), 47-62.

- Kara, F.M., Gürbüz, B. & Sarol, H. (2018). Yetişkinlerde Serbest Zamanda Sıkılma Algısı, Algılanan Sosyal Yetkinlik ve Benlik Saygısı Düzeyinin İncelenmesi. *Uluslararası Spor, Egzersiz & Antrenman Bilimi Dergisi*. 4(4), 113-121.
- Kara, F.M., Gürbüz, B., Kılıç, S.K. & Öncü, E. (2018). An Investigation of Pre-Service Physical Education Teachers' Leisure Boredom, Life Satisfaction and Social Connectedness. *Journal of Computer and Education Research*. 6(12), 342-357.
- Kara, F.M., Sarol, H. & Güngörmüş, H.A. (2019). "Attitudes Are Contagious": Leisure Attitude and Passion of University Students. *International Education Studies*. 12(7), 42-48.
- Karadeniz, F., Müftüler, M. & Gülbeyaz, K. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutum ve Engellerinin İncelenmesi (Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Örneği). *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*. 1(2), 21-36.
- Karakullukçu, Ö.F. (2020). Öğretmen Adaylarının Boş Zaman Tutumlarının İncelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 18(1), 264-272.
- Karaman, M., Ayyıldız, T., Okan, İ. & Yaman, M. (2016). Rekreatif Dans Aktivitelerine Katılan Bireylerin Mutluluk, Boş Zaman Tutumu ve Yaşam Tatmini Düzeylerinin ve Aralarındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*. 21, 75-93.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. 27 Basım. Nobel yayıncılık.
- Kaya, S. & Gürbüz, B. (2015). An Examination of University Students' Attitudes Towards Leisure Activities. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*. 6(3), 46-59.
- Kelly, J. R. (1994). The Symbolic Interaction Metaphor and Leisure: Critical Challenges. *Leisure Studies*. 13(2), 81-96.
- Kesici, M. (2019). Yiyecek-İçecek Yöneticilerinin Boş Zaman Tutumu ve Boş Zaman Etkinliklerine Katılım Engelleri İlişkisi. *GSI Journals Serie A: Advancements in Tourism, Recreation and Sports Sciences*. 2(1), 76-94.
- Kim, S., Sung, J., Park, J. & Dittmore, S.W. (2015). The Relationship Among Leisure Attitude, Satisfaction and Psychological Well-Being for College Students. *Journal of Physical Education and Sport*. 15(1), 70-76.
- Köse, E. & Bayköse, N. (2019). Serbest Zamanda Sıkılma Algısı ve Egzersiz Bağımlılığı Arasındaki İlişki. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*. 2(1), 1-14.
- Mannell, R. C. & Kleiber, D. A. (1997). *A Social Psychology of Leisure*. State College, PA: Venture Publishing Inc.
- Paggi, M.E., Jopp, D. & Hertzog, C. (2016). The Importance of Leisure Activities in the Relationship between Physical Health and Well-Being in a Life Span Sample. *Gerontology*. 62, 450-458.
- Pressman, S.D., Matthews, K.A., Cohen, S., Martire, L.M., Scheier, M., Baum, A. & Schulz, R. (2009). Association of Enjoyable Leisure Activities with Psychological and Physical Well-Being. *Psychosomatic Medicine*. 71(1), 725-732.
- Ragheb, M. G. & Beard, J. G. (1982). Measuring Leisure Attitude. *Journal of Leisure Research*. 14(2), 155-167.
- Rhodes R.E. & Dean R.N. (2009). Understanding Physical Inactivity: Prediction of Four Sedentary Leisure Behaviors. *Leisure Sciences*. 31(2), 124-135.
- Serdar, E. (2020). Serbest Zaman Tutumu, Serbest Zaman Doyumu ve Rekreasyonda algılanan Sağlık Çıktıları Arasındaki İlişki. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Serdar, E., Demirel, D.H., Demirel, M. & Sarol, H. Serbest Zaman Sıkılma Algısı ile Algılanan Özgürlük Arasındaki İlişki. II. Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi. 21-24 Mart 2019. Manisa, Türkiye
- Serdar, E., Demirel, M., Demirel, D.H. & Çakır, V.O. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Algı Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. *Sosyal Bilimler Dergisi*. 4(18), 549- 560.
- 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.
- Teaff, J.E., Ernst, N.W. & Ernst, M. (1975). An Elderly Leisure Attitude Schedule. 28th Annual Meeting of the Gerontological Society, Louisville, Kentucky.
- Teixeira, A. & Freire, T. (2013). The Leisure Attitude Scale: Psychometric Properties of a Short Version for Adolescents and Young Adults. *Leisure/Loisir*. 37(1), 57-67.

- Wang, W.C. (2019). Exploring the Relationship among Free-Time Management, Leisure Boredom and İnternet Addiction in Undergraduates in Taiwan. *Psychological Reports*. 122(5), 1651-1665.
- Wang, W.C., Wu, C.C., Wu, C.Y. & Huan, T.C. (2012). Exploring The Relationships Between Free-Time Management and Boredom in Leisure. *Psychological Reports*. 110(2), 416-426.
- Wegner, L., Flisher, A.J., Chikobvud, P., Lombard, C. & King, G. (2008). Leisure Boredom and High School Dropout in Cape Town South Africa. *Journal of Adolescence*. 31, 421-431.
- Yaşartürk, F. (2016). Elit Düzeydeki Sporcuların Rekreatif Etkinlik Tercihlerinde Tutum, Sıkılma Algısı ile Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.
- Yaşartürk, F., Akyüz, H. & Karataş, İ. (2017). Rekreatif Etkinliklere Katılan Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zamanda Sıkılma Algısı ile Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal of Cultural and Social Studies*. 3(SI), 239- 252.
- Yıldız, H. & Yiğiter, K. (2018). Düzce Emniyet Müdürlüğü Personelinin Boş Zaman Tutumlarının ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*. 5(25), 1983-1995.
- Yıldırım, M.K. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Tutum Düzeylerinin Boş Zamanda Sıkılma Algısını Belirlemedeki Rolünün İncelenmesi. Kırıkkale Üniversite Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Kırıkkale.