

## BÖLÜM 12

# SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM TATMİNİ VE BOŞ ZAMAN TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Mustafa KARAKUŞ<sup>1</sup>

### GİRİŞ

Bireylerin kalabalık topluluklarla iletişim haline geçmesi ve beraber oldukları dönem öğrenciliklerinde görülmektedir. Bu sürecin mantıklı ve bilinçli tercihlerle oluştuğu dönem ise üniversite öğrenciliği dönemidir. Üniversite döneminde, bireyin yeni arkadaşlıklar kurma ve yeni gruplara katıldığı dönemde kazandığı bazı tutum ve davranışlar, bireyin bütün yaşam tatmini ve kalitesini de olumlu veya olumsuz açıdan etkileyebilir.

Yaşam tatmini bireyin kendi hayatı içerisindeki hoşlandığı veya hoşlanmadığı taraflarının özetinin bir göstergesi denilebilir<sup>(1)</sup>. Yaşam tatmini insanın kendi hayatının kavramsal bir değerlendirmesi veya yargısını sunar. Bu bakımdan değerlendirildiği zaman yaşam tatmini bir tutum olarak ifade edilebilir.

“Tutum, bireyin kendisine veya çevresinde var olan herhangi bir nesneye, toplum ilgilendiren konu veya olaya karşı elde ettiği tecrübe, bilgi, duygu ve motivasyona bağlı olarak örgütlediği zihinsel, duygusal ve davranışsal bir tepki, ön eğilimdir”<sup>(2)</sup>.

Yaşam tatmini için genel bir ifade kullanılacak olursa, herhangi bir insanın, iş, boş zaman ve diğer iş dışı zaman olarak ifade edilen yaşama karşı gösterdiği duygusal tepki olarak ifade edilebilir<sup>(3)</sup>.

Boş zaman kavramı, çalışmak için ayrılan zaman ve çalışmayı destekleyici, seyahat, eğitim, toplantı gibi çalışma ile ilgili aktivitelerden arta kalan zaman olarak ele alınmaktadır<sup>(4)</sup>.

Rekreasyon ile ilgili çalışmalar, bireylerdeki zihinsel performans artışı, yaratıcılık ve kültürel gelişmeler ve yaratıcılık açısından önem arz eden bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle üniversitede akademik bakımdan eğitim gören öğrencilerin, hayat içerisinde bilimsel ve sosyal açıdan başarılı olabilmenin, akademik alt yapıları ile birlikte, sosyal, kültürel ve beceri donanımlarının da etken olması söz konusudur<sup>(5)</sup>.

<sup>1</sup> Dr. Öğr. Üyesi, Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi. mblackkus@gmail.com

## **ÖNERİLER**

- Çalışmanın sadece Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri üzerine yapılmıştır. Daha farklı üniversitelerin öğrencileri de konuya dahil edilebilir.
- Farklı katılımcı gruplar araştırmalara dahil edilebilir.
- Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlerle ilgili bilgi ve ilgilerinin arttırılması yönünde çalışmalar yapılabilir.

## **KAYNAKÇA**

1. Heller, D., Judge T. A., Watson D. (2002), The Confounding Role of Personality and Trait Affectivity in The Relationship Between Job and Life Satisfaction, *Journal of Organizational Behavior*, 23, pp. 815-835
2. Türker, A., Özaltın T. G. (2015). Turizm Çalışanlarının Boş Zaman Tutumlarının Ölçülmesi: Muğla Örneği. *Celalabat-Kırgızistan: Akademik Bakış Dergisi*, 51.s, (s522).
3. Hong, S.M., ve Giannakopoulos, E. (1994) The Relationship of Satisfaction with Life to Personality Characteristics, *The Journal of Psychology*, Vol.: 128, Issue: 5, 547-558
4. McLean, D., Hurd, A.D. (2012). *Kraus' Recreation and Leisure in Modern Society* (9th Eds.). USA: Jones & Bartlett Learning Inc. Ss:20
5. Yağmur, R. (2006). Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerle Farklı Bölümlerdeki Öğrencilerin Serbest Zaman Aktivitelerinin Karşılaştırılması. (Yüksek lisans tezi), Afyon Afyon Kocatepe Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyon.
6. Koç K. (2018). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Yaşam Doyum Düzeyleri ile Akademik Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt 1, Sayı 2, 58-65
7. Kumartaşlı, M. (2010). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi /Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
8. Uzun, F., Pepe, O., Turan, M.B. (2017) Investigation of Relationship between Factors Hindering the Participation of University Students in Recreational Activities and Their Leisure Motivations Levels, *Turkish Online Journal of Educational Technology special issue*, pp:298-303
9. Ergül, O.K., Alp, H., Çamlıyer, H. (2015). Determination of the interest and participation level for the outh of university sports recreation activities. *Journal of Tourism Theory and Research*, 1 (2), pp:104-115
10. Pepe, O., Taşkıran. C., Pepe, K., Çoksevrim, B. (2011). Attitude of First Grade Teachers of Primary Education Schools Related to Physical Education and Sport Lessons *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport / Science, Movement and Health* Vol. 11, issue 2; pp:221-228
11. Turan, M.B., Usufu, O., Koç, K., Karaoğlu, B., Ulucan H. (2018). Profesyonel Futbolcularda Sporda İnsan Hakları Tutumu ve Özgünlük Düzeylerinin İncelenmesi, *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi* Vol:3, Issue: 4, pp:1-18
12. Dalbudak İ.,Gürkan, A.C., Yigit, S.M., Kargun, M., Hazar, G., Dorak, F. (2016) Investigating Visually Disabled Students' Attitudes About Physical Education And Sport. *International Journal of Environmental and Science Education*, Vol. 11, No. 16, pp:9437-9447
13. Dalbudak İ, Yiğit Ş.M (2019) Hearing Impaired Students' Attitudes Towards Physical Education and Sports, *Journal of Education and Training Studies* Vol. 7, No. 9; 55-60
14. Alp H., Süngü B. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Spora Karşı Tutumlarına Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Etkisi. *Journal of Research in Education and Teaching*, Haziran 2016, Cilt:5 Özel Sayı Makale No: 16 ISSN: pp:2146-9199.

15. Binbaşıoğlu, H., Tuna, H. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları: Doğu Anadolu Bölgesindeki MYO Öğrencilerine Yönelik Bir Araştırma. Akademik Yaklaşımlar Dergisi. Cilt 5, s2.
16. Karasar N. Bilimsel Araştırma Yöntemi (2007) (17.Baskı), Ankara, Nobel Yayın Dağıtım, pp:49-53.
17. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale, Journal of Personality Assessment, 49, 71-75.
18. Yetim, U. (2003). The impacts of individualism/collectivism, self-esteem, and feeling of mastery on life satisfaction among Turkish university students and academicians. Social Indicators Research, 61, 297-317.
19. Ragheb ve Beard (1982). Measuring Leisure Attitude. Journal of Leisure Research; 14 (2) : 155-167.
20. Akgül ve Gürbüz (2011) Boş Zaman Tutum Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Ocak 2011, XVI (1), 37-43
21. George D, Mallery P. IBM SPSS Statistics 23 Step by Step: A Simple Guide and Reference. New York: Routledge; 2016, pp:112-120
22. Proctor, C. L., Linley, P. A., ve Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. J Happiness Studies, 10, pp:583-630.
23. Emmons, R. A. (1986). Personal Strivings: An approach to personality and subjective well-being, Journal of Personality and Social Psychology, 51(5), pp:1058-1068.
24. Gilman, R., ve Huebner, E.S. (2006). Characteristics of Adolescents Who Report Very High Life Satisfaction. Journal of Youth and Adolescence, 35,pp: 293-301
25. Cömert, I. T., Özyeşil, Z. A., ve Özgülük, S. B. (2016). Satisfaction with Life, Meaning in Life, Sad Childhood Experiences, and Psychological Symptoms Among Turkish Students. Psychological Reports, 118(1), pp:236-250.
26. Park, N. ve Huebner, E.S. (2005). A Cross-cultural Study of the Levels and Correlates of Life Satisfaction Among Adolescents, Journal of Cross-Cultural Psychology, 36(4), pp:444-456.
27. Pavot, W. G., Diener, E., Colvin, C.R. ve Sandvik, E. (1991). Further Validation of The Satisfaction with Life Scale: Evidence for The Cross Method Convergence of Well Being Measures, Journal of Personality Assessment, 57(1), pp:149-161.
28. Karaküçük S (1997). Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme Kavram Kapsam ve Bir Araştırma. Seren Ofset, Ankara.
29. Çelik G. (2011). Kamu Kuruluşlarında Çalışan Engelli Bireylerin Serbest Zaman Engellerinin ve Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi (Antalya merkez örneği), Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Antalya