



Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılım nedenleri ve boş zaman değerlendirme sürecini kısıtlayan engeller üzerine bir araştırma

Yener AKSOY¹, Ferhat KILIÇARSLAN²

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun, Türkiye

²İstanbul Aydın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye

Araştırma Makalesi/Research Article		DOI: 10.70736/jrolss.501
Gönderi Tarihi/ Received:	Kabul Tarih/ Accepted:	Online Yayın Tarihi/ Published:
13.04.2024	16.12.2024	31.12.2028

Öz

Bu araştırmanın amacı, spor bilimleri fakültelerinin rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılım nedenlerini, boş zamanlarını değerlendirme süreçlerini kısıtlayan engelleri ve bu engellerle başa çıkmada kullandıkları stratejileri belirlemektir. Ayrıca, öğrencilerin demografik özellikleri ve boş zaman aktivitelere katılım şekillerinin, katılım nedenleri, engeller ve strateji düzeyleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Rekreasyon alanına dair bilgi ve donanıma sahip bireyler üzerinde gerçekleştirilen bu araştırma, rekreasyonel katılımın nedenlerini ve katılımda karşılaşılan engellerle baş etme stratejilerini inceleyerek alana özgün bir katkı sağlamaktadır. Bu doğrultuda araştırmaya, spor bilimleri fakültelerinin rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören 110'u erkek, 88'i kadın olmak üzere toplam 198 öğrenci katılmıştır. Veriler, Rekreasyonel Aktivite Katılma Nedenleri Ölçeği, Rekreasyonistlerin Boş Zaman Engelleri Aşma Süreci Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu aracılığıyla toplanmıştır. Normal dağılım gösteren verilere parametrik testler uygulanmıştır. Sonuçlar, katılım nedenleri ve engelleri aşma stratejilerinin sınıf düzeyi, aylık katılım sayısı, etkinliklere kiminle katıldıkları ve karşılaşılan kısıtlayıcı unsurlara göre anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Ayrıca, katılım nedenleri ile engelleri aşma stratejileri arasında pozitif, düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. Rekreasyonel aktivite katılım nedenlerinin, boş zaman engellerini aşma sürecindeki varyansın %16'sını açıkladığı belirlenmiştir. Bu bulgular, öğrencilerin boş zamanlarını daha verimli değerlendirmeleri için katılım nedenleri ve baş etme stratejilerinin anlaşılmasının önemli olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Boş Zaman, engelleri aşma süreci, katılım nedenleri, rekreasyon, rekreasyonist

A study on the reasons for university students' participation in recreational activities and the barriers that restrict the leisure time evaluation process

Abstract

The aim of this study is to identify the reasons for participating in recreational activities, the constraints that limit the processes of utilizing leisure, and the strategies used to overcome these constraints among university students studying in the recreation departments of faculties of sports sciences. Additionally, the effects of students' demographic characteristics and participation patterns in leisure activities on participation reasons, constraints, and strategy levels were examined. Conducted with individuals who possess knowledge and expertise in the field of recreation, this research provides a unique contribution by analyzing participation reasons and strategies for negotiating constraints. The study included a total of 198 students, 110 males and 88 females, studying in recreation departments of faculties of sports sciences. Data were collected using the Reasons for Participating in Recreational Activities Scale, the Recreationists' Constraints Negotiation Process Scale, and a personal information form prepared by the researcher. Parametric tests were applied to the data, which showed normal distribution. The results revealed significant differences in participation reasons and constraints negotiation strategies based on class level, monthly participation frequency, companions during activities, and the perceived constraining factors. Furthermore, a positive but low-level relationship was found between participation reasons and constraints negotiation strategies. It was determined that the reasons for participating in recreational activities explain 16% of the variance in the constraints negotiation process. These findings highlight the importance of understanding participation reasons and negotiation strategies for students to use their leisure more effectively.

Keywords: Constraints negotiation process, recreation, recreationist, leisure, reasons for participation

Sorumlu Yazar/ Corresponded Author: Ferhat KILIÇARSLAN, E-posta/ e-mail: ferhatkilicarslan@aydin.edu.tr

GİRİŞ

Üniversite öğrencilerinin akademik başarı beklentileri ve sosyal sorumlulukları, stres seviyelerinin artmasına yol açan temel faktörlerdir. Bu bağlamda, sık sık karşılaşılan yoğun sınav dönemleri, projeler ve akademik başarı baskısı, öğrencilerde fiziksel tükenmişlik ve zihinsel yorgunluk gibi etkiler yaratabilir (Hamaideh, 2010; Saleh ve ark., 2017). Bu stres, öğrencilerde hem fiziksel hem de psikolojik baskı yaratırken, rahatlama ve yenilenme arayışını da beraberinde getirir. Günlük stresin artması, öğrencilerin boş zamanlarını daha etkili değerlendirme ihtiyacını tetikler. Bu durum, stresin olumsuz etkilerinin hafifletilmesi ve öğrencilerin psikolojik iyilik halinin desteklenmesi açısından önemlidir (Qian ve ark., 2014). Yoğun akademik ve sosyal yükümlülükler altındaki üniversite öğrencileri için boş zaman etkinlikleri, yalnızca bir rahatlama aracı değil, aynı zamanda fiziksel ve zihinsel sağlığı güçlendiren bir destek mekanizması olarak öne çıkmaktadır. Boş zaman, öğrencilerin günlük yaşamın yoğun temposundan uzaklaşarak yenilenmesini sağlayan, kendini ifade etme fırsatı sunan ve yaşam kalitesini artıran değerli bir zaman dilimidir (García-Villamisar & Dattilo, 2010; Chen ve ark., 2016; Yu & Kim, 2021). Bu zaman dilimlerinde katılım sağlanan aktiviteler rekreasyonel aktivite olarak kabul edilir. Boş zaman davranışı demografik, sosyal ve ekonomik faktörlerden etkilenmekte, yaşam tarzları günlük faaliyetler ve yönelimlerle şekillenmektedir (Zarotis & Tokarski, 2020). Rekreasyonel aktiviteler bireylerin genel refah seviyelerini yükseltmek için önemli bir rol oynar (Litwiller ve ark., 2018; Obi, 2024). Rekreasyonel aktiviteler, öğrencilerin kendilerini daha iyi hissetmelerine ve genel refah seviyelerini yükseltmelerine katkı sağlamaktadır.

Rekreasyonel aktivitelere katılım çok yönlüdür ve sosyal etkileşim, fiziksel sağlık, psikolojik esenlik, rahatlama, çevresel katılım ve öğrenme arzusundan kaynaklanır. Bu doğrultuda rekreasyonel aktivitelere katılımın her birey için farklı nedenler ile olabileceğinden bahsedilebilir. Bu nedenler arasında, bireylerin kendilerini geliştirmek veya becerilerini artırma nedenleri (Hajjar ve ark., 2019; Murmu & Saha, 2021), entelektüel bir merak ya da öğrenme arayışları (Grigorios & Aikaterini, 2014), stres veya olumsuz duygulardan uzaklaşma ihtiyaçları (Bielinis ve ark., 2019; Kurtipek ve ark., 2023) ve sosyal bağlar kurma ya da mevcut bağları güçlendirme motivasyonları (Mistry ve ark., 2017; Labbé ve ark., 2019) yer almaktadır. Bu farklı katılma nedenleri, bireylerin rekreasyonel etkinliklere yönelmesinde önemli birer belirleyicidir ve bireylerin fiziksel, sosyal ve zihinsel ihtiyaçlarına yanıt verir. Buna ek olarak birçok birey aile ve arkadaşlarıyla etkileşime geçmek, sosyal ağlar kurmak ve aidiyet duygusu yaşamak için rekreasyonel aktivitelere katılmaktadır (Kozak & Doğantan, 2016; Mistry ve ark.,

2017; Willis ve ark., 2017; Dulhamid ve ark., 2023). Kişisel sağlık ve zindeliğin geliştirilmesi önemli bir motivasyon kaynağıdır. Spor ve açık hava rekreasyonu gibi faaliyetler obeziteyi azaltmaya, fiziksel yetenekleri geliştirmeye ve genel refahı desteklemeye yardımcı olur (Paggi ve ark., 2016; Obi, 2024). Rekreasyonel faaliyetler stres, depresyon ve kaygıyı azaltarak ruh sağlığına katkıda bulunur. Ayrıca kişisel tatmin, keyif ve olumlu bir tutum sağlarlar (Parnabas ve ark., 2016; Mistry ve ark., 2017). Birçok insan rahatlamak, günlük baskılardan kaçmak ve huzurlu bir ortamın tadını çıkarmak için rekreasyonel aktivitelere katılır (Kozak & Doğan, 2016; Dimitrios, 2018; Dulhamid ve ark., 2023). Rekreasyonel faaliyetler yeni beceriler öğrenmek, kişisel gelişim sağlamak ve yaratıcılığı geliştirmek için fırsatlar sunar. Bu, engelli olanlar da dahil olmak üzere gençler ve çocuklar için özellikle önemlidir (Creyer ve ark., 2003; Barnett & Weber, 2008; Mistry ve ark., 2017; Willis ve ark., 2017). Ayrıca kişisel tatmin, keyif ve olumlu bir tutum sağlarlar.

Bireylerin boş zamanlarını değerlendirme süreçleri her zaman ideal bir şekilde gerçekleşemeyebilir. Duygular, bireylerin boş zaman deneyimlerini nasıl değerlendirdiklerinde önemli bir rol oynamaktadır. Olumlu duygular bir aktivite sırasında keyif ve memnuniyet duygularını artırarak bu deneyimin tekrarlanma olasılığını yükseltirken, olumsuz duygular etkinlikten alınan tatmini azaltabilir (Camacho-Morles ve ark., 2021; Wu & Yu, 2022). Ayrıca, bireylerin mevcut ruh hali, bir etkinliğin zorluk seviyesi veya sosyal etkileşimlerin kalitesi gibi faktörler, bu değerlendirme sürecini doğrudan etkileyebilir. Olumlu duygular faaliyet sırasında keyif ve tatmin hissini artırırken, olumsuz duygular katılımı sınırlayabilir veya memnuniyeti azaltabilir. Ayrıca, kişinin bir faaliyet sırasında hissettiği heyecan ya da rahatlama, bu deneyimin tekrar edilip edilmeyeceğini doğrudan etkileyebilir. Buna ek olarak geçmiş deneyimler de katılımda önemli bir faktördür. Olumlu geçmiş deneyimler faaliyetlerin cazibesini artırabilirken, olumsuz deneyimler veya düşük öz yeterlilik katılımı caydırabilir (Creyer ve ark., 2003; Plys, 2019). Boş zaman etkinliklerinin karmaşıklığı ve katılım düzeyi de nasıl değerlendirildiklerini etkiler. Katılım, keyif ve içsel motivasyonla karakterize edilen optimum deneyimler, genellikle karmaşık ve yapılandırılmış boş zaman etkinlikleriyle ilişkilendirilir (Fave & Massimini, 2003). Bununla birlikte, ciddiyet düzeyi ve işe benzerlik gibi boş zaman faaliyetlerine yaklaşım, bu faaliyetlerin algılanan fayda ve dezavantajlarını etkileyebilir (Kelly ve ark., 2020). İdeal duygulanım (kişinin nasıl hissetmeyi tercih ettiği) ile boş zaman sırasında deneyimlenen gerçek duygulanım arasında genellikle bir tutarsızlık vardır. Bireyler boş zaman etkinlikleri sırasında her zaman arzu ettikleri olumlu veya olumsuz duygulanım seviyelerine ulaşamayabilir ve bu da bu deneyimlere ilişkin genel

değerlendirmelerini etkileyebilir (Mannell ve ark., 2014). Maddi sorunlar, zaman sıkıntısı, bireysel problemler veya sosyal çevre ile etkileşim eksikliği gibi çeşitli engeller de rekreasyonel katılımı sınırlayan faktörlerdendir (Allison & Hibbler, 2004; Rimmer ve ark., 2004; Law ve ark., 2007; Herrmann ve ark., 2022; Kara & Yorumazlar, 2022). Üniversite öğrencileri açısından bu engeller arasında özellikle bütçe yetersizliği, akademik takvim yoğunluğu ve sosyal çevrenin destek eksikliği öne çıkmaktadır. Bazı öğrenciler rekreasyonel aktivitelerin maliyetini karşılayamazken, diğerleri ders yoğunluğu nedeniyle bu tür etkinliklere vakit ayıramamaktadır. Bu engellerin üstesinden gelmek, bireylerin kişisel stratejiler geliştirmesini ve bu süreçte zorluklarla başa çıkma yollarını öğrenmesini gerektirir. Boş zaman engellerini aşma sürecinde bireyler, davranışsal ve bilişsel stratejiler geliştirerek zorluklarla baş edebilirken, kişisel, etkileşimsel ve yapısal engeller gibi çeşitli faktörlerle mücadele etmek durumunda kalmaktadır. Rekreasyonel katılımın önündeki engelleri aşmak için, ihtiyaçlara uygun etkinlikler düzenlemek (Smith ve ark., 2016), eğitimlerle çeşitliliği desteklemek (Rimmer ve ark., 2004), erişilebilir ve esnek faaliyetler sunmak (Menzies ve ark., 2020) etkili stratejilerdir. Ayrıca, destekleyici politikalar ve sosyal destek mekanizmaları bireylerin katılımını teşvik edebilir (Piątkowska & Biernat, 2023; Menezes ve ark., 2024).

Bu çalışmanın amacı, rekreasyon bölümü öğrencilerinin rekreasyonel katılım nedenleri ile boş zaman engellerini aşma stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca, demografik özellikler ve katılım biçimlerinin bu süreçler üzerindeki etkileri araştırılmaktadır. Çalışmada, rekreasyonel aktivitelere katılımın bireysel, sosyal ve çevresel motivasyonlarla şekillendiği ve katılım nedenleri ile engelleri aşma stratejileri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu varsayılmaktadır. Buna ek olarak, sınıf düzeyi, cinsiyet ve katılım sıklığı gibi demografik faktörlerin bu değişkenler üzerinde belirleyici bir etkisi olduğu öngörülmektedir. Rekreasyon bölümlerinde eğitim alan üniversite öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirilen bu araştırmanın, boş zaman engellerini aşma süreçlerini anlamaya yönelik önemli bir katkı sunacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Araştırma grubu (evren-örneklem)

Araştırmaya Gazi Üniversitesi, İstanbul Aydın Üniversitesi ve Bartın Üniversitesi üniversitelerinin spor bilimleri fakültelerinin rekreasyon bölümlerinde eğitim alan üniversite öğrencileri katılmıştır. Türkiye’de 2024-2025 eğitim öğretim dönemi baz alındığında Spor Bilimleri Fakültelerinde Yüksek Öğretim Kurulu lisans atlasına göre 1090 öğrenci öğrenim görmektedir (Yükseköğretim Kurulu, 2024). Örneklem büyüklüğü G power 3.1.9.4 programı

ile hesaplanmıştır. Yapılan güç analizi sonucunda 198 kişilik örneklem büyüklüğü ile orta düzeyde bir etki büyüklüğü (Cohen's $d = 0.5$), %95 güven düzeyi ve iki yönlü hipotez testi kullanıldığında, istatistiksel gücün %99,87 olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç, analizlerin güçlü bir temsiliyet sağladığını ve örneklemin evreni temsil etme kapasitesinin oldukça yüksek olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, elde edilen sonuçların istatistiksel olarak anlamlı olma olasılığı son derece yüksektir. Kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen örnekleme yöntemi ile araştırmaya gönüllü olan 88'i kadın ve 110'u erkek toplam 198 üniversite öğrencisi katılmıştır. Kolayda örnekleme yöntemi, zaman ve erişim kısıtlarının etkisiyle hızlı ve gönüllülük esasına dayalı veri toplamak amacıyla tercih edilmiştir. Katılımcıların çoğunluğunu ikinci sınıf (%43,9) öğrencileri oluştururken, aylık çoğunlukla 1-5 kere (%52,5) boş zaman faaliyetlerine katıldıklarını belirtmişlerdir. Katılımcılar boş zaman faaliyetlerine çoğunlukla arkadaşları ile (%54,5) katıldıkları ve katılımda en çok karşılaştıkları zorlaştıran unsur için ise maddi unsurlar (%34,3) olduğunu belirtmişlerdir.

Veri toplama araçları

Araştırma veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulmuş demografik bilgi formunun yanı sıra Kılıçaraslan, Ayyıldız Durhan ve Özant (2024) tarafından Türkçeye uyarlanmış Rekreasyonel Aktivite Katılma Nedenleri Ölçeği (RAKNÖ) ile yine Kılıçaraslan, Ayyıldız Durhan ve Özant (2024) tarafından Türkçeye uyarlanmış Rekreasyonistlerin Boş Zaman Engelleri Aşma Süreci Ölçeği ölçeklerine dair ifadelerin yer aldığı anketler kullanılmıştır.

Rekreasyonel aktivite katılma nedenleri ölçeği (RAKNÖ)

Kassim ve Musa (2009) tarafından rekreasyonel aktiviteye katılım nedenlerinin incelenmesi amacıyla geliştirilen ve Kılıçaraslan ve arkadaşları (2024) tarafından Türkçeye uyarlanan Rekreasyonel Aktivite Katılma Nedenleri Ölçeği, 13 madde ve 4 alt boyuttan (yetkinlik hakimiyeti, entelektüel motivasyon, kaçınma motivasyonu, sosyal bileşen) oluşmaktadır. Yetkinlik hakimiyeti alt boyutu, bireylerin becerilerini geliştirme ve yetkinliklerini artırma eğilimlerini ölçmektedir. Entelektüel motivasyon alt boyutu, bireylerin bilgi edinme, öğrenme ve zihinsel meraklarını giderme isteklerini değerlendirmektedir. Kaçınma motivasyonu alt boyutu, bireylerin stres, olumsuz duygular ve günlük hayatın baskılarından uzaklaşma ihtiyaçlarını ölçerken, sosyal bileşen alt boyutu ise bireylerin sosyal bağlar kurma, mevcut sosyal ilişkileri güçlendirme ve aidiyet duygusu yaşama motivasyonlarını ortaya koymaktadır. Orijinal çalışmada ölçeğe dair iç tutarlılık katsayıları toplam ortalama puanlar için 0,90 ve alt boyutlar için ise sırasıyla 0,86, 0,87, 0,82 ve 0,84 olarak tespit edilmiştir.

Mevcut araştırmada ise toplam ortalama puanlar için 0,90 ve alt boyutlar için ise sırasıyla 0,92, 0,86, 0,86 ve 0,89 olarak saptanmıştır.

Rekreasyonistlerin boş zaman engelleri aşma süreci ölçeği

Lyu ve Oh (2014) tarafından rekreasyonistlerin boş zamanlarında karşılaştıkları engeller ve ürettikleri stratejilerin tespit edilmesi için geliştirilen ve Kılıçaraslan ve arkadaşları (2023) tarafından Türkçeye uyarlanan Rekreasyonistlerin Boş Zaman Engelleri Aşma Süreci Ölçeği, 18 soru ve 5 alt boyuttan (davranışsal stratejiler, bilişsel stratejiler, kişisel engeller, etkileşimsel engeller ve yapısal engeller) oluşmaktadır. Davranışsal stratejiler alt boyutu, bireylerin boş zaman engellerini aşmak için doğrudan sergiledikleri somut eylem ve davranışları ölçmektedir. Bilişsel stratejiler alt boyutu, bireylerin engelleri algılayış biçimleri ve bu engelleri aşmak için geliştirdikleri düşünsel ve zihinsel stratejileri değerlendirmektedir. Kişisel engeller alt boyutu, bireyin kendinden kaynaklanan fiziksel, duygusal veya motivasyonel kısıtlamaları ölçmektedir. Etkileşimsel engeller alt boyutu, bireylerin sosyal çevreyle etkileşimde yaşadıkları kısıtlayıcı faktörleri ele almaktadır. Yapısal engeller alt boyutu ise bireylerin zaman, maddi durum, tesis veya ulaşım gibi dışsal faktörlerden kaynaklanan kısıtlamalarını ölçmektedir. Orijinal çalışmada ölçeğe dair iç tutarlılık katsayıları toplam ortalama puanlar için 0,85 ve alt boyutlar için ise sırasıyla 0,81, 0,73, 0,79, 0,69 ve 0,77 olarak tespit edilmiştir. Mevcut araştırmada ise toplam ortalama puanlar için 0,82 ve alt boyutlar için ise sırasıyla 0,85, 0,81, 0,75, 0,82 ve 0,81 olarak saptanmıştır.

Verilerin toplanması/işlem yolu

Araştırmada veriler iki yöntem kullanılarak toplanmıştır. İlk olarak veriler anketler aracılığı ile yüz yüze görüşmeler esasına göre toplanmıştır. Bu yolla 150 veri toplanmış olup diğer 48 veri ise Google Forms aracılığı ile rekreasyon bölümü öğrencilerinin mail adreslerine gönderilerek toplanmıştır. Çevrimiçi yöntemle toplanan verilerin güvenilirliğini artırmak adına yalnızca üniversite mail adreslerine gönderim yapılmış ve her bir katılımcının bireysel olarak doğrulanması sağlanmıştır.

Verilerin analizi

Verilerin analizinde SPSS 27.0 lisans paket programı kullanılmıştır. Analiz sürecinde, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla normallik testleri yapılmış ve verilerin normal dağılım parametrelerinde yer aldığı tespit edilmiştir. Bu nedenle, grup karşılaştırmalarını gerçekleştirmek için parametrik testler olan bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi ANOVA kullanılmıştır. T testi, iki grup arasındaki ortalamaların anlamlı bir fark gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla uygulanırken, ANOVA testi ise

üç veya daha fazla grup arasındaki ortalamalar arasındaki farklılıkları incelemek için kullanılmıştır. ANOVA testinde, anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Least Significant Difference (LSD) testi kullanılmıştır. LSD testi, özellikle grup sayısının az olduğu ve varyansların homojen olduğu durumlarda tercih edilen bir çoklu karşılaştırma testidir (Webster, 2007). Ayrıca, katılımcıların demografik verilerinin dağılımını ve genel eğilimlerini ortaya koymak amacıyla yüzde ve frekans analizleri yapılmıştır. Ölçme araçları arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson korelasyon testi uygulanmış, değişkenler arasındaki yön ve güç belirlenmiştir. Bununla birlikte, değişkenler arasındaki nedensel ilişkileri ve açıklanan varyans miktarını tespit etmek amacıyla regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde araştırma kapsamında katılımcılardan anketler aracılığı ile toplanan verilerin analizlerine dair bulgular paylaşılacaktır.

Tablo 1. Katılımcıların demografik bilgilerine ve boş zaman faaliyetlerine yönelik katılma değişkenlerine dair yüzde ve frekans değerleri

Değişken	Kategori	F	%
Cinsiyet	Kadın	88	44,4
	Erkek	110	55,6
Sınıf	1. Sınıf	48	24,2
	2. Sınıf	87	43,9
	3. Sınıf	38	19,2
	4. Sınıf	25	12,6
Aylık Boş Zaman Faaliyeti Sayısı	1-5 Kere	104	52,5
	6-10 Kere	55	27,8
	11 ve Daha Fazla Kez	39	19,7
Boş Zaman Etkinliklerine Çoğunlukla Kiminle Katılıyorsunuz	Tek Başına	34	17,2
	Aile ile	56	28,3
	Arkadaş ile	108	54,5
Katılımı En Çok Kısıtlayan Unsur	Maddi Unsurlar	68	34,3
	Zaman Sıkıntısı	55	27,8
	Kişisel Sorunlar	22	11,1
	Ulaşım Sıkıntıları	20	10,1
	Zorlaştıran Bir Unsur Yok	33	16,7

Tablo 2. Katılımcıların verdikleri cevaplara göre ölçme araçlarından alınan minimum, maksimum, ortalama, standart sapma, çarpıklık, basıklık ve iç tutarlık katsayısı değerleri

Boyutlar	Min.	Max.	\bar{x}	S.	Skewness	Kurtosis	α
Rekreasyonel Aktivite Katılma Nedenleri	2,23	7,00	4,91	1,03	-0,179	-0,473	0,903
Yetkinlik Hakimiyeti	1,00	7,00	4,51	1,44	-0,156	-0,721	0,925
Entelektüel Motivasyon	1,00	7,00	4,85	1,31	-0,532	0,128	0,861
Kaçınma Motivasyonu	1,00	7,00	4,96	1,29	-0,312	-0,460	0,860
Sosyal Bileşen	1,00	7,00	5,33	1,37	-0,728	-0,035	0,894
Boş Zaman Engelleri Aşma Süreci	1,33	5,00	3,07	0,53	0,143	1,102	0,827
Davranışsal Stratejiler	1,00	5,00	3,34	0,73	-0,204	0,159	0,852
Bilişsel Stratejiler	1,00	5,00	3,31	0,86	-0,111	-0,009	0,819
Kişisel Engeller	1,00	5,00	2,44	0,96	0,185	-0,861	0,751
Etkileşimsel Engeller	1,00	5,00	2,84	0,94	-0,280	-0,528	0,828
Yapısal Engeller	1,00	5,00	3,02	1,09	-0,182	-0,755	0,816

Tablo 2’de katılımcıların ölçme araçlarına verdikleri cevaplara göre ölçme araçlarından alınan minimum, maksimum, ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık ile iç tutarlık değerlerine yer verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre katılımcılardan alınan verilerin hem rekreasyonel aktivite katılma nedenleri hem de boş zaman engelleri aşma süreci düzeyleri için katılımcıların ortalama değerlerde puanlara sahip olduğu tespit edilmiştir. Buna ek olarak katılımcıların verdikleri cevaplara göre ölçme araçlarının normallik parametreleri içerisinde yer aldığı tespit edilerek parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir (Uysal & Kılıç, 2022).

Tablo 3. Katılımcıların sınıf düzeylerine göre rekreasyonel katılım nedenleri ve boş zaman engellerini aşma stratejileri puanlarının karşılaştırılması

Boyutlar	Sınıf	n	\bar{X}	S.	F	p	LSD
Rekreasyonel Aktivite Katılma Nedenleri	1. Sınıf	48	4,70	1,02	2,073	0,105	
	2. Sınıf	87	4,83	1,01			
	3. Sınıf	38	5,14	1,04			
	4. Sınıf	25	5,19	1,07			
Sosyal Bileşen	1. Sınıf ¹	48	4,84	1,48	3,828	0,011*	4>3>2>1
	2. Sınıf ²	87	5,33	1,22			
	3. Sınıf ³	38	5,61	1,42			
	4. Sınıf ⁴	25	5,84	1,33			
Boş Zaman Engelleri Aşma Süreci	1. Sınıf	48	2,97	0,53	1,630	0,184	
	2. Sınıf	87	3,13	0,51			
	3. Sınıf	38	3,13	0,53			
	4. Sınıf	25	2,94	0,61			
Kişisel Engeller	1. Sınıf ¹	48	2,23	0,94	3,093	0,028*	2>1 2>4
	2. Sınıf ²	87	2,61	0,93			
	3. Sınıf ³	38	2,56	0,99			
	4. Sınıf ⁴	25	2,09	0,93			

*p<0,05

Tablo 3’te katılımcıların sınıf değişkenleri ile ölçme araçları arasındaki ilişkinin tespiti için yapılan tek yönlü varyans analizi ANOVA testine dair bulgulara yer verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların rekreasyonel aktivite katılım nedenlerini sosyal bileşenlerin anlamlı biçimde farklılaştırdığı tespit edilmiştir. Bu grup içi anlamlı farklılıkların sınıf düzeyi yükseldikçe arttığı saptanmıştır. Öte yandan boş zaman engelleri aşma süreci düzeylerinden kişisel engeller için anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Elde edilen anlamlı farklılıklar ikinci ve birinci ile ikinci ve dördüncü sınıflar arasında ikinci sınıflar lehine anlamlı biçimde farklılaştığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Tablo 4. Katılımcıların aylık boş zaman faaliyetlerine katılma sayısı değişkenlerine göre rekreasyonel katılım nedenleri ve boş zaman engellerini aşma stratejileri puanlarının karşılaştırılması

Boyutlar	Faaliyeti Sayısı	n	\bar{X}	S.	F	p	LSD
Rekreasyonel Aktivite Katılma Nedenleri	1-5 Kere ¹	104	4,80	1,05	6,393	0,002*	3>1>2
	6-10 Kere ²	55	4,74	1,05			
	11 ve Daha Fazla Kez ³	39	5,42	0,79			
Yetkinlik Hakimiyeti	1-5 Kere ¹	104	4,39	1,49	6,399	0,002*	3>1>2
	6-10 Kere ²	55	4,24	1,31			
	11 ve Daha Fazla Kez ³	39	5,22	1,25			
Kaçınma Motivasyonu	1-5 Kere ¹	104	4,87	1,30	3,065	0,049*	3>1
	6-10 Kere ²	55	4,93	1,18			
	11 ve Daha Fazla Kez ³	39	5,26	1,37			
Sosyal Bileşen	1-5 Kere ¹	104	5,11	1,46	6,746	0,001*	3>2>1
	6-10 Kere ²	55	5,25	1,29			
	11 ve Daha Fazla Kez ³	39	6,02	0,96			
Boş Zaman Engelleri Aşma Süreci	1-5 Kere	104	3,08	0,52	0,847	0,430	
	6-10 Kere	55	3,00	0,53			
	11 ve Daha Fazla Kez	39	3,14	0,57			
Davranışsal Stratejiler	1-5 Kere ¹	104	3,30	0,74	5,932	0,003*	3>1>2
	6-10 Kere ²	55	3,19	0,67			
	11 ve Daha Fazla Kez ³	39	3,68	0,69			
Bilişsel Stratejiler	1-5 Kere ¹	104	3,32	0,88	3,378	0,036*	3>2
	6-10 Kere ²	55	3,12	0,73			
	11 ve Daha Fazla Kez ³	39	3,58	0,89			

*p<0,05

Tablo 4'te katılımcıların aylık boş zaman faaliyetlerine katılım sayısı değişkeni ile ölçme araçları arasındaki ilişkinin tespiti için yapılan tek yönlü varyans analizi ANOVA testine dair bulgulara göre, katılımcıların aylık katılım sağladıkları boş zaman faaliyeti sayısı rekreasyonel aktivite katılma nedenleri toplam ortalama puanlarda, yetkinlik hakimiyeti, kaçınma motivasyonu ve sosyal bileşen boyutlarında anlamlı biçimde aylık boş zaman faaliyetlerine katılım sayısının arttıkça ortalama puanların da arttığı tespit edilmiştir. Öte yandan boş zaman engellerini aşma süreci boyutları olan davranışsal stratejiler ve bilişsel stratejiler boyutlarında da yine aylık boş zaman faaliyetine katılma sayısı arttıkça arttığı tespit edilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların boş zaman faaliyetlerine kiminle katılım sağladığı değişkenlerine göre rekreasyonel katılım nedenleri ve boş zaman engellerini aşma stratejileri puanlarının karşılaştırılması

Boyutlar	Kiminle	n	\bar{X}	Ss.	F	p	LSD
Rekreasyonel Aktivite Katılma Nedenleri	Tek Başına ¹	34	4,67	1,20	8,419	0,000*	3>1>2
	Aile İle ²	56	4,54	0,98			
	Arkadaş İle ³	108	5,17	0,93			
Yetkinlik Hakimiyeti	Tek Başına ¹	34	4,52	1,60	8,392	0,000*	3>1>2
	Aile İle ²	56	3,89	1,38			
	Arkadaş İle ³	108	4,83	1,31			
Entelektüel Motivasyon	Tek Başına ¹	34	4,19	1,73	16,514	0,000*	3>2>1
	Aile İle ²	56	4,37	1,12			
	Arkadaş İle ³	108	5,30	1,07			
Boş Zaman Engelleri Aşma Süreci	Tek Başına	34	3,06	0,59	0,337	0,714	
	Aile İle	56	3,12	0,44			
	Arkadaş İle	108	3,05	0,56			
Kişisel Engeller	Tek Başına ¹	34	2,64	0,92	14,151	0,000*	2>1>3
	Aile İle ²	56	2,91	0,75			
	Arkadaş İle ³	108	2,14	0,96			

*p<0,05

Tablo 5'te katılımcıların boş zaman faaliyetlerine kiminle katılım sağladığı değişkeni ile ölçme araçları arasındaki ilişkinin tespiti için yapılan tek yönlü varyans analizi ANOVA testine dair bulgulara yer verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, katılımcıların rekreasyonel aktivite katılma nedenleri toplam ortalama puanlarında ve yetkinlik hakimiyeti ile entelektüel motivasyon boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu grup içi anlamlı farklılıkların arkadaşları ile boş zaman faaliyetlerine katılım sağladığını belirten katılımcıların lehine olduğu saptanmıştır. Öte yandan boş zaman engellerini aşma süreci boyutları olan kişisel engeller boyutunda elde edilen anlamlı farklılıklar ise aileleri ile boş zaman faaliyetlerine katılım sağlayan katılımcıların lehine olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Tablo 6. Katılımcıların rekreasyonel katılımını kısıtlayıcı unsur değişkenlerine göre rekreasyonel katılım nedenleri ve boş zaman engellerini aşma stratejileri puanlarının karşılaştırılması

Boyutlar	Unsur	n	\bar{X}	S.	F	p	LSD
Rekreasyonel Aktivite Katılma Nedenleri	Maddi Unsurlar ¹	68	4,67	1,06	2,984	0,020*	2>5>1>3
	Zaman Sıkıntısı ²	55	5,13	1,06			
	Kişisel Sorunlar ³	22	4,57	0,87			
	Ulaşım Sıkıntıları ⁴	20	4,95	0,88			
	Zorlaştıran Bir Unsur Yok ⁵	33	4,67	1,06			
Yetkinlik Hakimiyeti	Maddi Unsurlar ¹	68	4,17	1,49	2,702	0,032*	5>2>1>3
	Zaman Sıkıntısı ²	55	4,67	1,43			
	Kişisel Sorunlar ³	22	4,16	1,22			
	Ulaşım Sıkıntıları ⁴	20	4,78	1,43			
	Zorlaştıran Bir Unsur Yok ⁵	33	5,01	1,31			
Kaçınma Motivasyonu	Maddi Unsurlar ¹	68	4,95	1,06	3,498	0,009*	2>5>1>3
	Zaman Sıkıntısı ²	55	5,39	1,25			
	Kişisel Sorunlar ³	22	4,38	0,91			
	Ulaşım Sıkıntıları ⁴	20	5,02	1,21			
	Zorlaştıran Bir Unsur Yok ⁵	33	5,25	1,19			
Sosyal Bileşen	Maddi Unsurlar ¹	68	4,93	1,16	3,209	0,014*	5>4>1
	Zaman Sıkıntısı ²	55	5,39	1,57			
	Kişisel Sorunlar ³	22	5,28	1,68			
	Ulaşım Sıkıntıları ⁴	20	5,61	1,18			
	Zorlaştıran Bir Unsur Yok ⁵	33	5,89	1,07			
Boş Zaman Engelleri Aşma Süreci	Maddi Unsurlar	68	3,01	0,55	2,176	0,073	
	Zaman Sıkıntısı	55	3,24	0,54			
	Kişisel Sorunlar	22	2,96	0,60			
	Ulaşım Sıkıntıları	20	2,95	0,40			
	Zorlaştıran Bir Unsur Yok	33	3,04	0,46			
Davranışsal Stratejiler	Maddi Unsurlar ¹	68	3,14	0,77	2,909	0,023*	2>5>1
	Zaman Sıkıntısı ²	55	3,53	0,68			
	Kişisel Sorunlar ³	22	3,20	0,71			
	Ulaşım Sıkıntıları ⁴	20	3,38	0,60			
	Zorlaştıran Bir Unsur Yok ⁵	33	3,51	0,72			
Bilişsel Stratejiler	Maddi Unsurlar ¹	68	3,19	0,81	2,503	0,044*	4>1>3
	Zaman Sıkıntısı ²	55	3,40	0,84			
	Kişisel Sorunlar ³	22	2,98	0,90			
	Ulaşım Sıkıntıları ⁴	20	3,70	0,72			
	Zorlaştıran Bir Unsur Yok ⁵	33	3,43	0,93			
Yapısal Engeller	Maddi Unsurlar ¹	68	3,12	0,97	4,104	0,003*	2>3>4>5
	Zaman Sıkıntısı ²	55	3,39	1,01			
	Kişisel Sorunlar ³	22	2,77	1,20			
	Ulaşım Sıkıntıları ⁴	20	2,65	1,06			
	Zorlaştıran Bir Unsur Yok ⁵	33	2,59	1,18			

*p<0,05

Tablo 6’da katılımcıların rekreasyonel katılımlarını kısıtlayıcı unsur değişkeni ile ölçme araçları arasındaki ilişkinin tespiti için yapılan tek yönlü varyans analizi ANOVA testi bulguları bulunmaktadır. Elde edilen bulgulara göre katılım kısıtlayıcıları rekreasyonel aktivite katılım nedenleri toplam ortalama puanlarını, yetkinlik hakimiyeti, kaçınma motivasyonu ve sosyal bileşen boyutlarını anlamlı biçimde farklılaştırmaktadır. Bu grup içi anlamlı farklılıklar toplam ortalama puanlar ve kaçınma motivasyonu boyutunda zaman sıkıntısı kısıtlayıcısı lehine, yetkinlik hakimiyeti ve sosyal bileşen boyutlarında ise zorlaştıran bir unsur olmadığını beyan eden katılımcılar lehine olduğu saptanmıştır. Öte yandan boş zaman engelleri aşma süreci düzeyleri olan davranışsal stratejiler, bilişsel stratejiler ve yapısal engeller boyutlarında da istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Elde edilen bu anlamlı farklılıklar davranışsal stratejiler boyutunda zaman sıkıntısı kısıtlayıcısı lehine, bilişsel stratejiler boyutunda ulaşım sıkıntıları kısıtlayıcısı lehine ve yapısal engeller boyutunda ise yine zaman sıkıntısı kısıtlayıcısı lehine olduğu saptanmıştır.

Tablo 7. Rekreasyonel katılım nedenleri ile boş zaman engellerini aşma stratejileri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

RAKNÖ	Yetkinlik Hakimiyeti	Entelektüel Motivasyon	Kaçınma Motivasyonu	Sosyal Bileşen	BZ. Engelleri Aşma Süreci	Davranışsal Stratejiler	Bilişsel Stratejiler	Kişisel Engeller	Etkileşimsel Engeller	Yapısal Engeller	
RAKNÖ	1										
Yetkinlik Hakimiyeti	0,818**	1									
Entelektüel Motivasyon	0,774**	0,476**	1								
Kaçınma Motivasyonu	0,854**	0,648**	0,467**	1							
Sosyal Bileşen	0,699**	0,431**	0,361**	0,621**	1						
BZ. Engelleri Aşma Süreci	0,375**	0,314**	0,215**	0,397**	,262**	1					
Davranışsal Stratejiler	0,526**	0,495**	0,289**	0,512**	,391**	,767**	1				
Bilişsel Stratejiler	0,269**	0,280**	0,075	0,294**	,276**	,622**	,585**	1			
Kişisel Engeller	-0,117	0,241**	-0,045	-0,051	-0,044	0,485**	-0,009	0,074	1		
Etkileşimsel Engeller	0,129	0,089	0,120	0,102	0,059	0,550**	0,117	-0,031	0,418**	1	
Yapısal Engeller	0,103	0,107	0,094	0,153**	-0,098	0,562**	0,237**	0,156**	0,224**	0,224**	1

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, RAKNÖ: Rekreasyonel Katılım Nedenleri Ölçeği, BZ: Boş Zaman

Tablo 7’de ölçüm araçlarının arasındaki ilişkinin tespiti için yapılan Pearson korelasyon testine dair bulgulara yer verilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre rekreasyonel aktivite katılma nedenleri ile boş zaman engelleri aşma süreci arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişkiler tespit edilmiştir ($r=0,375$).

Tablo 8. Rekreasyonel aktivite katılma nedenlerinin boş zaman engellerini aşma sürecine etkisi

Değişken	B	Std. Error	β	t	p	R	R ²	F	p
Yetkinlik Hakimiyeti	0,034	0,034	0,092	1,026	0,306				
Entelektüel Motivasyon	0,006	0,032	0,016	0,201	0,841	0,405	0,164	9,450	0,000*
Kaçınma Motivasyonu	0,147	0,047	0,319	3,164	0,002*				
Sosyal Bileşen	0,007	0,033	0,018	0,212	0,833				

Bağımlı Değişken: Rekreasyonistlerin Boş Zaman Engelleri Aşma Süreci, *p<0,05

Tablo 8’de rekreasyonel aktivite katılma nedenlerine göre boş zaman engelleri aşma sürecinin yordanmasına ilişkin regresyon analizine dair bulgulara yer verilmiştir. Buna göre kaçınma motivasyonunun tek başına boş zaman engelleri aşma süreci için anlamlı bir farklılaştırıcı olduğu ve buna ek olarak rekreasyonel aktivite katılma nedenleri boyutlarının birlikte boş zaman engelleri aşma sürecini anlamlı biçimde yordadığı tespit edilmiştir. Ayrıca katılma nedenlerinin boş zaman engelleri aşma sürecindeki varyansın %16’sını açıkladığı saptanmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın amacı, spor bilimleri fakültelerinin rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılım nedenlerini, bu süreçte karşılaştıkları boş zaman engellerini aşma stratejilerinin belirlenmesidir. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların ortalama düzeylerde rekreasyonel aktivite katılma nedenleri ve boş zaman engelleri aşma süreci düzeylerine sahip oldukları ve bu düzeylerin sınıf, aylık katılım sağlanan boş zaman faaliyeti sayısı, boş zamanlardaki faaliyetlere kimler ile katılım sağladığı ve boş zaman katılımını zorlaştıran unsurlara göre anlamlı biçimde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Tablo 2’den elde edilen sonuçlara göre, katılımcıların ortalama düzeylerde rekreasyonel katılım nedenleri ve boş zaman engelleri aşma süreci düzeylerine sahip oldukları belirlenmiştir. Sosyal bileşenin rekreasyonel aktiviteye katılımda en yüksek motivasyon kaynağı olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, García-Villamizar ve Dattilo (2010), Labbé ve arkadaşları (2019) ve Dulhamid ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan çalışmalarla uyumlu olup, bireylerin sosyal bağlarını güçlendirme ve aidiyet duygusunu artırma isteğinin rekreasyonel aktivitelerde önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Kaçınma motivasyonu rekreasyonel katılımda günlük hayatın olumsuzları gibi negatif duygulardan kaçınma güdüsü ile ilişkilidir. Kaçınma motivasyonunun yüksekliği, bireylerin stres ve olumsuz duygulardan uzaklaşma arayışını işaret etmektedir (Bielinis ve ark, 2019). Özellikle yoğun akademik programları olan üniversite öğrencilerinde bu durum, rahatlama ve yenilenme ihtiyacına dayandırılabilir. Davranışsal ve bilişsel stratejilerin engelleri aşmada en çok kullanılan yöntemler arasında yer alması, bireylerin engellerle başa çıkmada aktif çözüm yolları geliştirdiğini göstermektedir. Bu bulgu, Allison ve

Hibbler (2004) ile uyumlu olup, bireylerin davranışsal stratejilerle maddi ve yapısal engelleri aşma çabalarını yansıtmaktadır.

Tablo 3'te sınıf düzeyine göre elde edilen sonuçlar, öğrencilerin sınıf düzeyi arttıkça rekreasyonel faaliyetlere katılımında sosyal bileşene daha fazla önem verdiği ve boş zaman engellerini aşma sürecinde kişisel engelleri aşma süreçlerini daha başarılı biçimde yapabileceklerini ortaya koymuştur. Özellikle dördüncü sınıf öğrencilerinde sosyal motivasyonun daha yüksek olması, bu bireylerin mezuniyet öncesi dönemde sosyal bağlarını güçlendirme arayışında olabileceğini şeklinde yorumlanabilir. Literatürde mevcut sonuçları destekler nitelikte araştırmalara rastlanmıştır (Anderson & Ramos, 2018; Gümüş ve ark., 2019). Buna ek olarak Labuschagne ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan çalışmanın sonuçlarına göre öğrenciler aktif rekreasyonel etkinliklere katılmadıklarında sıklıkla boş zaman sıkıntısı yaşamakta, bu sonuç da rekreasyonel faaliyetlerde sosyal etkileşimin önemini vurgulamaktadır. Bu rekreasyonel katılım, üniversite hayatının baskıları için bir başa çıkma mekanizması sağlayarak öğrencilerin karşılaşılabilecekleri kişisel engeller ile başa çıkma süreçlerini geliştirebileceğinden bahsedilebilir. Bu durum sınıf değişkeninde elde edilen diğer sonuçla da ilişkilidir. Öğrencilerin sınıf düzeyi arttıkça rekreasyonel katılımında kişisel engeller ile başa çıkma konusunda aldıkları eğitim ile paralel olarak daha başarılı olabileceğinden bahsedilebilir. Öğrenciler sınıf seviyelerinde ilerledikçe, rekreasyonel katılımdaki kişisel engellerle başa çıkma başarıları, akran bağlantılarını teşvik ederek ve çevresel engelleri ele alarak artırılabilir. Sınıf düzeyi ilerledikçe artan sosyal bileşen düzeyleri bu doğrultuda olumlu çıktılara destek verebilir.

Tablo 4'te elde edilen bulgular, aylık rekreasyonel katılım sıklığı arttıkça motivasyonel faktörlerin ve boş zaman engellerini aşma stratejilerinin güçlendiğini göstermektedir. Özellikle yetkinlik hakimiyeti ve kaçınma motivasyonu boyutlarında sık katılım gösteren bireylerin daha yüksek puanlar alması, katılımı birlikte bireylerin becerilerini geliştirme ve günlük yaşam stresinden uzaklaşma motivasyonlarını artırdığını düşündürmektedir. Bu durum, Abdehad ve Mock (2023) tarafından da vurgulandığı gibi, sık katılımın algılanan yeterlilik düzeylerini güçlendirdiği ve yetkinlik hakimiyetine katkıda bulunduğu bulgularıyla paraleldir. Rekreasyonel faaliyetlere katılım, aynı zamanda bireylerin boş zaman engellerini aşma sürecinde davranışsal ve bilişsel stratejiler kullanmalarını da teşvik etmektedir. Nitekim, bulgular katılım sıklığı daha yüksek olan bireylerin bu stratejileri daha etkin kullandığını göstermektedir. Literatürde Dattilo ve ark. (2008) ile Labbe ve ark. (2019) çalışmalarında yetkinlik hakimiyetinin boş zaman engellerini aşmada kritik bir rol oynadığı ifade edilmiştir.

Bu bağlamda, sık katılımın bireylerin sosyal ağlardan yararlanarak engelleri aşma süreçlerinde hem içsel (bilişsel) hem de dışsal (davranışsal) stratejileri geliştirmelerine katkı sağladığı söylenebilir. Sonuç olarak, rekreasyonel katılım sıklığının artışı, bireylerin hem motivasyonel faktörlerini güçlendirmekte hem de boş zaman engellerini aşmada daha etkin stratejiler geliştirmelerine olanak tanımaktadır.

Tablo 5’te boş zaman faaliyetlerine kiminle katılım sağlandığının motivasyonel faktörler ve boş zaman engellerini aşma stratejileri üzerinde önemli bir etkisi olduğu görülmüştür. Özellikle arkadaşlarla katılım, motivasyonel faktörlerde en yüksek puanlarla ilişkilendirilmiş, bu durum sosyal etkileşimlerin rekreasyonel faaliyetlerde motivasyonu artırdığı ve bireylerin tatmin düzeyini yükselttiğini göstermektedir (Mistry ve ark., 2017; Litwiller ve ark., 2018). Arkadaşlarla birlikte katılım sağlanan etkinliklerde paylaşılan deneyimler, bireylerin sosyal uyumunu destekleyerek yetkinlik hakimiyeti ve entelektüel motivasyon gibi faktörleri güçlendirmekte, bu durum sosyal bağların ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkilerini de ortaya koymaktadır (Petryshen ve ark., 2001; Obi, 2024). Buna karşın, tek başına katılım gösteren bireylerin kişisel ve etkileşimsel engelleri daha yüksek algılaması, sosyal destek eksikliğinin katılım süreçlerini zorlaştırdığını göstermektedir. Aile ile katılım ise farklı bir etki göstermekte; analiz sonuçlarına göre aile bireyleriyle katılım sağlayan bireylerin kişisel ve etkileşimsel engelleri daha düşük algıladığı belirlenmiştir. Literatürde de bu bulguları destekleyen çalışmalar, aile katılımının boş zaman faaliyetlerine katılımı kolaylaştırarak engellerin aşılmasında etkili olduğunu vurgulamaktadır (Bad’ura ve ark., 2017; Marques ve ark., 2020; Menezes ve ark., 2024). Aile bireylerinin sağladığı sosyal destek, çevresel ve kişisel engellerin üstesinden gelmede kritik bir rol oynarken, arkadaşlarla katılım ise sosyal etkileşim yoluyla motivasyonel faktörleri desteklemekte ve bireylerin tatmin düzeylerini artırmaktadır. Sonuç olarak, boş zaman faaliyetlerine katılımında arkadaşlarla etkileşim motivasyonu güçlendirirken, aile katılımı engellerin aşılmasını kolaylaştıran bir faktör olarak öne çıkmaktadır.

Tablo 6’dan elde edilen bulgular, bireylerin karşılaştıkları kısıtlayıcı unsurların rekreasyonel aktivite katılma nedenleri ve boş zaman engellerini aşma stratejileri üzerinde anlamlı farklılıklar yarattığını göstermektedir. Özellikle zaman sıkıntısı yaşayan bireylerin kaçınma motivasyonu ve yetkinlik hakimiyeti boyutlarında daha yüksek puan alması, bireylerin stres ve yoğunlukla başa çıkmak için rekreasyonel faaliyetlere yöneldiğini ortaya koymaktadır. Literatürde bu bulguları destekleyen güncel araştırmalar, rekreasyonel aktivitelerin stres yönetiminde ve psikolojik refahın desteklenmesinde önemli bir rol oynadığını vurgulamaktadır (Ayhan & Yalçınkaya, 2023; Obi, 2024). Diğer yandan maddi engeller ve yapısal sorunlar,

motivasyonu düşüren belirleyici faktörlerdir. Özellikle zaman sıkıntısı çeken bireylerin davranışsal stratejilere, ulaşım sıkıntısı yaşayanların ise bilişsel stratejilere yönelmesi, bireylerin engellerle mücadelede çözüm odaklı yaklaşımlar geliştirdiğini göstermektedir. Bu durum, güncel literatürde bireylerin engellerle başa çıkmak için aktif stratejiler kullandıklarını ortaya koyan bulgularla tutarlıdır (Marques ve ark., 2020; Menezes ve ark., 2024). Ayrıca, zorlaştıran bir unsur olmadığını belirten bireylerin sosyal bileşen boyutunda daha yüksek puan alması, sosyal bağların engellerin yokluğunda daha güçlü hale geldiğini ortaya koymaktadır. Rekreasyonel faaliyetlerin sosyal etkileşim fırsatlarını destekleyerek bireylerin tatmin düzeylerini artırdığı da ifade edilmektedir (Litwiller ve ark., 2018). Sonuç olarak, motivasyon ve engellerle başa çıkma stratejilerinin bireylerin karşılaştıkları kısıtlayıcı unsurlara göre değişkenlik gösterdiği, düşük maliyetli ve ulaşılabilir rekreasyonel etkinliklerin yaygınlaştırılmasının katılımı artırmada etkili bir çözüm olabileceği söylenebilir (Rimmer ve ark., 2004; Obi, 2024).

Tablo 7'deki korelasyon sonuçları, kaçınma motivasyonu ve sosyal bileşenin, engelleri aşma süreciyle pozitif bir ilişki içinde olduğunu göstermiştir. Bu, bireylerin motivasyonlarının engellerle başa çıkma stratejilerini etkilediğini ve özellikle kaçınma motivasyonunun bu süreçte kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Herrmann ve arkadaşlarına (2022) göre kaçınma motivasyonu engellerin aşılmasında itici bir güç olabilir. Tablo 8'deki regresyon analizi sonuçlarına göre, kaçınma motivasyonu, boş zaman engelleri aşma sürecinin en güçlü yordayıcısı olarak belirlenmiştir. Bu bulgu, bireylerin stres ve olumsuz duygulardan uzaklaşma ihtiyacının, engellerle başa çıkma çabalarını desteklediğini göstermektedir. Eubank ve DeVita (2021) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre rekreasyon, üniversite öğrencilerinin akademisyenler, iş ve ilişkilerle ilgili stres ve kaygılarını yönetmelerine yardımcı olur. Buna ilaveten, yetkinlik hakimiyeti ve sosyal bileşen gibi faktörlerin tek başlarına bu sürece anlamlı olarak yordamaması, bu faktörlerin daha çok genel motivasyonel eğilimleri etkilediğini düşündürmektedir. Literatür incelendiğinde mevcut çalışmanın aksine sonuçlar elde eden araştırmalar rastlanmıştır (Beggs ve ark., 2014; Chang, 2017).

Sonuç olarak, spor bilimlerinin rekreasyon bölümlerinde eğitim gören üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkeninin, rekreasyonel katılım nedenleri ve boş zaman engellerini aşma süreçlerini istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştırmadığı belirlenmiştir. Buna karşılık, sınıf düzeyi değişkeninin sosyal bileşen nedenleri ile rekreasyonel faaliyet katılımı ve kişisel engelleri aşma sürecini istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaştırdığı saptanmıştır. Aylık katılım sağlanan boş zaman faaliyeti sayısı değişkeninin yetkinlik

hâkimiyeti, kaçınma motivasyonu ve sosyal bileşen nedenleri ile rekreasyonel faaliyet katılımını ve aynı zamanda davranışsal ile bilişsel stratejiler aracılığıyla boş zaman engellerini aşma sürecini farklılaştırdığı görülmüştür. Kiminle katılım sağlandığı değişkeni, yetkinlik hâkimiyeti ve entelektüel motivasyon nedenleri ile rekreasyonel faaliyet katılımını ve kişisel engelleri aşma sürecini anlamlı şekilde farklılaştırmıştır. Son olarak, katılımı kısıtlayan unsurlar değişkeninin yetkinlik hâkimiyeti, kaçınma motivasyonu ve sosyal bileşen nedenleri ile rekreasyonel faaliyet katılımını farklılaştırdığı; boş zaman engellerini aşma sürecinde ise davranışsal ve bilişsel stratejiler ile yapısal engeller üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etki yarattığı belirlenmiştir.

Öneriler

Elde edilen sonuçlara dayanarak, üniversitelerde sosyal bağları güçlendiren grup etkinlikleri ve düşük maliyetli rekreasyonel programlar düzenlenmesi önerilmektedir. Zaman sıkıntısı yaşayan bireyler için esnek faaliyet saatleri planlanmalı, engellerle başa çıkma konusunda davranışsal ve bilişsel stratejileri geliştirmeye yönelik eğitimler sunulmalıdır. Stres ve olumsuz duygulardan uzaklaşmayı destekleyen rahatlama odaklı faaliyetler teşvik edilmeli, ulaşım ve maliyet gibi yapısal engelleri azaltmak için gerekli altyapı sağlanmalıdır. Ayrıca, rekreasyonel farkındalığı artıracak bilgilendirme kampanyaları ve seminerler düzenlenerek bireylerin motivasyon ve katılım düzeylerinin artırılması hedeflenmelidir.

KAYNAKLAR

- Abdeahad, N., & Mock, S. (2023). The role of past campus recreational sports participation in predicting students' stress and competence during the COVID-19 pandemic. *Journal of Leisure Research*, 54(2), 269-285. <https://doi.org/10.1080/00222216.2023.2165203>
- Allison, M., & Hibbler, D. (2004). Organizational barriers to inclusion: Perspectives from the recreation professional. *Leisure Sciences*, 26(3), 261-280. <https://doi.org/10.1080/01490400490461396>
- Anderson, A., & Ramos, W. (2018). Social motivation and health in college club swimming. *Journal of American College Health*, 66(8), 783-789. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1453515>
- Ayhan, C., & Yalçinkaya, N. (2023). The effect of recreational activities on perceived stress and happiness. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 495-504. <https://doi.org/10.38021/asbid.1368929>
- Bad'ura, P., Gecková, M., Sigmundová, D., Sigmund, E., Van Dijk, J., & Reijneveld, S. (2017). Do family environment factors play a role in adolescents' involvement in organized activities?. *Journal of Adolescence*, 59(1), 59-66. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.05.017>
- Barnett, L., & Weber, J. (2008). Perceived benefits to children from participating in different types of recreational activities. *Journal of Park and Recreation Administration*, 26(3), 1-21.
- Beggs, B., Kleparski, T., Elkins, D., & Hurd, A. (2014). Leisure motivation of older adults in relation to other adult life stages. *Activities, Adaptation & Aging*, 38(3), 175-187. <https://doi.org/10.1080/01924788.2014.935910>

- Bielinis, E., Bielinis, L., Krupińska-Szeluga, S., Łukowski, A., & Takayama, N. (2019). The effects of a short forest recreation program on physiological and psychological relaxation in young polish adults. *Forests*, 10(1), 34. <https://doi.org/10.3390/F10010034>
- Camacho-Morles, J., Slemp, G., Pekrun, R., Loderer, K., Hou, H., & Oades, L. (2021). Activity achievement emotions and academic performance: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 33, 1051-1095. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09585-3>
- Chang, L. (2017). Relationships of providing and receiving leisure social support to stress in older adults. *Leisure Studies*, 36(4), 519-529. <https://doi.org/10.1080/02614367.2016.1195432>
- Chen, C., Petrick, J., & Shahvali, M. (2016). Tourism experiences as a stress reliever. *Journal of Travel Research*, 55(2), 150-160. <https://doi.org/10.1177/0047287514546223>
- Creyer, E., Ross, W., & Evers, D. (2003). Risky recreation: An exploration of factors influencing the likelihood of participation and the effects of experience. *Leisure Studies*, 22, 239-253. <https://doi.org/10.1080/026143603200068000>
- Dattilo, J., Estrella, G., Estrella, L., Light, J., Mcnaughton, D., & Seabury, M. (2008). I have chosen to live life abundantly: Perceptions of leisure by adults who use Augmentative and Alternative Communication. *Augmentative and Alternative Communication*, 24(1), 16-28. <https://doi.org/10.1080/07434610701390558>
- Dimitrios, K. (2018). Prediction of the involvement of individuals in six different outdoor recreation activities, based on their incentives. *Global Journal for Research Analysis*, 7(6), 26-30. <https://doi.org/10.36106/gjra>
- Dulhamid, H., Isa, M., Mohamed, B., & Sazali, M. (2023). Motivation of outdoor recreation participation among rural and urban communities. *Planning Malaysia*, 21(25), 470-483. <https://doi.org/10.21837/pm.v21i25.1251>
- Eubank, J., & DeVita, J. (2021). Informal Recreation's relationship with college student stress and anxiety. *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 58(5), 560-573. <https://doi.org/10.1080/19496591.2020.1822854>
- Fave, D., & Massimini, F. (2003). Optimal experience in work and leisure among teachers and physicians: Individual and bio-cultural implications. *Leisure Studies*, 22, 323-342. <https://doi.org/10.1080/02614360310001594122>
- García-Villamizar, D., & Dattilo, J. (2010). Effects of a leisure programme on quality of life and stress of individuals with ASD. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(7), 611-619. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01289.x>
- Grigorios, M., & Aikaterini, K. (2014). The fulfillment of basic psychological needs of high school students through their participation in traditional Greek dance lessons. *Journal of Physical Education and Sport*, 14(4), 521-525. <https://doi.org/10.7752/jpes.2014.04080>
- Gümüş, H., Honça, A., & Çetinkaya, T. (2019). Perceived social support in recreational activity participation: A study on students. *Higher Education Studies*, 9(1), 151-158. <https://doi.org/10.5539/hes.v9n1p151>
- Hajjar, D., Mccarthy, J., Benigno, J., Montgomery, J., Chabot, J., & Boster, J. (2019). Weaving participation, interaction, and technology across recreational experiences: Perspectives from volunteers, caregivers, and people with complex communication needs. *Augmentative and Alternative Communication*, 35(3), 217-228. <https://doi.org/10.1080/07434618.2019.1597161>
- Hamaideh, S. (2010). Stressors and reactions to stressors among university students. *International Journal of Social Psychiatry*, 57(1), 69-80. <https://doi.org/10.1177/0020764009348442>

- Herrmann, T., Bettmann, J., Sweeney, C., Marchand, W., Carlson, J., & Hanley, A. (2022). Military veterans' motivation and barriers to outdoor recreation participation. *Leisure Studies*, 42(4), 581-598. <https://doi.org/10.1080/02614367.2022.2125556>
- Kara, T., & Yorumazlar, M. (2022). Adult recreational demands and barriers. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 16(06), 456. <https://doi.org/10.53350/pjmhs22166456>
- Kassim, M. & Musa, R. (2009). Measuring spectators' leisure motivation cues, emotion experience and satisfaction: an analysis of motor sport tourism event. *Malaysian Journal of Sport Science and Recreation*, 5(1), 41-54.
- Kelly, C., Strauss, K., Arnold, J., & Stride, C. (2020). The relationship between leisure activities and psychological resources that support a sustainable career: The role of leisure seriousness and work-leisure similarity. *Journal of Vocational Behavior*, 117(103340), 1-15. <https://doi.org/10.1016/J.JVB.2019.103340>
- Kılıçaraslan, F., Ayyıldız Durhan, T., & Özant, M. İ. (2024). Adaptation of the dimension of motivation cues scale into Turkish. *The International Journal of Learner Diversity and Identities*, 31(01), 1023-1031. <https://zenodo.org/doi/10.5281/zenodo.12592871>
- Kılıçaraslan, F., Ayyıldız Durhan, T., & Özant, M. İ. (2024). Adaptation of recreationists' constraints negotiation process for continual leisure engagement scale into Turkish. *The International Journal of Learner Diversity and Identities*, 31(01), 1038-1046. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12604748>
- Kozak, M., & Doğan, E. (2016). An assessment of students' recreation participation. *US-China Education Review*, 6(8), 467-480. <https://doi.org/10.17265/2161-6248/2016.08.001>
- Kurtipek, S., Kılıçaraslan, F., & Durhan, T. A. (2023). Sağlık çalışanlarının iş serbest zaman çatışması ve boş zaman yoluyla stresle baş etme inancının incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1-Cumhuriyet' in 100. Yılı Özel Sayısı), 252-272.
- Labbé, D., Miller, W., & Ng, R. (2019). Participating more, participating better: Health benefits of adaptive leisure for people with disabilities. *Disability and Health Journal*, 12(2), 287-295. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2018.11.007>
- Labuschagne, N., Schreck, C., & Weilbach, J. (2023). Patterns of participation in active recreation and leisure boredom among university students. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 45(2), 46-62. <https://doi.org/10.36386/sajrsper.v45i2.281>
- Law, M., Petrenchik, T., King, G., & Hurley, P. (2007). Perceived environmental barriers to recreational, community, and school participation for children and youth with physical disabilities. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 88(12), 1636-1642. <https://doi.org/10.1016/J.APMR.2007.07.035>
- Litwiller, F., White, C., Hamilton-Hinch, B., & Gilbert, R. (2018). The Impacts of recreation programs on the mental health of postsecondary students in North America: An integrative review. *Leisure Sciences*, 44(1), 96-120. <https://doi.org/10.1080/01490400.2018.1483851>
- Lyu, S. O., & Oh, C. O. (2014). Recreationists' constraints negotiation process for continual leisure engagement. *Leisure Sciences*, 36(5), 479-497. <http://dx.doi.org/10.1080/01490400.2014.920702>
- Mannell, B., Walker, G., & Ito, E. (2014). Ideal affect, actual affect, and affect discrepancy during leisure and paid work. *Journal of Leisure Research*, 46, 13-37. <https://doi.org/10.1080/00222216.2014.11950311>
- Marques, J., Regalado, I., Galvão, É., Ferreira, H., Longo, E., & Lindquist, A. (2020). Participação in leisure activities from the perception of children with disabilities and their families in Brazil. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 53(1), 1-10. <https://doi.org/10.2340/16501977-2768>

- Menezes, I., Curi, H., & Jurdi, A. (2024). Environmental barriers and facilitators to the participation of children with cerebral palsy in recreational and leisure activities: an integrative review. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 32, e3623, 1-18. <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoar278236232>
- Menzies, A., Mazan, C., Borisoff, J., Mattie, J., & Mortenson, W. (2020). Outdoor recreation among wheeled mobility users: perceived barriers and facilitators. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*, 16(4), 384-390. <https://doi.org/10.1080/17483107.2019.1710772>
- Mistry, P., Vasulkar, V., & Patel, S. (2017). Recreation and benefits in the life of people. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 4, 210-212
- Murmu, M., & Saha, G. (2021). Impact of recreational games in enhancing the quality of life of elderly adult tribals. *Saudi Journal of Sports Medicine*, 21(2), 59-63. https://doi.org/10.4103/sjms.sjmsm_17_21
- Obi, L. (2024). The role of recreational activities in enhancing quality of life among the elderly. *International Journal of Arts, Recreation and Sports*, 3(3), 52-65. <https://doi.org/10.47941/ijars.1944>
- Paggi, M., 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(4), 450-458. <https://doi.org/10.1159/000444415>
- Parnabas, V., Mea, K., Parnabas, J., Parnabas, A., & Abdullah, N. (2016). Motives of outdoor recreational activities. *Proceedings of the 2nd International Colloquium on Sports Science, Exercise, Engineering and Technology*, 215-223. https://doi.org/10.1007/978-981-287-691-1_23
- Petryshen, P., Hawkins, J., & Fronchak, T. (2001). An evaluation of the social recreation component of a community mental health program. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 24(3), 293-298. <https://doi.org/10.1037/H0095083>
- Piątkowska, M., & Biernat, E. (2023). Participation and reasons for non-participation in sport and recreational activities before and after the outbreak of COVID-19: Analysis of data from the 2016 and 2021 Poland national sports participation survey. *Physical Culture and Sport Studies and Research*, 101(1), 63-76. <https://doi.org/10.2478/pcssr-2023-0025>
- Plys, E. (2019). Recreational activity in assisted living communities: A critical review and theoretical model. *The Gerontologist*, 59(3), e207-e222. <https://doi.org/10.1093/GERONT/GNX138>
- Qian, X., Yarnal, C., & Almeida, D. (2014). Does leisure time moderate or mediate the effect of daily stress on positive affect? An examination using eight-day diary data. *Journal of Leisure Research*, 46(1), 106-124. <https://doi.org/10.1080/00222216.2014.11950315>
- Rimmer, J., Riley, B., Wang, E., Rauworth, A., & Jurkowski, J. (2004). Physical activity participation among persons with disabilities: barriers and facilitators. *American Journal of Preventive Medicine*, 26(5), 419-525. <https://doi.org/10.1016/J.AMEPRE.2004.02.002>
- Saleh, D., Camart, N., & Romo, L. (2017). Predictors of stress in college students. *Frontiers in Psychology*, 8(19). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00019>
- Smith, B., Thomas, M., & Batras, D. (2016). Overcoming disparities in organized physical activity: findings from Australian community strategies. *Health Promotion International*, 31(3), 572-581. <https://doi.org/10.1093/heapro/dav042>
- Uysal, İ., & Kılıç, A. (2022). Normal dağılım ikilemi. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 12(1), 220-248.
- Webster, R. (2007). Analysis of variance, inference, multiple comparisons and sampling effects in soil research. *European Journal of Soil Science*, 58(1), 74-82. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2389.2006.00801.x>

- White, D. (2008). A structural model of leisure constraints negotiation in outdoor recreation. *Leisure Sciences*, 30(4), 342-359. <https://doi.org/10.1080/01490400802165131>
- Willis, C., Girdler, S., Thompson, M., Rosenberg, M., Reid, S., & Elliott, C. (2017). Elements contributing to meaningful participation for children and youth with disabilities: A scoping review. *Disability and Rehabilitation*, 39, 1771-1784. <https://doi.org/10.1080/09638288.2016.1207716>
- Wu, R., & Yu, Z. (2022). Exploring the effects of achievement emotions on online learning outcomes: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13(97793), 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.977931>
- Yu, G., & Kim, N. (2021). The effects of leisure life satisfaction on subjective wellbeing under the COVID-19 pandemic: The mediating role of stress relief. *Sustainability*, 13(23), 13225. <https://doi.org/10.3390/su132313225>
- Yükseköğretim Kurulu. (2024). Yükseköğretim Lisans Atlası. <https://yokatlas.yok.gov.tr>
- Zarotis, G. F., & Tokarski, W. (2020). Leisure time: Behavioural factors, course of life and lifestyle. *European Journal of Business and Management Research*, 5(2), 1-7. <http://dx.doi.org/10.24018/ejbmr.2020.5.2.290>

KATKI ORANI CONTRIBUTION RATE	AÇIKLAMA EXPLANATION	KATKIDA BULUNANLAR CONTRIBUTORS
Fikir ve Kavramsal Örgü <i>Idea or Notion</i>	Araştırma hipotezini veya fikrini oluşturmak <i>Form the research hypothesis or idea</i>	Yener AKSOY Ferhat KILIÇARSLAN
Tasarım <i>Design</i>	Yöntem ve araştırma desenini tasarlamak <i>To design the method and research design.</i>	Yener AKSOY Ferhat KILIÇARSLAN
Literatür Tarama <i>Literature Review</i>	Çalışma için gerekli literatürü taramak <i>Review the literature required for the study</i>	Yener AKSOY Ferhat KILIÇARSLAN
Veri Toplama ve İşleme <i>Data Collecting and Processing</i>	Verileri toplamak, düzenlemek ve raporlaştırmak <i>Collecting, organizing and reporting data</i>	Yener AKSOY Ferhat KILIÇARSLAN
Tartışma ve Yorum <i>Discussion and Commentary</i>	Elde edilen bulguların değerlendirilmesi <i>Evaluation of the obtained finding</i>	Yener AKSOY Ferhat KILIÇARSLAN
Destek ve Teşekkür Beyanı/ Statement of Support and Acknowledgment		
Bu çalışmanın yazım sürecinde katkı ve/veya destek alınmamıştır. <i>No contribution and/or support was received during the writing process of this study.</i>		
Çatışma Beyanı/ Statement of Conflict		
Araştırmacıların araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur. <i>Researchers do not have any personal or financial conflicts of interest with other people and institutions related to the research.</i>		
Etik Kurul Beyanı/ Statement of Ethics Committee		
Bu araştırma, Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulunun 08.09.2023 tarihli 2023/137-193 sayılı kararı ile yürütülmüştür. <i>This research was conducted with the decision of Sinop University Human Research Ethics Committee dated 08.09.2023 and numbered 2023/137-193.</i>		



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) ile lisanslanmıştır.