

Halkın Rekreatif Faaliyetlere Katılımını Engelleyen Faktörlerin İncelenmesi: Muğla İli Örneği

Ali AĞILÖNÜ^{1†}, Tonguç Osman MUTLU¹, Buket TAZE², Asil ÇETİNKAYA³

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla.

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.

³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.

Araştırma Makalesi

Gönderi Tarihi: 23/01/2023

Kabul Tarihi: 21/03/2023

Online Yayın Tarihi: 30/06/2023

Özet

Bu araştırmanın amacı Muğla Mentеше’de yaşayan bireylerin rekreatif faaliyetlere katılımını engelleyen faktörlerin incelenmesidir. Araştırma betimsel ve ilişkisel tarama modeli olarak tasarlanmış olup anket tekniğinin kullanıldığı nicel bir araştırmadır. Anket formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde “Kişisel Bilgi Formu” ve ikinci bölümde “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” yer almaktadır. Anketin ilk bölümünde araştırmacılar tarafından hazırlanan sosyo-demografik yapıyı belirleyici sorular yer alırken, ikinci bölümünde ise Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilmiş, Karaküçük ve Gürbüz (2006) tarafından Türkçeye uyarlanan ve Gürbüz ve ark. (2020) tarafından kısa formunun yapı geçerliliği test edilen “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma verilerinin frekansı alındıktan sonra güvenilirlik ve normallik analizi yapılmıştır. Buna göre araştırma verilerinin güvenilir ve +1 ile -1 aralığında normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Bu nedenle araştırma verilerine parametrik testler uygulanmıştır. Bulgularına göre araştırmaya katılan bireylerin cinsiyetleri, medeni durumları ve çocuk durumları ile BZEÖ alt boyutları olan bilgi eksikliği, tesis, zaman ve ilgi eksikliğinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer yandan araştırmaya katılan bireylerin yaşları, günlük serbest zaman durumları ve egzersiz durumları ile BZEÖ arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Sonuç olarak, bireylerin günlük serbest zamanları azaldıkça rekreatif aktivitelere katılım engelleri artmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Halk, Muğla, Rekreatif, Rekreatif engeli.

Investigation of the Factors That Constrains the Public's Participation in Recreational Activities: Mugla Case

Abstract

The aim of this research is to examine the factors that prevent individuals living in Muğla Mentеше from participating in recreational activities. The research is a quantitative research designed as a descriptive and relational survey model and using the questionnaire technique. The questionnaire form consists of two sections. In the first section "Personal Information Form" and in the second section "Leisure Constraints Scale" is located. In the first part of the questionnaire, there are questions that determine the socio-demographic structure prepared by the researchers, while in the second part, a survey which was developed by Alexandris and Carroll (1997), was adopted to Turkish by Karaküçük and Gürbüz (2006) and the construct validity of the short form was tested by Gürbüz et al. (2020) "Leisure Constraints Scale" was used. After the frequency of the research data was taken, reliability and normality analysis were performed. Accordingly, it was seen that the research data were reliable and showed a normal distribution between +1 and -1. For this reason, parametric tests were applied to the research data. According to the findings, a significant difference was found in the gender, marital status and child status of the individuals participating in the research, as well as the lack of knowledge, facility, time and interest as the sub-dimensions of LCS. On the other hand, a significant difference was found between the ages, daily leisure time, exercise status of the individuals and LCS. In conclusion, as the daily leisure time of individuals decreases, the barriers to participation in recreational activities increase.

Keywords: Public, Mugla, Recreation, Recreation constraints.

[†] Sorumlu yazar: Ali Ağılönü, E-posta: aali@mu.edu.tr

GİRİŞ

Geçmişten günümüze değişen yaşam şartları, teknolojik gelişmeler ve çeşitlenen çevre koşulları ile insan ihtiyaçlarının önem yoğunluğu değişmektedir. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi göz önüne alındığında insan ihtiyaçları; fiziksel ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, sevgi/ait olma gibi sosyal ihtiyaçlar, saygınlık ihtiyacı ve son olarak kendini gerçekleştirme ihtiyacı olarak 5 başlık altında toplanmaktadır (Ayar, 2017; Gürbüz ve ark., 2020). İnsanlık tarihine bakıldığında geçmişte avcılık ve toplayıcılıkla ilgilenen insanlar vakitlerinin çoğunu ilk iki basamaktaki ihtiyaçları karşılamak için harcamak durumundayken, günümüzde sanayi devrimini takip eden kentleşme ile insanlar ilk iki basamak olan fiziksel ihtiyaçlar ve güvenlik ihtiyacını daha kolay sağlayabilir hale gelmişlerdir. Bu gelişmeler ile birlikte ihtiyaçlar hiyerarşisinde yer alan üst basamaklara geçiş sağlanabilmektedir. Bu geçişin sağlanabilmesi adına geçmişten günümüze bazı değişimler yaşanmış, insan ihtiyaçlarına bakış açısı zamanla değişmiş ve insanların sosyal birer varlık olduğu, sevme, sevilme, ait hissetme, gezme, tatil yapma, kendini gerçekleştirme gibi ihtiyaçları da olduğu göz önünde bulundurulmaya başlanmıştır (Soybalı ve ark., 2020). Yaşanan bu gelişimler sayesinde yasal düzenlemeler ile bireylerin çalışma saatleri azaltılmış, günlük hayatı kolaylaştıran makineler artmış ve ulaşımda rahatlık sağlanmıştır (Çapak, 2019; Güler, 2017). Tüm bu durumlar beraberinde serbest zaman ve rekreasyon kavramlarının önemini arttırmıştır.

Serbest zaman; uyuduğumuz süre, gün içindeki zorunlu faaliyetlerimiz ve iş saatlerinden artakalan zaman olarak tanımlanmaktadır (Sevil ve ark., 2012). Yani temel ihtiyaçlarımızı giderdiğimiz, sorumluklarımızı yerine getirdiğimiz ve çalışma saatini kapsayan zamanın dışında özgürce kullanabildiğimiz, herhangi bir zorunluluk barındırmayan zamandır. Kısaca, serbest zaman için görev ve sorumluluklardan artakalan zaman da denilebilir.

Rekreasyon kelimesi Latince kökenli olup, yenilenme, yeniden yaratılma veya yeniden yapılanma anlamına gelen "recreatio" kelimesinden gelmektedir. Literatürde rekreasyonun tanımı, her araştırmacı tarafından farklı yönleriyle ele alarak açıklamaya çalışmıştır. Bu tanımlar genelde sosyolojik, psikolojik, ekonomik boyutlarıyla değerlendirmelerden oluşmaktadır. Türk Dil Kurumu rekreasyonu, "insanların boş zamanlarında, eğlence ve spor amacı ile gönüllü olarak katıldıkları etkinlikler", "bir bölgeyi insanların eğlenme, dinlenme amacıyla kullanabilecekleri bir duruma getirme" olarak iki farklı şekilde tanımlamaktadır (Türk Dil Kurumu (TDK), 2022). Diğer bir tanımda ise; rekreasyon, insanların serbest zamanlarında bireysel ya da grup olarak, gönüllülük esasına dayalı, bedeni ve ruhu dinlendirmek ve yenilemek amaçlı, kişisel gelişime katkı sağlayan ve bireylerin özgür iradeleriyle katılım sağladıkları aktivitelerin tümüne denilmektedir (Arguz ve Erdoğan, 2021; Güler, 2017; Kaya-Sandal ve Karademir, 2011).

Endüstrileşme sonrası yaşanan gelişmeler ve artan serbest zaman ile birlikte bireyler duygusal ihtiyaçlarını da karşılayabilmek adına rekreasyonel etkinliklere katılım ihtiyacı hissetmektedirler (Gültekin ve ark., 2018). Lakin bu ihtiyaç yalnızca serbest zaman artışıyla hissedilmemektedir. Endüstrileşme ve kentleşme sonrası sürecin insan hayatını kolaylaştırıcı katkıları yanında olumsuz bazı sonuçları da vardır. Bunlara örnek olarak; kalabalık toplum yapısı, stresli ve yoğun iş ortamı, gürültü kirliliği, betonlaşma, teknoloji bağımlılığı ve gelişen araçlar sonucu insan yaşamının hareketsizleşmesi verilebilir (Ayhan ve Öçalan, 2022). Bu

noktada Karaküçük'ün (2014) tanımında yer alan, yoğun çalışma, monotonlaşmış yaşam tarzı ve olumsuz çevreden etkilenen bedensel ve ruhsal sağlığın geri kazanılması amacıyla, bağımsız serbest zaman içinde, isteğe bağlı, bireysel veya grup halinde yapılan etkinliklere yani rekreasyona ihtiyaç artmaktadır (Karaküçük, 2014). Rekreasyon sadece bir bireyin ihtiyaçlarının tatmini için değil, toplum içinde önem arz etmektedir. Çünkü bireyler toplumun bir parçası olarak düşünüldüğünden; rekreasyon etkinlikleri toplum ile ilişkilidir (Zorba ve Yermakhanov, 2022).

Rekreatif faaliyetlerin sosyal, ruhsal, ekonomik, fizyolojik vb. birçok faydası bulunmasına rağmen sahip olunan serbest zamanın nasıl değerlendirileceği konusunda kararı etkileyen bazı engeller bulunmakta (Yılmaz ve ark., 2003) ve artan rekreasyon ihtiyacı her zaman istendik şekilde karşılanamamaktadır. Bu engellere örnek olarak, maddi kaynak yetersizliği, bazı endişe ve kaygılar, tesislerin yetersizliği, sosyal çevre, fiziki çevre, yorgunluk ve alışkanlıklar verilebilir. Yerel yönetimlerin temel görevlerinden biri vatandaşlarının fiziksel gelişim, dinlenme, yaratıcılıklarını geliştirme ve sosyalleşme gibi ihtiyaçlarını karşılamak üzere rekreasyon program ve hizmetleri sunmaktır (Mersinli, 2009).

Bu bağlamda geliştirilen modellerden biri Hiyerarşik Serbest Zaman Engelleri Modeli'dir. Crawford ve Godbey (1987) tarafından ortaya atılan modelde serbest zaman engelleri 3 ana başlık altında toparlanmıştır. Hiyerarşik bir sıralama içerisinde tanımlanan faktörler şu şekilde sıralanabilir (Crawford ve Godbey, 1987).

- 1- *Bireysel faktörler*: Kişilerin psikolojik durumları ve serbest zaman tercihleri ile ilgili davranışları ile ilgili kısıtlayıcılarıdır. Bunlara örnek olarak, depresyon stres, endişe, algılanan kişisel beceriler ve serbest zaman aktivitelerine öznel uygunluk gösterilebilir.
- 2- *Bireylerarası faktörler*: Kişilerin karakteristikleri ile kişilerarası etkileşim ya da ilişkileri sonucunda ortaya çıkan kısıtlayıcılarıdır. Bu kısıtlayıcılara örnek olarak, evlilikteki eş etkenleri, ebeveyn-çocuk ilişkileri veya partner kaynaklı etkenler verilebilir.
- 3- *Yapısal faktörler*: Bu kısıtlayıcılar daha çok serbest zaman tercihi ve katılımı arasına giren faktörler olarak yaygın olarak kavramsallaştırılmış engellerdir. Örnek olarak, aile durumu, finansal kaynaklar, iklim, hava durumu, çalışma saatleri, fırsatlar ve fırsatlar hakkında bilgi sahibi olma durumu sıralanabilir.

Yukarıdaki bilgiler ışığında araştırmanın amacı, Muğla Menteşe'de yaşayan bireylerin rekreasyonel faaliyetlere katılımlarını engelleyen faktörlerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi olarak belirlenmiştir. Mevcut araştırma literatürde incelendiğinde örneklem grubu bakımından özgünlüğe katkı sağlaması, değişkenleri açısından da literatürdeki "serbest zaman kısıtlayıcıları" ile ilgili çalışmalara destek sağlaması ve öneriler verebilmesi bakımından önemlidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırma genel tarama desenlerinden betimsel ve ilişkisel tarama modeli olarak tasarlanmış olup, belirlenen örneklem grubundan veri toplayabilmek adına anket tekniğinin kullanıldığı nicel bir araştırmadır (Karasar, 2016).

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu Muğla Mentеше’de yaşamakta olan halk oluştururken, örneklemini ise Muğla il merkezinde yaşayan ve tesadüfi örnekleme ile seçilen toplam 377 gönüllü birey oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Halkın rekreasyonel faaliyetlere katılımını engelleyen faktörlerin incelendiği bu araştırmada anket tekniği kullanılmıştır. Hazırlanan anket formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde “Kişisel Bilgi Formu” ikinci bölümde ise “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” (BZEÖ) yer almaktadır. Anketin ilk bölümünde araştırmacılar tarafından hazırlanan sosyo-demografik yapıyı belirleyici sorular yer alırken, ikinci bölümünde ise Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Gürbüz ve ark. (2020) tarafından kısa formunun yapı geçerliliği test edilen “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Anket formunun birinci bölümünde araştırmaya katılan bireylerin Boş Zaman Engelleri Ölçeği ile ilişkilendirilmesi adına cinsiyet, yaş, medeni durum, çocuk durumu, eğitim durumu, gelir düzeyi, günlük serbest zaman durumu ve egzersiz yapma durumu gibi kişisel bilgileri toplanmıştır.

Boş Zaman Engelleri Ölçeği (BZEÖ): Anket formunun ikinci bölümünde ise Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Gürbüz ve ark. (2020) tarafından kısa formunun yapı geçerliliği test edilen “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçeğin orijinali 29 madde ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; (1) Bireysel ve Psikolojik Kısıtlamalar, (2) Fırsatların Farkında Olmama, (3) Tesis Kaynaklı Problemler, (4) Maddi ve Ulaşılabilirlik Problemleri, (5) İlgi Eksikliği, (6) Arkadaş Eksikliği ve (7) Zamansal Problemler olarak sıralanmaktadır (Alexandris ve Carroll, 1997). Araştırmada kullanılan ve kısa formunun yapı geçerliliği Gürbüz ve ark. (2020) tarafından test edilen Boş Zaman Engelleri Ölçeği 18 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır.

Araştırma Etiği

Araştırma 16.01.2023 tarihli, 230008 protokol ve 13 karar numaralı Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu onayı sonrası gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri ise 17.01.2023 ile 24.01.2023 tarihleri arasında bir haftalık süre zarfında toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında toplanan verileri analiz etmek için SPSS 22 istatistik analiz programı kullanılmıştır. Araştırma verilerinin frekansı alındıktan sonra güvenilirlik ve normallik

testleri yapılmıştır. Yapılan analizler sonucu verilerin güvenilir olduğu ve +1 ile -1 aralığında normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Normal dağılım gösterdiği için demografik bilgiler ile ölçek arasında parametrik testler uygulanmıştır. Buna göre cinsiyet, medeni durum ve çocuk durumu ile ölçek ortalama puanı ve alt boyutları arasında bağımsız örneklem t-test uygulanmıştır. Diğer yandan yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, günlük serbest zaman durumu ve egzersiz durumu arasında tek yönlü varyans (Anova) analizi yapılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya katılan bireylerin demografik bilgilerinin incelenmesi

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	141	37,4
	Erkek	236	62,6
Yaş	22-29 yaş	127	33,7
	30-39 yaş	96	25,5
	40-49 yaş	84	22,3
	50 ve üstü yaş	70	18,6
Öğrenim Türü	İlkokul	23	6,1
	Lise	117	31,0
	Üniversite	237	62,9
Çocuk Durumu	Çocuk var	205	54,4
	Çocuk yok	172	45,6
Medeni Durumu	Evli	210	55,7
	Bekâr	167	44,3
Gelir Durumu	Düşük	50	13,3
	Orta	195	51,7
	İyi	114	30,2
	Çok İyi	18	4,8
Serbest Zaman Durumu	1 saat	68	18,0
	2-3 saat	157	41,6
	4-6 saat	98	26,0
	7 saat	54	14,3
Egzersiz Yapma Durumu	Evet, düzenli olarak egzersiz yaparım.	81	21,5
	Ara sıra, düzensiz egzersiz yaparım.	175	46,4
	Hayır, hiç egzersiz yapmam.	121	32,1
Toplam		377	%100

Tablo 1’de araştırmaya katılan bireylerin demografik bilgilerinin dağılımı verilmektedir. Buna göre araştırmaya katılanların %37.4’ünü kadınlar, %62.6’sını erkekler; %33.7’sini 22-29 yaş aralığı, %25.5’ini 30-39 yaş aralığı, %22.3’ünü 40-49 yaş aralığı ve %18.6’sını 50 yaş ve üstü; %6.1’ini ilkokul mezunları, %31’ini lise mezunları, %62.9’unu üniversite mezunları; %54.4’ünü çocuk sahibi olanlar, %45.6’sını çocuk sahibi olmayanlar; %55.7’sini evli, %44.3’ünü bekar; %13.3’ünü düşük gelirli, %51.7’sini orta gelirli, %30.2’sini iyi gelirli, %4.8’ini çok iyi gelirli bireyler; %18’ini 1 saat, %41.6’sını 2-3 saat, %26’sını 4-6 saat, %14.3’ünü 7 saat; %21.5’ini düzenli egzersiz yapanlar, %46.4’ünü ara sıra ve düzensiz egzersiz yapanlar, %32.1’ini hiç egzersiz yapmayan bireyler oluşturmaktadır.

Tablo 2. Araştırma verilerinin güvenilirliği ve normallik dağılımı

Alt Boyutlar	Madde Sayısı	N	X	S.S.	α	Çarpıklık	Basıklık
BZEÖ*	18	377	2,025	,592	.89	,262	-,470
Birey Psikolojisi	3	377	2,021	,747	.69	,272	-,723
Bilgi Eksikliği	3	377	1,867	,905	.91	,675	-,708
Tesis	3	377	2,151	,974	.89	,292	-1,066
Arkadaş Eksikliği	3	377	1,799	,784	.85	,700	-,243
Zaman	3	377	2,396	,815	.70	-,116	-,724
İlgi Eksikliği	3	377	1,920	,800	.77	,582	-,357

*BZEÖ: Boş Zaman Engelleri Ölçeği

Tablo 2’de araştırma verilerinin güvenilirliği ve normallik dağılımı verilmektedir. Buna göre; Boş Zaman Engelleri Ölçeği ortalama puanı ve alt boyutları olan birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliğinin Cronbach alfa katsayıları sırasıyla “.89, .69, .91, .89, .85, .70, .77” olarak hesaplanmıştır. Büyüköztürk’e (2011) göre .60 ile .79 aralığındaki veriler iyi derecede güvenilir, .80 ile 1 arasındaki veriler mükemmel derecede güvenilir kabul edilmektedir. Buna göre araştırma verilerinin iyi ve mükemmel derecede güvenilir olduğu söylenebilir. Araştırma verilerinin normallik analizi sonucuna göre verilerin +1 ile -1 aralığında dağılım gösterdiği görülmektedir. Tabachnick ve Fidell’e (2013) göre +1.5 ile -1.5 aralığındaki verilerin normal dağılım gösterdiği belirtilmektedir. Buna göre araştırma verilerinin normal dağılım gösterdiği söylenebilir.

Tablo 3. Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman engelleri ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	X	S.S.	t	p
BZEÖ*	Kadın	141	1,959	,587	-1,703	,090
	Erkek	236	2,065	,593		
Birey Psikolojisi	Kadın	141	2,056	,770	,704	,482
	Erkek	236	2,000	,733		
Bilgi Eksikliği	Kadın	141	1,744	,909	-2,035	,043*
	Erkek	236	1,940	,897		
Tesis	Kadın	141	1,992	,966	-2,456	,015*
	Erkek	236	2,245	,968		
Arkadaş Eksikliği	Kadın	141	1,744	,820	-1,026	,306
	Erkek	236	1,831	,762		
Zaman	Kadın	141	2,432	,827	,668	,505
	Erkek	236	2,374	,808		
İlgi Eksikliği	Kadın	141	1,782	,732	-2,689	,008**
	Erkek	236	2,002	,828		

*BZEÖ: Boş Zaman Engelleri Ölçeği, (p<.05*p<.01**)

Tablo 3’te araştırmaya katılan bireylerin cinsiyetleri ile BZEÖ puanları arasındaki t-test analizi sonucu verilmektedir. Buna göre araştırmaya katılan bireylerin cinsiyetleri ile boş zaman engelleri ölçeği alt boyutu olan bilgi eksikliği ve tesiste p<0.05 düzeyinde, ilgi eksikliği alt boyutunda p<0.01 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4. Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman engelleri ölçeği puanlarının medeni durum değişkenine göre karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Medeni Durum	N	X	S.S.	t	p
BZEÖ*	Evli	210	2,039	,608	,518	,605
	Bekar	167	2,008	,574		
Birey Psikolojisi	Evli	210	2,042	,774	,636	,525
	Bekar	167	1,994	,712		
Bilgi Eksikliği	Evli	210	1,858	,896	-,207	,836
	Bekar	167	1,878	,919		
Tesis	Evli	210	2,014	,919	-3,059	,002**
	Bekar	167	2,323	1,016		
Arkadaş Eksikliği	Evli	210	1,838	,782	1,076	,282
	Bekar	167	1,750	,787		
Zaman	Evli	210	2,549	,828	4,219	,001**
	Bekar	167	2,203	,758		
İlgi Eksikliği	Evli	210	1,936	,804	,438	,662
	Bekar	167	1,900	,796		

*BZEÖ: Boş Zaman Engelleri Ölçeği, (p<.05*p<.01**)

Tablo 4'te araştırmaya katılan bireylerin medeni durumları ile BZEÖ puanları arasındaki t-test analizi sonucu verilmektedir. Buna göre araştırmaya katılan bireylerin medeni durumları ile BZEÖ alt boyutu olan zamanda ve tesiste p<0.01 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur.

Tablo 5. Araştırmaya katılan bireylerin boş zaman engelleri ölçeği puanlarının çocuk durumu değişkenine göre karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Durumu	N	X	S.S.	t	p
BZEÖ*	Çocuk var	205	1,994	,608	-1,127	,260
	Çocuk yok	172	2,063	,573		
Birey Psikolojisi	Çocuk var	205	1,978	,772	-1,211	,227
	Çocuk yok	172	2,071	,714		
Bilgi Eksikliği	Çocuk var	205	1,845	,887	-,509	,611
	Çocuk yok	172	1,893	,929		
Tesis	Çocuk var	205	2,001	,930	-3,277	,001**
	Çocuk yok	172	2,329	,997		
Arkadaş Eksikliği	Çocuk var	205	1,793	,764	-,156	,876
	Çocuk yok	172	1,806	,809		
Zaman	Çocuk var	205	2,463	,826	1,760	,079
	Çocuk yok	172	2,315	,797		
İlgi Eksikliği	Çocuk var	205	1,884	,796	-,949	,343
	Çocuk yok	172	1,963	,804		

*BZEÖ: Boş Zaman Engelleri Ölçeği, (p<.05*p<.01**)

Tablo 5'te araştırmaya katılan bireylerin çocuk sahibi durumları ile BZEÖ arasındaki t-test analizi sonucu verilmektedir. Buna göre araştırmaya katılan bireylerin çocuk sahibi olma durumu ile boş zaman engelleri ölçeği tesis alt boyutu arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Tablo 6. Araştırmaya katılan bireylerin BZEÖ puanlarının yaş değişkenine göre karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Yaş		N	X	S.S.	F	p	LSD
BZEÖ*	22-29 yaş	A	127	2,037	,578	,105	,957	
	30-39 yaş	B	96	2,024	,563			
	40-49 yaş	C	84	2,039	,637			
	50 ve üstü yaş	D	70	1,992	,612			
Birey Psikolojisi	22-29 yaş	A	127	2,000	,707	,125	,945	
	30-39 yaş	B	96	2,006	,753			
	40-49 yaş	C	84	2,035	,735			
	50 ve üstü yaş	D	70	2,061	,830			
Bilgi Eksikliği	22-29 yaş	A	127	1,853	,945	,207	,891	
	30-39 yaş	B	96	1,906	,887			
	40-49 yaş	C	84	1,813	,905			
	50 ve üstü yaş	D	70	1,904	,872			
Tesis	22-29 yaş	A	127	2,273	1,024	1,681	,171	
	30-39 yaş	B	96	2,173	,883			
	40-49 yaş	C	84	2,103	1,011			
	50 ve üstü yaş	D	70	1,957	,937			
Arkadaş Eksikliği	22-29 yaş	A	127	1,832	,828	,366	,778	
	30-39 yaş	B	96	1,753	,792			
	40-49 yaş	C	84	1,757	,741			
	50 ve üstü yaş	D	70	1,852	,752			
Zaman	22-29 yaş	A	127	2,328	,778	4,178	,006**	C>A,D
	30-39 yaş	B	96	2,420	,802			
	40-49 yaş	C	84	2,634	,910			
	50 ve üstü yaş	D	70	2,200	,716			
İlgi Eksikliği	22-29 yaş	A	127	1,937	,794	,235	,872	
	30-39 yaş	B	96	1,885	,784			
	40-49 yaş	C	84	1,888	,853			
	50 ve üstü yaş	D	70	1,976	,778			

*BZEÖ: Boş Zaman Engelleri Ölçeği, (p<.05*p<.01**)

Tablo 6’da araştırmaya katılan bireylerin yaş dağılımı ile BZEÖ arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucu verilmektedir. Buna göre araştırmaya katılan bireylerin yaşları ile BZEÖ alt boyutu olan zamanda p<0.01 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 40-49 yaş aralığındaki bireylerin ortalama puanı 22-29 yaş ile 50 yaş ve üzeri bireylerin ortalama puanına göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların BZEÖ puanlarının eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	N	X	S.S.	F	p	LSD
BZEÖ*	İlkokul	A	23	2,048	,498	,256	,774
	Lise	B	117	2,055	,614		
	Üniversite	C	237	2,009	,592		
Birey Psikolojisi	İlkokul	A	23	2,029	,737	,315	,730
	Lise	B	117	2,065	,711		
	Üniversite	C	237	1,998	,766		
Bilgi Eksikliği	İlkokul	A	23	2,043	,906	,760	,468
	Lise	B	117	1,908	,918		
	Üniversite	C	237	1,829	,900		
Tesis	İlkokul	A	23	1,913	,900	1,385	,252
	Lise	B	117	2,082	,984		
	Üniversite	C	237	2,208	,974		
Arkadaş Eksikliği	İlkokul	A	23	1,797	,729	1,288	,277
	Lise	B	117	1,894	,814		
	Üniversite	C	237	1,752	,773		
Zaman	İlkokul	A	23	2,405	,751	,017	,983
	Lise	B	117	2,384	,775		
	Üniversite	C	237	2,400	,843		
İlgi Eksikliği	İlkokul	A	23	2,101	,794	1,702	,184
	Lise	B	117	1,997	,826		
	Üniversite	C	237	1,865	,785		

*BZEÖ: Boş Zaman Engelleri Ölçeği, (p<.05*p<.01**)

Tablo 7’de katılımcıların eğitim durumları ile BZEÖ ortalama puanları arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucu verilmektedir. Buna göre araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumları ile boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 8. Katılımcıların BZEÖ puanlarının gelir düzeyi algısı değişkenine göre karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Gelir Düzeyi Algısı	N	X	S.S.	F	p
BZEÖ*	Düşük	50	1,892	,532	1,724	,162
	Orta	195	2,063	,612		
	İyi	114	1,993	,583		
	Çok İyi	18	2,194	,552		
Birey Psikolojisi	Düşük	50	1,873	,656	1,167	,322
	Orta	195	2,059	,748		
	İyi	114	1,994	,776		
	Çok İyi	18	2,185	,760		
Bilgi Eksikliği	Düşük	50	1,773	,817	,474	,700
	Orta	195	1,892	,953		
	İyi	114	1,839	,853		
	Çok İyi	18	2,037	,962		
Tesis	Düşük	50	2,026	,947	,875	,454
	Orta	195	2,188	1,004		
	İyi	114	2,102	,930		
	Çok İyi	18	2,407	,993		
Arkadaş Eksikliği	Düşük	50	1,640	,724	1,401	,242
	Orta	195	1,870	,812		
	İyi	114	1,745	,764		
	Çok İyi	18	1,814	,725		
Zaman	Düşük	50	2,233	,844	2,014	,112
	Orta	195	2,488	,789		
	İyi	114	2,304	,829		
	Çok İyi	18	2,425	,854		
İlgi Eksikliği	Düşük	50	1,806	,791	1,981	,116
	Orta	195	1,883	,771		
	İyi	114	1,973	,814		
	Çok İyi	18	2,296	,969		

*BZEÖ: Boş Zaman Engelleri Ölçeği, (p<.05*p<.01**)

Tablo 8’de araştırmaya katılan bireylerin gelir düzeyi algıları ile BZEÖ ortalama puanları arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucu verilmektedir. Buna göre araştırmaya katılan bireylerin gelir düzeyi algıları ile boş zaman engelleri ölçeği ortalama puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 9. Katılımcıların BZEÖ puanlarının günlük serbest zaman durumlarına göre karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Günlük Serbest Zaman Durumu		N	X	S.S.	F	p	LSD
BZEÖ	1 saat	A	68	2,216	,526	4,072	,007**	A>B,D
	2-3 saat	B	157	1,938	,592			
	4-6 saat	C	98	2,074	,593			
	7 saat	D	54	1,952	,620			
Birey Psikolojisi	1 saat	A	68	2,210	,826	1,858	,136	
	2-3 saat	B	157	1,968	,715			
	4-6 saat	C	98	2,006	,738			
	7 saat	D	54	1,963	,728			
Bilgi Eksikliği	1 saat	A	68	2,102	,962	3,308	,020*	B<A,C
	2-3 saat	B	157	1,715	,847			
	4-6 saat	C	98	1,945	,919			
	7 saat	D	54	1,870	,916			
Tesis	1 saat	A	68	2,201	,899	,222	,881	
	2-3 saat	B	157	2,148	1,024			
	4-6 saat	C	98	2,170	,990			
	7 saat	D	54	2,061	,902			
Arkadaş Eksikliği	1 saat	A	68	1,921	,728	2,404	,067	
	2-3 saat	B	157	1,675	,748			
	4-6 saat	C	98	1,894	,858			
	7 saat	D	54	1,833	,784			
Zaman	1 saat	A	68	2,784	,702	8,952	,001**	A>B,C,D
	2-3 saat	B	157	2,356	,802			
	4-6 saat	C	98	2,377	,796			
	7 saat	D	54	2,055	,848			
İlgi Eksikliği	1 saat	A	68	2,078	,686	3,778	,011*	B<A,C
	2-3 saat	B	157	1,766	,779			
	4-6 saat	C	98	2,051	,863			
	7 saat	D	54	1,932	,812			

*BZEÖ: Boş Zaman Engelleri Ölçeği. (p<.05*p<.01**)

Tablo 9’da araştırmaya katılan bireylerin günlük serbest zaman durumları ile BZEÖ ortalama puanları arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucu verilmektedir. Buna göre araştırmaya katılan bireylerin günlük serbest zaman durumları ile BZEÖ ortalama puanı ve alt boyutu olan zamanda p<0.01 düzeyinde, bilgi eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutunda ise p<0.05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Boş zaman engelleri ölçeği ortalama puanında günlük 1 saat serbest zamanı olanların 2-3 saat ve 7 saat olanlara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Zaman alt boyutunda günlük 1 saat serbest zamanı bulunan bireylerin 2-3 saat, 4-6 saat ve 7 saat serbest zamanı bulunan bireylere göre puanlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer yandan bilgi eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında günlük 2-3 saat serbest zamanı bulunan bireylerin 1 saat ve 4-6 saat serbest zamanı bulunanlara göre ortalama puanları daha düşük bulunmuştur.

Tablo 10. Katılımcıların BZEÖ puanlarının egzersiz durumlarına göre karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Egzersiz Yapma Durumu	N	X	S.S.	F	p	LSD	
BZEÖ	Evet, düzenli olarak egzersiz yaparım.	A	81	1,848	,567	4,718	,009**	A<B,C
	Ara sıra, düzensiz egzersiz yaparım.	B	175	2,076	,585			
	Hayır, hiç egzersiz yapmam.	C	121	2,072	,601			
Birey Psikolojisi	Evet, düzenli olarak egzersiz yaparım.	A	81	1,728	,612	8,289	,001**	A<B,C
	Ara sıra, düzensiz egzersiz yaparım.	B	175	2,089	,745			
	Hayır, hiç egzersiz yapmam.	C	121	2,118	,786			
Bilgi Eksikliği	Evet, düzenli olarak egzersiz yaparım.	A	81	1,814	,854	,768	,465	
	Ara sıra, düzensiz egzersiz yaparım.	B	175	1,929	,912			
	Hayır, hiç egzersiz yapmam.	C	121	1,812	,929			
Tesis	Evet, düzenli olarak egzersiz yaparım.	A	81	2,214	,977	1,709	,182	
	Ara sıra, düzensiz egzersiz yaparım.	B	175	2,215	,993			
	Hayır, hiç egzersiz yapmam.	C	121	2,016	,936			
Arkadaş Eksikliği	Evet, düzenli olarak egzersiz yaparım.	A	81	1,567	,696	4,578	,011*	A<B,C
	Ara sıra, düzensiz egzersiz yaparım.	B	175	1,859	,772			
	Hayır, hiç egzersiz yapmam.	C	121	1,867	,832			
Zaman	Evet, düzenli olarak egzersiz yaparım.	A	81	2,049	,747	11,154	,001**	A<B,C
	Ara sıra, düzensiz egzersiz yaparım.	B	175	2,428	,773			
	Hayır, hiç egzersiz yapmam.	C	121	2,581	,851			
İlgi Eksikliği	Evet, düzenli olarak egzersiz yaparım.	A	81	1,716	,771	3,993	,019*	A<B,C
	Ara sıra, düzensiz egzersiz yaparım.	B	175	1,935	,791			
	Hayır, hiç egzersiz yapmam.	C	121	2,035	,811			

*BZEÖ: Boş Zaman Engelleri Ölçeği

(p<.05*p<.01**)

Tablo 10'da araştırmaya katılan bireylerin egzersiz durumları ile BZEÖ ortalama puanları arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucu verilmektedir. Buna göre araştırmaya katılan bireylerin egzersiz durumları ile BZEÖ ortalama puanı ve alt boyutları olan birey psikolojisi ve zamanda p<0.01 düzeyinde, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutunda ise p<0.05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Serbest zaman engelleri ölçeği ortalama puanında, birey psikolojisi, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında düzenli olarak egzersiz yapan bireylerin, ara sıra egzersiz yapan ve hiç egzersiz yapmayan bireylere göre puanlarının düşük olduğu bulunmuştur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyetleri ve boş zaman engelleri ölçeği arasında yapılan bağımsız örneklem t-test analizi sonucuna göre bireylerin cinsiyetleri ile boş zaman engelleri ölçeği alt boyutu olan bilgi eksikliği ve tesiste p<0.05 düzeyinde, ilgi eksikliği alt boyutunda p<0.01 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Çoruh ve Karaküçük (2014), Öztürk ve Bayazıt (2020), Tarancı ve Şentürk (2019), Akyol ve Akkaşoğlu (2020) bu araştırmayla benzer şekilde cinsiyet ve boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulmuşlardır. Çapak (2019), Taşer (2019) ile Keskin ve ark., (2015) bu araştırmadan farklı olarak cinsiyet ve boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulamamışlardır. Bu araştırmadan farklı bulmalarının sebebi olarak farklı örneklem grubu kullanılması gösterilebilir.

Araştırmaya katılan bireylerin medeni durumları ve boş zaman engelleri ölçeği arasında yapılan bağımsız örneklem t-test analizi sonucuna göre bireylerin medeni durumları ile BZEÖ alt boyutu olan zamanda $p < 0.01$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Buna göre evli bireylerin rekreatif aktivite engelleri bekâr bireylere göre daha fazladır. Tarancı ve Şentürk (2019) bu araştırma ile benzer şekilde medeni durum ve boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulmuşlardır. Öztürk ve Bayazıt (2020) ve Çapak (2019) bu araştırmadan farklı olarak medeni durum ve boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulamamışlardır. Bu farkın sebebi olarak farklı örneklem grubu kullanılması gösterilebilir.

Araştırmaya katılan bireylerin çocuk durumu ve boş zaman engelleri ölçeği arasında yapılan bağımsız örneklem t-test analizi sonucuna göre bireylerin çocuk durumu ile boş zaman engelleri ölçeği tesis alt boyutu arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Öztürk ve Bayazıt (2020) bu araştırmadan farklı olarak çocuk durumu ile boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık tespit etmemiştir. Araştırmaya katılan bireylerin yaş dağılımı ile BZEÖ arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucuna göre bireylerin yaşları ile BZEÖ alt boyutu zamanda $p < 0.01$ düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 40-49 yaş aralığındaki bireylerin ortalama puanı 22-29 yaş ile 50 yaş ve üzeri bireylerin ortalama puanına göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Bulut ve Koçak (2016) bu araştırma ile benzer şekilde yaş ile boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulmuşlardır. Öztürk ve Bayazıt (2020), Tarancı ve Şentürk (2019) ve Çapak (2019) bu araştırmadan farklı şekilde yaş ile boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulamamışlardır.

Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumları ile BZEÖ ortalama puanları arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucuna göre eğitim durumları ile boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Öztürk ve Bayazıt (2020) ve Kesici (2019) bu araştırma ile benzer şekilde eğitim durumları ve boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulamamışlardır. Araştırmaya katılan bireylerin gelir düzeyi algıları ile BZEÖ ortalama puanları arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucuna göre katılan bireylerin gelir düzeyi algıları ile boş zaman engelleri ölçeği ortalama puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Öztürk ve Bayazıt (2020) ve Çapak (2019) bu araştırma ile benzer şekilde gelir düzeyi algıları ve boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulamamışlardır. Kesici (2019), Bulut ve Koçak (2016) bu araştırmadan farklı olarak gelir düzeyi algıları ile boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir.

Araştırmaya katılan bireylerin günlük serbest zaman durumları ile BZEÖ ortalama puanları arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucuna göre araştırmaya katılan bireylerin günlük serbest zaman durumları ile BZEÖ ortalama puanı ve alt boyutu olan zamanda $p < 0.01$ düzeyinde, bilgi eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutunda ise $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Boş zaman engelleri ölçeği ortalama puanında günlük 1 saat serbest zamanı olanların 2-3 saat ve 7 saat olanlara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Zaman alt boyutunda günlük 1 saat serbest zamanı bulunan bireylerin 2-3 saat, 4-6 saat ve 7 saat serbest zamanı bulunan bireylere göre puanlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer yandan bilgi eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında günlük 2-3 saat serbest zamanı bulunan bireylerin 1 saat ve 4-6 saat serbest zamanı bulunanlara göre puanları daha düşük bulunmuştur. Öztürk ve Bayazıt (2020) ile Önsoy ve Mutlu (2019) bu araştırma ile benzer şekilde günlük

serbest zaman durumları ile boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir.

Araştırmaya katılan bireylerin egzersiz durumları ile BZEÖ ortalama puanları arasındaki tek yönlü varyans (Anova) analizi sonucuna göre araştırmaya katılan bireylerin egzersiz durumları ile BZEÖ ortalama ve alt boyutlar olan birey psikolojisi ve zamanda $p<0.01$ düzeyinde, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutunda ise $p<0.05$ düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Serbest zaman engelleri ölçeği ortalama puanında, birey psikolojisi, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında düzenli olarak egzersiz yapan bireylerin, ara sıra egzersiz yapan ve hiç egzersiz yapmayan bireylere göre puanlarının düşük olduğu tespit edilmiştir. İnal ve Salar (2020) bu araştırmadan farklı olarak egzersiz durumları ile boş zaman engelleri ölçeği arasında anlamlı farklılık bulamamışlardır.

Sonuç olarak, bireylerin günlük serbest zamanları azaldıkça rekreatif aktivitelere katılım engelleri artmaktadır.

ÖNERİLER

- Bireylerin günlük serbest zamanlarını arttıracak çalışmalar yapılarak rekreatif aktivitelere katılım engelleri azaltılabilir.
- Serbest zaman aktiviteleri ve serbest zaman aktivite alanları planlanırken medeni durum ve çocuk durumu göz önüne alınabilir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı; AA, TOM; Verilerin Analizi: AÇ, BT; Makalenin Hazırlanması; AA, TOM; Verilerin Toplanması; BT, AÇ tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

Tarih: 16.01.2023

Sayı/Karar No: 230008 / 13

KAYNAKLAR

- Akyol, C., ve Akkaşoğlu, S. (2020). Gençlerin boş zamanlarında rekreasyon faaliyetlerine katılım engelleri üzerine bir araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 8(3), 2072-2089. <https://doi.org/10.21325/jotags.2020.649>
- Alexandris, K., and Carroll, B. (1997). An Analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: *Results from a study in Greece. Leisure Sciences*, 19(1), 1-15. <https://doi.org/10.1080/01490409709512236>
- Arguz, İ., ve Erdoğan, M. (2021) Üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere yönelik tutumları ve boş zaman motivasyonlarının incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 1-9. <https://doi.org/10.46385/tsbd.876495>
- Ayar, H. (2017). *Fitness ve crossfit merkezlerine rekreatif egzersiz amaçlı katılımda etkili olan motivasyon faktörlerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Trakya Üniversitesi, Trakya.
- Ayhan, R., ve Öçalın, M. (2022). Uçurtma sörfü (kitesurfing) ile ilgilenen bireylerin serbest zaman egzersiz düzeyleri serbest zaman engelleri ve motivasyonlarının incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 27(1), 13-32. <https://doi.org/10.53434/gbesbd.971451>
- Bulut, M., ve Koçak, F. (2016). Hazırlık öğrenimi gören kadın üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılmalarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 61-71. <https://doi.org/10.17155/spd.85530>
- Büyükoztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Yayıncılık.
- Crawford, D. W., and Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9, 119-127. <https://doi.org/10.1080/01490408709512151>
- Çapak, E. (2019). *Bingöl üniversitesi öğretim elemanları ve öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılmalarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi: Bingöl Üniversitesi Örneği*. Yüksek lisans tezi. Bartın Üniversitesi, Bartın.
- Çoruh, Y., ve Karaküçük, S. (2014). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörler. *International Journal of Science Culture and Science*, 2(Özel sayı 1), 854-862. <https://doi.org/10.14486/IJSCS159>
- Güler, H. (2017). *Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engellerinin boş zaman motivasyonlarına etkisinin araştırılması: Bartın Üniversitesi Örneği*. Yüksek lisans tezi. Bartın Üniversitesi, Bartın.
- Gültekin, P., Özdede, S., Korkut, C., Esentürk, A., Gül, H., ve Topçu, K. (2018). Rekreasyonel aktivitelere katılımın mental sağlığa etkilerinin değerlendirilmesi: Düzcce kenti örneği. *Türkiye Peyzaj Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 26-41. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/pub/peyad/issue/38283/391819>
- Gürbüz, B., Öncü, E., ve Emir, E. (2020). Boş zaman engelleri ölçeği: Kısa formunun yapı geçerliğinin test edilmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 11(2), s. 120-131 <https://doi.org/10.17155/omuspd.602660>
- İnal, Ö., ve Salar, S. (2020). Üniversite öğrencilerinde serbest zaman fiziksel aktivite kısıtlayıcıları ile yaşamın anlamı arasındaki ilişki. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 8(1), 45-52. <https://doi.org/10.30720/ered.534802>
- Karaküçük, S. (2014). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme*. Gazi Kitapevi
- Karaküçük, S., ve Gürbüz, B. (2006). The reliability and validity of the Turkish version of leisure constraints questionnaire. *In 9th International Sport Sciences Congress abstarct book*. Muğla: Muğla University.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler teknikler*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kaya-Sandal, E., ve Karademir, N. (2011). Kahramanmaraş'ta rekreasyon alanlarının kullanımının sosyo-ekonomik faktörlerle ilişkisi. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 6(4), 189-212. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/download/article-file/111994>
- Kesici, M. (2019). Yiyecek-içecek yöneticilerinin boş zaman tutumu ve boş zaman etkinliklerine katılım engelleri ilişkisi. *GSI Journals Serie A: Advancements in Tourism, Recreation and Sports Sciences (ATRSS)*, 2(1), 76-94. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3360335>
- Keskin, M., Akova, O., ve Öz, M. (2015). Turizm eğitimi alan öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılmalarının önündeki engellerin belirlenmesine yönelik bir çalışma. *Journal of Reacreation and Tourism Research*, 2(4), 37-45. Erişim adresi: <https://jrtr.org/index.php/jrtr/article/view/143>

- Mersinli, D. (2009). *Yerel yönetimlerde spora yönelik rekreasyon hizmetleri ve büyükşehir belediyelerinin rekreasyonel faaliyetlere olan yaklaşımlarının değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi. Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Önsoy, İ. K., ve Mutlu, O. (2019). Ege Bölgesinde yaşayan yabancıların rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımlarını engelleyen faktörlerin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi (SOBİDER)*, 6(43), 131-149. <http://dx.doi.org/10.29228/SOBİDER.37835>
- Öztürk, F., ve Bayazıt B. (2020). Halk eğitim merkezlerinde çalışan bireylerin rekreatif etkinliklere katılımlarına engel olan faktörlerin incelenmesi: Kocaeli ili örneği. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(1), 85-105. <https://doi.org/10.32709/akusosbil.546415>
- Sevil, T., Şimşek, K. Y., Katırcı, H., Çelik, V. O., Çeliksoy, M. A., ve Kocaekşi, S. (Ed.). (2012). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi*. Anadolu Üniversitesi Web-Ofset Tesisleri.
- Soybalı, H. H., Kabakulak, A., ve Başar, B. (2020). Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin rekreasyon faaliyetlerine katılım düzeyi üzerindeki etkisi: Afyon Kocatepe Üniversitesi örneği. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 7(2), 107-134. <https://doi.org/10.31771/jrtr.2020.57>
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics. (6th ed.)*, Pearson.
- Tarancı, K., ve Şentürk, A. (2019). Emniyet mensuplarının rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel teşkil eden faktörlerin belirlenmesi: Kütahya İli Örneği. *Journal of Sportive*, 2(1), 1-11. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/pub/sportive/issue/43809/518874>
- Taşer, V. (2019). *Beden eğitimi spor yüksekokulu öğrencileri ile turizm fakültesi öğrencilerinin rekreasyonel fiziksel aktivitelere katılım engellerinin incelenmesi ve karşılaştırılması: Balıkesir Üniversitesi örneği*. Yüksek lisans tezi. Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir.
- Türk Dil Kurumu (2022). Genel Türkçe Sözlük, <http://www.tdk.gov.tr>, Erişim tarihi: 22.12.2022
- Yılmaz, H., Yılmaz, S., ve Yıldız, N. D. (2003). Kars kent halkının rekreasyonel talep ve eğilimlerinin belirlenmesi. *Atatürk Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 34(4), 353-360. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/34285>
- Zorba, E., ve Yermakhanov, B. (2022). Rekreasyonda yaşam kalitesi ve fiziksel aktivitenin yeri ve önemi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 443-459. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/intjces/issue/74658/1143249>

