

# **ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DEPRESYON VE BOŞ ZAMANIN ANLAMI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

## **Editör**

Dr. Öğr. Üyesi Yusuf ER

## **Yazar**

Harun ÇÖPÜR



© Copyright 2022

*Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.*

*Bu kitapta yer alan fikirler ve düşünceler yazara ait olup, hiçbir kurum veya kuruluşun görüşünü yansıtmamaktadır. Bu kitap Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı'nda Dr.Öğr. Üyesi Yusuf ER'in danışmanlığındaki "Üniversite Öğrencilerinde Depresyon ve Boş Zamanın Anlamı İlişkisinin İncelenmesi" adlı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.*

**ISBN**

978-625-8259-59-9

**Kitap Adı**

Üniversite Öğrencilerinde Depresyon ve Boş Zamanın Anlamı İlişkisinin İncelenmesi

**Editör**

Yusuf ER

ORCID iD: 0000-0002-6490-4880

**Yazar**

Harun ÇÖPÜR

ORCID iD: 0000-0003-3526-6223

**Yayın Koordinatörü**

Yasin DİLMEN

**Sayfa ve Kapak Tasarımı**

Akademisyen Dizgi Ünitesi

**Yayıncı Sertifika No**

47518

**Baskı ve Cilt**

Vadi Matbaacılık

**Bisac Code**

PSY000000

**DOI**

10.37609/akya.2234

**GENEL DAĞITIM**

**Akademisyen Kitabevi A.Ş.**

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

# ÖN SÖZ

Gerek bu kitabın gerekse yüksek lisans tezimin hazırlanması sürecinde beni yönlendiren, engin bilgi ve tecrübelerini paylaşan kıymetli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Yusuf ER'e kalbi teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca gerek eğitim sürecimde, gerekse tez çalışmam sırasında yardımlarını esirgemeyen Doç. Dr. Mehmet DEMİREL, Doç. Dr. Mehmet ÖZDEMİR, Dr. Öğr. Üyesi Murat ARSLANDERE hocalarıma ve Arş. Gör. Abdullah ÇUHADAR kardeşime ayrıca teşekkürü bir borç bilirim.

*Harun ÇÖPÜR*



# İÇİNDEKİLER

Giriş .....	1
-------------	---

## Bölüm 1

<b>Kampüs Rekreasyonu.....</b>	<b>5</b>
--------------------------------	----------

1.1. Rekreasyon Kavramı .....	5
-------------------------------	---

1.1.1. Rekreasyonun Özellikleri.....	6
--------------------------------------	---

1.1.2. Rekreasyon İhtiyacı .....	8
----------------------------------	---

1.1.3. Rekreasyonun Tarihsel Gelişimi .....	9
---	---

1.1.4. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımı Engelleyen Faktörler.....	10
--	----

1.1.5. Türkiye’de Gençliğin Serbest Zamanı Değerlendirme İmkanları.....	11
--	----

1.2. Rekreasyon Sahaları.....	12
-------------------------------	----

1.2.1. Kentleşme Süreci İçinde Rekreasyon Sahaları .....	14
--	----

1.2.2. Kırsal Rekreasyon Sahalarının Genel Özellikleri .....	15
---	----

1.3. Kampüs Rekreasyonu .....	16
-------------------------------	----

1.3.1. Kampüs Rekreasyonu’nun Gayeleri.....	16
---	----

1.3.2. Kampüs Rekreasyon Programları.....	17
---	----

1.4. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi.....	18
--	----

1.4.1. Üniversitenin Fakülte, Yüksekokul ve Enstitüleri .....	18
--	----

1.4.2. Üniversite Kampüsünde Bulunan Serbest zaman Kaynakları.....	19
---	----

1.4.2.1. Üniversite Sosyal Tesisleri.....	19
---	----

1.4.2.2. Üniversite Sportif Faaliyetler ve Spor Tesisleri.....	20
---	----

## **Bölüm 2**

<b>Serbest Zaman Kavramı.....</b>	<b>21</b>
2.1. Serbest Zaman Kavramı .....	21
2.1.1. Serbest Zamanın Temel İşlevleri.....	23
2.1.1.1. Dinlenme Etkeni.....	23
2.1.1.2. Eğlenme Etkeni .....	24
2.1.1.3. Gelişim Etkeni.....	24
2.2. Serbest Zamanları Deęerlendirmenin Yararları.....	25
2.2.1. Fiziksel Yararları.....	25
2.2.2. Psikolojik Yararları.....	26
2.2.3. Toplumsal Yararları.....	27

## **Bölüm 3**

<b>Depresyon.....</b>	<b>29</b>
3.1. Depresyon Kavramı ve Tanımı .....	29
3.1.1. Depresyonun Nedenleri .....	31
3.1.2. Depresyonun Belirtileri.....	32
3.1.2.1. Ruhsal Belirtiler .....	32
3.1.2.2. Davranışsal Belirtiler.....	33
3.1.2.3. Düşünsel Belirtiler .....	34
3.1.2.4. Bedensel Belirtiler.....	34

## **Bölüm 4**

<b>Yöntem.....</b>	<b>35</b>
4.1. Veri Toplama Araçları ve Veri Toplama Yöntemi .....	35
4.2. Amaç .....	37
4.3. Sayıtlar .....	37
4.4. Çalışmanın Varsayımları ve Sınırlılıkları .....	38

**Bölüm 5**

**Bulgular .....39**

5.1. Bulgular .....39

**Bölüm 6**

**Tartışma ve Sonuç .....53**

6.1. Tartışma ve Sonuç .....53

**Kaynaklar .....61**





# KISALTMALAR

BDÖ	: Beck Depresyon Ölçeđi
BZAÖ	: Boş Zaman Anlamı Ölçeđi
Ort	: Ortalama
N	: Kişi Sayısı
Ss	: Standart Sapma
t	: T- Deđeri
p	: Anlamlılık

## Kaynaklar

- Ağduman, F. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Motivasyon Ve Tatminlerinin İncelenmesi (*Yayımlanmamış doktora tezi*). Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Alakoç, F. (2019). Sosyo-demografik değişkenlerin rekreasyon katılımına etki: İstanbul (Kadıköy ve Maltepe) örneği. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Alfadhil, A.M. (1996). University Students' Perception of Constraints to Participation in Recreational Sports Activities. *Published Doctoral Dissertation. Michigan State University.*
- Allison, K.R., Dwyer, J.M. and Makin, S. (1999). Perceived Barriers to Physical Activity Among High School Students. *Preventive Medicine*, 28, 608-615.
- Almeida-Filho, N., Lessa, I., Magalhaes, L. (2004). Social inequality and depressive disorders in Bahia, Brazil: interactions of gender, ethnicity, and social class. *Soc Sci Med*, 59: 1339-1353.
- Atasoy, L. K., Öncü, E., ve Kılıç, K. S. (2015). Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarında Serbest Zaman Algısı ve Engelleri. 3. *Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Eskişehir Anadolu Üniversitesi.*
- Ay, T. (2018). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin depresif belirti yaygınlığı ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişki (*Yüksek Lisans Tezi*). *Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 519870).*
- Aydın, H. (2004). *Depresyon Nedir*, Mayo Clinic Depresyon, Ankara, Güneş Kitapevi.
- Aytaç, Ö. (1997). Modern toplumda boş zaman olgusu. Dünyada ve Türkiye'de Sosyolojik Gelişmeler, I. Baskı. Ankara, *Sosyoloji Derneği Yayınları*, 341-356.
- Balcı, V. (2003). Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerinin Katılımlarının Araştırılması, *Milli Eğitim, Kültür ve Sanat Dergisi*, Bahar, 161-163.
- Balcı, V., Demirtaş, M., Gürbüz, P., İlhan, A., ve Ersöz, V. (2003). Ankara'daki üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılımlarının araştırılması. *Milli Eğitim Dergisi*, 158, 161-173.
- Balkaya, F. (2000). Çok boyutlu öfke ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı semptom gruplarındaki etkisi. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.*
- Beck AT, Wart CH, Mendelson M,(1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry* 4:561-571.
- Beck, A.T. (1974). Assesment of Depression: the depression. *Journal of Psychotherapy*.138, 12, 1562-1567.

62 • Üniversite Öğrencilerinde Depresyon ve Boş Zamanın Anlamı İlişkisinin İncelenmesi

- Bingöl, G., Demir, A., Karabek, R., Kepenek, B., Yıldırım, N., & Kaytaç, E. G. (2010). Bazı değişkenler açısından 65 yaş üstü bireylerin depresyon düzeylerinin incelenmesi.
- Boztaç, H. (1998). Devlet Memurlarının Rekreatif Faaliyetleri Üzerine Bir Araştırma. (Çanakkale İli Uygulaması). (*Yüksek lisans tezi*) Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Bucher, Ac. (1972). Foundations of Physical Education. *The Mosby Company*, St. Louis, Toronto, London.
- Bulut, Y. (2000). Tercan Baraj Gölü ve Çevresinin Rekreasyon Alan Kullanım Potansiyelinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma. *Yayınlanmamış Doktora Tezi, Erzurum Atatürk Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.*
- Büküşoğlu, N., Bayturan, A.F. (2005). Serbest zaman etkinliklerinin gençlerin psiko-sosyal durumlarına ilişkin algısı üzerindeki rolü. *Ege Tıp Dergisi*, 44: 173-177.
- Cebeci, S.A. ve Aydemir, Ç. (2001). *Birinci basamak sağlık hizmetlerinde depresyon*. H.Kumbasar (Ed.), Modern Tıp Seminerleri Dizisi, Depresyon, (18), 20-23. Güneş Kitabevi Yayınları. Ankara.
- Cimilli, C. (2001). Depresyonda sosyal ve kültürel etmenler. *Duygu durum dizisi*, 4:157-68.
- Cordes, K. A., ve Ibrahim, H. M. (1996). Applications in Recreation&Leisure, *Mosby-Year Book, Inc.* Chapter 3. USA, s.: 39,47-50.
- Curtis, J. E. (1979). Recreation Theory and Practice. Toronto, London, St. Louis: *The C. V. Mosby Company*.
- Çelik, K. (2019). Üniversite öğrencilerinin facebook kullanımının umutsuzluk ve depresyon ile ilişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.*
- Çelik, Z. (2014). Ankara Polis Koleji Öğrencilerinin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. (*Yüksek lisans tezi*), *Ankara Gazi Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Dashdamirov, E., (2013). Üniversite Öğrencilerinin Aşka İlişkin Tutum Biçimleri ile Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.*
- Demir, E. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi. *Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.*
- Demirci, R., Acar, G., & Erdoğan, B. S. (2018). Öğrencilerin depresyon ve motivasyon bilgi düzeylerinin karşılaştırılması. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 36-45.
- Demirel, M., ve Harmandar, D. (2009). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1): 838-846.
- Diñç, H., Koca, H. B., Poyraz, A., & Aydemir, K. (2019). Üniversite öğrencilerinin boş zaman anlamlarının incelenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 1-9.

- Doğan O, Doğan S, Çorapçıoğlu A ve Çelik, G., (1994). Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Yaygınlığı ve Bazı Değişkenlerle İlişkisi. *C.Ü. Tıp Fak. Dergisi*, 16(2):148- 151.
- Doğan, O., Ceylan, N., & Sümer, R. (2003). Türkiye Gençlik Birliği Derneği. *Ankara: Gençlik Merkezi Tasarımı.*
- Dumazedier, J. (1990). *Boş zaman ve kültür.* Çeviri: E. Topbaş, Ankara *Türk Yurdu Dergisi*, 38.
- Ekici, S., Soyer, F., Özmaden, M., Devocioğlu, S., Pepe, K., ve Acet, M. (2000). "Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Ders Dışı Etkinlikleri Üzerine Bir Araştırma" *1.Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Kongresi, 26-27 Mayıs Gazi Üniversitesi Tesisleri Gölbaşı Ankara.*
- Ekingen, N. (2018). Batman kent merkezinde ve ilçelerinde rekreasyon alanlarının incelenmesi (*Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi*).
- Erduran, F. (2006). Ilgaz Dağı Milli Parkı'nın Koruma ve Kullanım İlkeleri Açısından Turizm-Rekreasyon Potansiyelinin Saptanması, *Atatürk Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi* 37 (2), s. 225-233.
- Ertekin, M., ve Çorbacı Ö.L. (2010). Üniversite Kampüslerinde Peyzaj Tasarımı (Karabük Üniversitesi Peyzaj Projesi Örneği). *Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*; 10(1): 55-67.
- Esteve, R., San Martin, J., Lopez, A. E. 1999. "Grasping The Meaning of Leisure: Developing A Self Report Measurement Tool", *Leisure Studies*. 18(2), 79-91.
- Evren, B., Evren, C., Dalbudak, E., Topcu, M., & Kutlu, N. (2019). The impact of depression, anxiety, neuroticism, and severity of Internet addiction symptoms on the relationship between probable ADHD and severity of insomnia among young adults. *Psychiatry Research*, 271, 726-731.
- Eyüboğlu, S. (2009). Depresif yakınmaları olan hastaların depresyon ile ölüm kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Foulquie, P. (1994). *Pedagoji Sözlüğü, Boş Zaman.* Çev. Cenap Karakaya, Sosyal Yayınlar, İstanbul.
- Gabbard, G. O. (1995). Mood disorders: Psychodynamic etiology. HI Kaplan, BJ Sadock (eds). *Comprehensive Textbook of psychiatry*. 6 ed. Baltimore: Williams and Wilkins Comp; p.1116-23.
- Gedik, N. (1985). Gençliğin Boş Zamanları Değerlendirme Sorunları. *Türk Hemşireler Dergisi*, XXXV, 2, 33-38.
- Gezer, E. (2008). Stres veren yaşam olaylarının, öğretim elemanlarının, depresyon ve tükenmişlik düzeylerine etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.*
- Gold, S.M. (1980). "Recreation Planning and Desing. *McGrawHillBookComp.*" New York.
- Gül, T., Karaçar E., Kement, Ü., Pashlı, M. M., Yayla, Ö., Erol, E. ve Göker, G. (2014). "*Rekreasyona Giriş*". Yaylı, A., (Editör). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Güleç, C. (1991). "Depresyon: Çağdaş Tedavi Yaklaşımları", Ankara, *Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayınları.*

64 • Üniversite Öğrencilerinde Depresyon ve Boş Zamanın Anlamı İlişkisinin İncelenmesi

- Güler, C., Demirel, D.H., Çakır, O.V., ve Budak, D. (2019). Üniversite öğrencilerinde boş zamanın anlamı. 2. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bildiri Kitabı*, 11-14 Nisan, Bodrum, Türkiye.
- Gümüş, H. (2012). Fiziksel aktivite için park ve rekreasyon alanlarına gelen kullanıcıların mekân seçimini ve aktiviteye katılımını etkileyen faktörler. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara.*
- Gümüş, H. (2016). Rekreasyonel alanların kullanım etkenlerinin incelenmesi. *Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Güney, M., (1985). *Üniversite Öğrencileri Arasında Depresyon ve Problem Alanlarının Akademik Başarı ile İlişkisi*. Ankara Üniversitesi Basımevi, Ankara.
- Gürbüz, B., Özdemir, A. S., Karaküçük, S. 2007. "Meaning of leisure time scale: Evaluation of psychometric characteristics on Turkish university students", *4th International Mediterranean Sport Science Congress*. Antalya, Turkey
- Gürbüz, B., ve Henderson, K. (2013). Exploring the Meanings of Leisure among Turkish University Students, *Croatian Journal of Education*, 15(4), 927-957.
- Hibbins, R. (1996). "Global Leisure". *Social Alternatives*. Jan, Vol 15, issue 1: 22-25.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanteri'nin Üniversite Öğrencileri İçin Geçerliliği, Güvenirliliği. *Psikoloji Dergisi, Psikologlar Derneği Yayını*, Kasım, 7(23):3-13.
- Horner, S., ve Swarbrooke, J. (2005). *Leisure Marketing: A Global Perspective (Paperback)* (1st Edition), Oxford: Elsevier Butterworth-Heinemann, Linacre House, Jordan Hill.
- <http://dosya.kmu.edu.tr/strateji/userfiles/files/Raporlar/2018%20Y%C4%B1%20C4%B0dare%20Faaliyet%20Rapor.pdf> Erişim Tarihi: 11.05.2020
- <http://sayilarla.kmu.edu.tr/#dvImkanlar> Erişim Tarihi: 11.05.2020
- <http://www.tdk.gov.tr/TDKSOZLUK/SOZBUL.ASP?kelime=kampus> Erişim Tarihi: 11.05.2020
- <https://www.kmu.edu.tr/sayfa/16/> Erişim Tarihi: 11.05.2020
- <https://www.kmu.edu.tr/sayfa/60/yerleskede-yasam/saglik,-kultur-ve-spor-tif-faaliyetler/tr> Erişim Tarihi: 11.05.2020
- Hunnicut, B. (1984). "The End of Shorter Hours", *Labor Review* (Vol 3), s.: 373-374. Hurrelmann, K., 1988, *Social Structure and Personality Development*. Cambridge University Pres. Cambridge.
- İlgaz, A. (2015). Depresyon Ve Dindarlık İlişkisi (Kastamonu Örneği). *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Kayseri.*
- İşık, E., ve Uzbay, T. (2008). *Güncel Temel ve Klinik Psikofarmakoloji*. 1. Baskı. Golden Medya, Ankara.
- Jondeau, E., Rockinger, M. (2003). Conditional volatility, skewness, and kurtosis: existence, persistence, and comovements. *Journal of Economic Dynamics & Control*, 27, 1699 – 1737.

- Kaba, İ. C. (2009). Türkiye'deki Üniversitelerde Kampüs Rekreasyonu'nun Mevcut Durumu ve Kampüs Rekreasyon Modellemesi. *Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.*
- Kara, F. (2019). Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma yolları ve depresyon düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.*
- Karaküçük, S. (1997). *Rekreasyon: (Boş Zamanları Değerlendirme) kavramkapsam ve bir araştırma*, Seren Ofset, 2.baskı, Ankara, s.:36,45,46,47.
- Karaküçük, S. (1999). "Rekreasyon, Boş Zaman Değerlendirme". Bağırğan Yayın Evi, Ankara.
- Karaküçük, S. (1999). *Rekreasyon ve Boş Zamanları Değerlendirme*. (3. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S. (1999). *Rekreasyon*. 3. Baskı, Bağırğan Yayınevi, Ankara.
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon – Boş Zaman Değerlendirme*, Gazi Kitabevi, "5.Basım", Ankara, "s. : 3–59 89"
- Karaküçük, S., ve Ekenci, G. (1995). Okulların Boş Zamanları Değerlendirme (Rekreasyon) Eğitimindeki Rolü. *Milli Eğitim Dergisi*; 128: 62–66.
- Karaküçük, S., ve Gürbüz, B. (2007). *Rekreasyon ve kentleşme*. Ankara Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme*. (Altıncı Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Kaya, A.M. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. (*Yüksek lisans tezi*), Sivas Cumhuriyet Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Kaya, B. (2004). "Küreselleşen Türkiye'nin Ruh Sağlığına Değirmeler: Korku Denizini Aşmak"; Özgür Üniversite Forumu.
- Kaya, F. (2007). "Bartın Kent Halkının Rekreasyonel Eğilim ve Taleplerinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma." *Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.*
- Kaya, L.G. (2006). *Turizm ve Rekreasyon Planlaması*, İnönü Üniversitesi, Güzel Sanatlar ve Tasarım Fakültesi, Peyzaj Mimarlığı Bölümü, Malatya.
- Kesim, Ü. (2006). *Sağlıklı Kentler Birliği Toplantısı*, 27-28 Nisan, Eskişehir.
- Kesim, Ü. (2008). Spor Bilimlerinde Güncel Yaklaşımlar. *İ.T.Ü Beden Eğitimi. İ.T.Ü Rektörlüğü Yayın No: 1651, İstanbul, s.33-40.*
- Kılbaş, S. (1994). *Gençlik ve Boş Zamanı Değerlendirme*, Adana, Çukurova Ün. Basımevi: 41.
- Kılbaş, Ş. (2001), *Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme*, Adana: Anaca Yayınları.
- Kızılgök, S. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Kişisel ve Ailesel İşlevselliğin Depresyon Anksiyete Riskine Etkisi. *Çukurova Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Uzmanlık Tezi, Adana.*

- Kızıltuğ, H. (1997) Şehirselsel Açık Alan Kullanımının Erişilebilirlik ve İşlevsel Çeşitlilik Yönlerinden Değerlendirilmesi, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.*
- Koç, V. (2008). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.*
- Koçyiğit, M., ve Yıldız, M. (2014), Yerel Yönetimlerde Rekreasyon Uygulamaları: Konya Örneği, *International Journal of Science Culture and Sport*, August, s:211- 223.
- Koyuncu, İ. (2012). Rekreasyon Potansiyelinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma; Aksaray Güzeluyurt İlçesi. *Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.*
- Köknel, Ö. (2005). *Ruhsal Çöküntü: Depresyon*. 6. Baskı. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köroğlu, E. (2006). *Depresyon nedir? Nasıl baş edilir?* 2. Baskı. Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Köse, A. (1997). Kaz Dağında Doğal Çevre Özelliklerine Dayanan Günübürlük Rekreasyon Alanlarına Üç Örnek: Ayazma, Pınarbaşı ve Sütüven, *Türk Coğrafya Dergisi*, sayı:32, İstanbul.
- Kuzu, V. (2019). Sosyal Bilgiler Öğretmenlerinin Boş Zaman Değerlendirme Etkinlikleri İle Mesleki İş Doyumu Arasındaki İlişki. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi), Uşak*
- Lewinsohn, P.M., Rohde, P., Seeley, JR., ve Fischer, S. A. (1993). Age-Cohort Changes In The Lifetime Occurrence Of Depression And Other Mental Disorders. *J Abnorm Psychol* ;102:110-120.
- Mahiroğulları, M. A. (2016). Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımını etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Doctoral dissertation, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.*
- Mannell, R. C., Kleiber, D. A. (1997). *A Social Psychology of Leisure*. Venture Publishing Inc.
- Mclean, D. D., Hurd, A. R., ve Rogers, N. B. (2008). *Kraus' Early History of Recreation and Leisure in Modern Society*. Jones and Barlett Publishers. 8th Ed. USA, s.:66-67.
- Mobley, T. A. (2006). Yerel yönetimlerin halkın rekreasyon ve park ihtiyaç ve hizmetlerini karşılamadaki rolü. *Yerel Yönetimler ve Sağlıklı Kentler Sempozyumu*, Eskişehir.
- Munday J. (1998). *Leisure Education Theory and Practice*. Second Edition, Sagamore Publishing Campaign, USA, s.9.
- Nırssa, (National Intramural –Recreational Sports Association). (2004). *The Value of Recreational Sports in Higher Education, Impact on Student Enrollment, Success and Buying Power.*, Versa Press, USA , s. 25.
- Okuyucu, C., ve Ramazanoğlu, F. (2006). Dünyadaki değişimin boş zaman faaliyetlerine etkileri. 9. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı*, s: 74-75, Muğla.

- Otacıoğlu, S. G., (2008). Müzik Öğretmenlerinin Sosyotropik ve Otonomik Kişilik Özellikleri ile Depresyon Düzeyleri Üzerine İlişkisel Araştırma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9 (1).
- Öksüz, E. (2012). Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu İle Özel Yurtlarda İkamet Eden Öğrencilerin Boş Zaman Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi (Balıkesir İli Örneği). (*Yüksek lisans tezi*), *Balıkesir Balıkesir Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir*.
- Özbey, S., ve Çelebi, M. (2011). *Rekreasyon temelleri*. İçinde: N. Mirzeoğlu (Edt.), *Spor bilimlerine giriş*. Ankara: Spor Yayınevi, s. 241-270
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O. ve Oğuzhanoglu, N.K., (2002). Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler ve Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3:155-161.
- Özdemir, R. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Görülen Depresyonun Giderilmesinde Dansın Etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya*.
- Özen, Y., & Gül, A. (2007). Sosyal ve eğitim bilimleri araştırmalarında evren-örneklem sorunu. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (15), 394-422.
- Özmaden, M. (1997). Yükseköğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumunda İkamet Eden Öğrencilerin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirme Sorunları Üzerine Bir Araştırma (Çanakkale İli Örneği). (*Yüksek lisans tezi*), *Ankara Gazi Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.
- Özmen, E. (1996). Depresyon: Genel bir gözden geçirme. *Depresyon Dergisi*, 1 (1), 3-14.
- Özşaker, M. (2012). Gençlerin Serbest Zaman Aktivitelerine Katılmama Nedenleri Üzerine Bir İnceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 126-131.
- Öztürk, M. O. (2001). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: 291-337.
- Öztürk, O. (2004). "*Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*". İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
- Püsküllüoğlu, A. (2005). *Türk Dil Kurumu*. Türkçe Sözlük. 10. Baskı. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Ragheb, M. G., Tate, R. L. (1993). A behavioural model of leisure participation, based on leisure attitude, motivation and satisfaction. *Leisure studies*, 12(1), 61-70.
- Roosman, R. J., ve Schlatter, E. B. (2000). *Recreation Programming Desing Leisure Experiences*, Third Edition, Sagamore Publishing, United States.
- Sadock, B.J., Kaplan, I.H., ve Sadock, V. (2007). *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, 3. Cilt, Çeviri: Aydın H, Bozkurt A. Güneş Kitapevi, Ankara, 2064-2087.
- Sevil, T., Şimşek, K.Y., Katırcı, H., Çelik, O.V., ve Çeliksoy, M.A. (2012). *Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi*. 1. Baskı. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını.



- Soyer, F. ve Can, Y. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Alışkanlıkları ve Sportif Eğilimlerinin Mesleki Yönelişlerine Göre Karşılaştırılması. *I. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu*. Ankara: Mayıs; 102-120.
- Şahin, C.K., Akten, S., ve Erol, U.E. (2009). Eğirdir meslek yüksekokulu öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımlarının belirlenmesi üzerine bir çalışma. *Artvin Çoruh Üniversitesi, Orman Fakültesi Dergisi*, 10(1), 62-71.
- Şahin, G., ve Kocabulut, Ö. (2014). Sportif rekreasyon aktivitelerine düzenli katılımı engelleyen faktörlerin incelenmesi: Akdeniz üniversitesi turizm fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 1 (2), 46-67.
- Şener, G. (2009). Türkiye’de Facebook kullanımı araştırması, *XIV. Türkiye’de İnternet Konferansı*, 12-13.
- Tappe, M., Duda, J. and Ehrnwald, P. (1989). Perceived Barriers to Exercise among Adolescents. *Journal Of School Health*, 59(4), 153-155
- Tezcan, M. (1982). *Sosyolojik açıdan boş zamanların değerlendirilmesi*. Ankara: A.Ü. Yayını.
- Tezcan, M. (1993). Eğitim Sosyolojisinde Çağdaş Kuramlar Ve Türkiye. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yay. No: 170*.
- Tezel, A., Arslan, S., Topal, M., Aydoğan, Ö., Koç, Ç., & Şenlik, M. (2009). Hemşirelik öğrencilerinin problem çözme becerileri ve depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(4), 1-10.
- Tharckery, E., ve Harris, M. (2002). *The Gale encyclopedia of mental disorders*. Detroit:Gale.
- Torkildsen, G. (1999). *Leisure and Recreation Management*, London, E and FN Spon., s:49-52.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management*. 5th Edition, Routledge. Londra: Taylor and Francis Group.
- Turizm ve Tanıtma Bakanlığı, (1978). Turizm Planlaması Genel Müdürlüğü, *Metropolitan Alan Rekreasyon Master Planı*. Ankara.
- Tütüncü, Ö., Aydın, İ., Küçükusta, D., Avcı, N., ve Taş, İ. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımını Etkileyen Unsurların Analizi, *Spor Bilimleri Dergisi*, 22 (2), 69-83.
- Ünal, S., ve Özcan, E. (2000). Depresyonda Hazırlayıcı ve Ortaya Çıkarıcı Etkenler, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, (1)1: 41-45.
- Voight, D. (1998). *Spor Sosyolojisi*. Çeviri: Ayşe Atalay, Bağırhan, Ankara.
- Wilgoose, C.E. (1979). *The Curriculum In Physical Education*. Prentice Hall, New Jersey, USA.
- Yalçın, C., Demirel, M., Demirel, D.H., ve Çolakoğlu, T. (2007). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Boş Zamanın Anlamı İle Akıllı Tele-

- fon Bağımlılıklarına İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 1303-1414.
- Yılmaz, O. (2018). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları Ve Zaman Yönetim Becerilerinin İncelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü( Yüksek Lisans Tezi), Kocaeli.*
- Yılmaz, T., Gökçe, D., Şavklı, F., ve Çeşmeci, S. (2012). Engellilerin Üniversite Kampüslerinde Ortak Mekanları Kullanabilmeleri Üzerine Bir Araştırma: Akdeniz Üniversitesi Olbia Kültür Merkezi Örneği, *Tekirdağ Ziraat Fakültesi Dergisi*, 9(3): 1-10.
- Yiğit, R. (2008). İlköğretim II. kademe öğrencilerinin depresyon ve sosyal beceri düzeylerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi (*Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Yörükoğlu, A. (1980). *Çocuk Ruh Sağlığı*, 3.Baskı. Ankara, TGB Kültür.
- Yücel, F.G. (1998). İstanbul ve Çevresindeki Ormanların Rekreasyonel Potansiyellerinin Saptanması. *Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.*
- Zorba, E. (2000). Kartal, R. "Sağlığımız ve Egzersiz";s: 7-10.
- Zorba, E. (2007). Türkiye'de Rekreasyona Bakış Açısı ve Gelişimi. *Gazi Haber Dergisi*, ss. 52-5.
- Zorba, E., İkizler, C., Tekin, A., Miçoğulları, O., ve Zorba, E. (2005). *Herkes için spor*. İstanbul: Morpa kültür yayınları.
- Zorlu, E. (1973). "Boş zamanlar sorunu." Gençlik Lideri El Kitabı.
- Zülal, A. (2002). Sağlık İçin Hareket Edin. *Bilim ve Teknik Dergisi*. Ağustos. s.72-75.