

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14787829>

Amatör Yüzücülerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi

Rojhat Aydın 

Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya, Türkiye

Araştırma Makalesi

Özet

Bu çalışma ile amatör yüzücülerin serbest zaman tatmin düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya iç Anadolu bölgesinden 449 kadın 581 erkek olmak üzere toplam 1030 amatör yüzücü katılmıştır. Veri toplama araçları olarak, demografik bilgilerin elde edilmesi amacıyla kişisel bilgi formu ve serbest zaman tatmin düzeyinin belirlenebilmesi için serbest zaman tatmin ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler IBM SPSS 25.0 paket programa aktarılmış ve ilk başta homojenlikleri test edilmiş, ikili karşılaştırmalarda independent t testi çoklu karşılaştırmalarda One Way ANOVA testi kullanılmıştır. Gruplar arası farklılıkların belirlenmesinde Post Hoc testi kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda cinsiyet değişkenine bağlı olarak anlamlı farklılık bulunmazken, yaş, eğitim durumu ve haftalık yüzme günlerine bağlı olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Yaş değişkenine bağlı olarak fiziksel ve rahatlama boyutlarında anlamlı farklılık tespit edildiği görülmüştür. Ayrıca eğitim durumuna bağlı olarak psikolojik, fiziksel ve estetik boyutlarda anlamlı farklılık olduğu ve son olarak da bireylerin haftalık yüzme sporu yapma durumuna bağlı estetik boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Buna istinaden bireylerin serbest zamanlarında yüzme sporuna yönlendirmesi gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Amatör Sporcu, Serbest zaman, Yüzme

GENÇ SPOR AKADEMİ DERGİSİ

Examination of Leisure Time Satisfaction Levels of Amateur Swimmers According to Various Variables

Research Article

Abstract

This study aimed to examine the leisure time satisfaction levels of amateur swimmers according to various variables. A total of 1030 amateur swimmers, 449 female and 581 male, from the Central Anatolia region participated in the research. As data collection tools, a personal information form was used to obtain demographic information and a leisure satisfaction scale was used to determine the level of leisure satisfaction. The obtained data were transferred to the IBM SPSS 25.0 package program and their homogeneity was first tested, the independent t test was used for pairwise comparisons and the One Way ANOVA test was used for multiple comparisons. Post Hoc test was used to determine differences between groups. As a result of the analysis, no significant difference was found depending on the gender variable, but significant differences were found depending on age, education status and weekly swimming days. It was observed that there was a significant difference in the physical and relaxation dimensions depending on the age variable. In addition, it was determined that there were significant differences in psychological, physical and aesthetic dimensions depending on the educational status and finally, a significant difference in the aesthetic dimension depending on the weekly swimming sports of the individuals. Based on this, it is thought that individuals should direct their free time to swimming.

Keywords: Amateur athlete, Free time, Swimming



GENÇ SPOR AKADEMİ DERGİSİ

GİRİŞ

Her yaştan insan için iyi hissettiren yüzme, serbest zamanları değerlendirmek için sıklıkla tercih edilmektedir. Yüzme, bireylerin rahatlaması ve iyi hissetmesi için iyi bir aktivite olarak kabul edilir ve bireyler için düşük yoğunlukta çok etkili bir antrenman sağlar. Yüzme, sadece temel bir yaşam becerisi olarak değerlendirilmemekte, aynı zamanda beden ve zihni senkronize etmenin ve tamamen eldeki göreve odaklanmanın yollarından biri olarak da görülmektedir. Yüzme ortamının koşulları göz önünde bulundurulduğunda, kişinin içeride veya dışarıda kendi kendine baş başa kalabileceği, diğer yüzücülerle havuzda aynı kulvarı paylaşabileceği, dikkat dağınıklığının en aza indirileceği, yoğun konsantrasyon ve gevşeme deneyiminin yaşayabileceği bir aktivite olarak değerlendirilmesi mümkündür. Bu nedenle yüzme aktivitesinin optimal performans duygu durumu deneyimi için oldukça iyi bir fırsat sunduğunu söylemek mümkündür.

Faaliyet bakımından benzersiz olan yüzme branşı kara sporlarından farklı bir şekilde sporcuların suyun pasif direncine karşı bir şekilde bacak ve kollarını kullandıkları itme hareketi sayesinde ileriye doğru yol kat edilmesidir. Böylece büyük dezavantajlar oluşturduğu düşünülmektedir. Bunlardan biri suyun içinde bulunan ortamın hava ortamından daha fazla yoğun bulunmasından ötürü sporcunun yol alabilmesi için normalinden fazla efor harcaması gerektiği görülmektedir ikincisi ise suyun yüzücülerin itici hareketine karışık olarak daha az direnç gösterdiği (Maglischo, 2003).

Serbest zaman, bugüne kadar farklı şekillerde tanımlanmış bir kavram olarak karşımıza çıkmıştır. Serbest zaman, Roberts (2006) ve Tezcan (1994) tarafından özetle; uyku, iş ve zorunluluklar haricinde olan zaman dilimi şeklinde tanımlanmış, bu zamanda yapılan aktivite ve etkinlikler de serbest zaman faaliyetleri olarak ifade edilmiştir. Serbest zaman; bireysel kontrolün sağlanarak çevreden gelen zorlamalara bağlı kalmaksızın bireyin hoşnut olduğu, eğlendiği, mutluluk duygusu hissettiği, kendi kendine olan, deneyimlerinin tatmin edici olduğu zaman dilimi olarak kabul edilmiştir (Mieczkowski, 1990; Önder, 2003). Bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımları sonucunda ortaya koydukları, elde ettikleri ve ulaştıkları haz, doyum olarak ifade edilmektedir (Karlı ve ark. 2008). Doyum, kişilerin serbest zamanlarındaki uğraşlarının algılayışı veya bireysel pozitif hislerine yönelik kişisel ihtiyaçlarını gidermeleri sonucu tanımlanmaktadır (Du Cap, 2002).

Değişik içeriklere sahip olsa da bireyin zihinsel ve fiziksel gelişimi, bireyin kendini ifade edebilme, duyarlılık ve bir gruba ait hissetme, gibi önemli ihtiyaçlarını tatmin eden serbest zaman etkinlikleri; aynı zamanda sosyalleşme, sosyal çevre oluşturma, hayatın getirdiği monotonluğun ve stresin giderilmesinde ve psikolojik olarak kendini iyi hissetmesinde önemli rollere sahiptir (Karlı ve ark. 2008). Serbest zaman etkinlikleri bahsi geçen bu rolleri sebebiyle birey üzerinde bir tatmin duygusu oluşturmaları beklenmektedir (Eroğlu, 1996). Bu nedenle bu çalışmanın amacı, amatör yüzme sporu yapan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelemesidir.

YÖNTEM

Bu çalışma ile amatör yüzücülerin serbest zaman tatmin düzeylerin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır.

Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini ülkemizde bulunan amatör yüzme sporu yapan bireyler oluştururken, örneklemini ise iç Anadolu bölgesinde amatör yüzme sporu yapan 449 kadın, 581 erkek toplam 1030 katılımcı oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmamızda veri toplama araçları olarak tarafımızca oluşturulan kişisel bilgi formu ve serbest zaman tatmin ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Bu form araştırmacı tarafından hazırlanmış olup yaş, cinsiyet, eğitim durumu, haftada kaç gün yüzme sporu yapıyorsunuz maddelerini içermektedir.

Serbest Zaman Tatmin Ölçeği

Serbest Zaman Tatmin Ölçeğinin (Leisure Satisfaction Scale / LSS) orijinal formu toplam 51 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilen ölçek, Idyll Arbor, Inc. (1991) tarafından toplam 24 maddeden ve yine 6 alt boyuttan oluşan kısa forma dönüştürülmüştür. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmaları ise Gökçe (2008) tarafından yapılmıştır. 5'li Likert Tipi ölçek yapısında olan kısa form "Neredeyse hiç doğru değil", "Nadiren doğru", "Bazen doğru", "Çoğu kez doğru", "Neredeyse her zaman doğru" şeklinde 1 ile 5 arasında puanlandırılmıştır. Ölçeğin genel toplamdaki değeri; 0.90, Psikolojik alt boyut için; 0.77, eğitimsel alt boyut için; 0.77, sosyal alt boyut için; 0.76, rahatlama alt boyutu için; 0.80,

fizyolojik alt boyut için; 0.79, estetik alt boyutu için; 0.79 olarak belirlenmiştir. Bu değerler 0.60-0.80 aralığında yer aldığından, SZTÖ' nün iç tutarlık güvenirliğine sahip bir ölçek olduğu söylenebilir (Gökçe ve Orhan, 2011). Araştırmamızda da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Ayrıca 6 boyutlu ölçeğin her bir alt boyutta toplam 4 madde yer almaktadır. 1, 2, 3 ve 4. maddeler “Psikolojik” alt boyutunu; 5, 6, 7 ve 8. maddeler “Eğitimsel” alt boyutunu; 9, 10, 11 ve 12. maddeler “Sosyal” alt boyutunu; 13, 14, 15 ve 16. maddeler “Fiziksel” alt boyutunu; 17, 18, 19 ve 20. maddeler “Rahatlama” alt boyutunu; 21, 22, 23 ve 24. maddeler ise “Estetik” alt boyutunu oluşturmaktadır.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler ilk olarak Microsoft excel programına tek tek girilmiş daha sonra SPSS 25.0 paket programa aktarılmıştır. İlk olarak eksik ve hatalı veriler tespit edilip çalışma dışı bırakılmış daha sonra varyans ve homojenlikler test edilmiş ve verilerin homojen oldukları tespit edilmiştir. İkili karşılaştırmalarda independent t testi çoklu karşılaştırmalarda One Way ANOVA testi kullanılmıştır. Gruplara arası farklılıkların belirlenmesinde Post Hoc testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırma gurubuna ait sosyo-demografik bilgiler

Değişkenler	Grup	N	%
Cinsiyet	Kadın	449	43,6
	Erkek	581	56,4
Yaş	12-17 Yaş Arası	68	6,6
	18-23 Yaş Arası	256	24,9
	24-29 Yaş Arası	317	30,8
	30 Yaş ve Üzeri	389	37,8
Eğitim Durumu	İlkokul	135	13,1
	Ortaoku	426	41,4
	Lise	228	22,1
	Üniversite	241	23,4
Haftada Kaç Gün	1-2 Gün	258	25,0
Yüzme Sporu	2-3 Gün	581	56,4
	3-5 Gün	191	18,5
Toplam		1030	100

Tablo 1’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan katılımcıların 449 kadın 581 erkek olduğu; katılımcıların 12-17 Yaş Arası %6,6, 18-23 Yaş Arası %24,9, 24-29 Yaş Arası %30,8, 30 Yaş ve Üzeri %37,8 olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların ilkokul %13,1 Ortaokul %41,4 Lise %22,1 ve Üniversite %23,4 olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların haftada 1-2 Gün %25, 2-3 Gün %56,4, 3-5 Gün %18,5 yüzme sporu yaptığı belirlenmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre serbest zaman tatmini değerleri

Cinsiyet	N	%	Psikolojik		Eğitsel		Sosyal		Fiziksel		Rahatlama		Estetik	
			x	Ss	X	Ss	x	Ss	x	Ss	x	Ss	x	Ss
Kadın	449	43,6	4,07	,570	4,07	,543	4,01	,554	4,10	,547	3,87	,580	3,92	,635
Erkek	581	56,4	4,05	,508	4,10	,478	3,99	,481	4,07	,516	3,86	,536	3,90	,611
t			,319		-,934		,660		1,065		,371		,506	
P			,746		,343		,501		,284		,711		,611	

p<0,05

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine bağlı olarak psikolojik, eğitsel, sosyal, fiziksel, rahatlama ve estetik boyutların tamamında anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların yaş değişkenine göre serbest zaman tatmini değerleri

Yaş	N	%	Psikolojik		Eğitsel		Sosyal		Fiziksel		Rahatlama		Estetik	
			x	Ss	x	Ss	X	Ss	X	Ss	X	Ss	x	Ss
12-17	68	6,6	4,10	,534	4,17	,442	4,02	,442	4,13	,547	3,94	,561	3,92	,595
18-23	256	24,9	4,09	,519	4,11	,532	4,00	,548	4,17 ^a	,536	3,91 ^a	,524	3,94	,629
24-29	317	30,8	4,07	,585	4,11	,533	4,05	,521	4,08	,576	3,91 ^a	,597	3,95	,649
30 ve üzeri	389	37,8	4,03	,504	4,03	,497	3,95	,493	4,01 ^b	,471	3,78 ^b	,531	3,85	,596
F			,766		2,539		2,429		4,892		4,840		1,706	
P			,513		,055		,064		,002*		,002*		,164	

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların yaş değişkenine bağlı olarak psikolojik, eğitsel, sosyal ve estetik boyutlarında anlamlı farklılık bulunmazken fiziksel ve rahatlama boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Fiziksel boyutunda anlamlı farklılığın 18-23 yaş ile 30 ve üzeri yaş arasında olduğu, Rahatlama boyutunda ise anlamlı farklılık 18-23 ve 24-29 ile 30 ve üzeri grupları arasında olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların eğitim durumu değişkenine göre serbest zaman tatmini değerleri

Eğitim durumu	N	%	Psikolojik		Eğitsel		Sosyal		Fiziksel		Rahatlama		Estetik	
			x	Ss	X	Ss	X	Ss	X	Ss	x	Ss	x	Ss
İlkokul	135	13,1	4,11	,551	4,15	,509	4,05	,491	4,12	,510	3,96	,568	4,08 ^a	,569
Ortaokul	426	41,4	4,02 ^b	,496	4,07	,478	3,96	,463	4,05 ^b	,494	3,89	,518	3,94	,540
Lise	228	22,1	3,98 ^b	,564	4,02	,541	3,98	,578	4,01 ^b	,583	3,83	,613	3,81 ^b	,632
Üniversit	241	23,4	4,17 ^a	,549	4,13	,518	4,05	,544	4,19 ^a	,534	3,79	,548	3,85 ^b	,743
F			6,400		2,828		2,117		5,228		3,241		6,343	
P			,000*		,037		,096		,001*		,021		,000*	

*p<0,05

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların eğitim durumuna bağlı olarak eğitsel, sosyal ve rahatlama boyutlarında anlamlı farklılık bulunmazken psikolojik, fiziksel ve estetik boyutlarında anlamlı

farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Psikolojik boyutunda anlamlı farklılığın üniversite ile lise ve ortaokul arasında olduğu, fiziksel boyutunda üniversite ile lise ve ortaokul arasında, estetik boyutunda ise ilkokul ile lise ve üniversite arasında olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Katılımcıların haftada kaç gün yüzme sporu yapma değişkenine göre serbest zaman tatmini değerleri

Spor yapma	N	%	Psikolojik		Eğitsel		Sosyal		Fiziksel		Rahatlama		Estetik	
			x	Ss	X	Ss	X	Ss	X	Ss	x	Ss	x	Ss
1-2 Gün	258	25,0	4,10	,499	4,11	,476	4,03	,514	4,16	,487	3,84	,550	3,78 ^b	,674
3-5 Gün	581	56,4	4,06	,507	4,07	,497	3,99	,480	4,06	,517	3,87	,504	3,96 ^a	,559
6-7 Gün	191	18,5	4,01	,654	4,10	,577	3,97	,606	4,06	,611	3,87	,698	3,95 ^a	,703
F			1,535		,703		,787		3,277		,271		8,041	
P			,216		,495		,455		,038		,743		,000*	

* $p<0,05$

Tablo 5 incelendiğinde katılımcıların haftalık yüzme sporu yapma durumuna bağlı psikolojik, eğitsel, sosyal, fiziksel ve rahatlama boyutlarında anlamlı farklılık görülmezken estetik boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($P<0,05$). Estetik boyutunda gruplar arası farklılık 1-2 gün ile 3-5 gün ve 6-7 gün arasında olduğu görülmektedir.

TARTIŞMA SONUÇ

Bu çalışma ile amatör yüzücülerin serbest zaman tatmin düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Cinsiyet değişkenine bağlı olarak psikolojik, eğitsel, sosyal, fiziksel, rahatlama ve estetik boyutların tamamında istatistiki olarak farklılık olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 2). Literatüre incelendiğinde birçok çalışmanın bu bulguları destekler nitelikte olduğu görülmektedir Ardahan ve Yerlisu Lapa, (2010); DiBona, (2000); Riddick, (1986); Lu ve Hu (2005); çalışmalarında cinsiyet açısından serbest zaman tatmin düzeyi üzerine anlamlı fark ortaya çıkmazken, diğerlerinde ise cinsiyetler arası farklılıktan bahsedilmektedir. Örneğin; Araştırmacılar Kabanoff, (1982) kadınların özellikle sosyal etkileşime yönelik serbest zaman ihtiyacının daha yüksek olduğunu vurgularken, erkeklerin ise kadınlara oranla serbest zaman tatmin düzeyinin daha baskın olduğunu belirtmiştir. Misra ve Mckeen, (2000) benzer bulgulara işaret ederek serbest zaman aktivitelerinde üniversitede okuyan erkeklerin kadınlara oranla daha çok tatmin düzeyine sahip olduğunu belirtmiştir. Benzer sonuçlara işaret eden

araştırmacılarından Hribernik ve Mussap, (2010) yaptıkları çalışmada cinsiyet ve ilişki durumunun serbest zaman tatmin düzeyi üzerinde önemli etkilerinin olduğunu ortaya koymuştur. Bu veriler ile birlikte literatürde serbest zaman tatmini ile cinsiyetin birbirleri ile farklılaştığını ortaya çıkartan çalışmalardan birisi de Serdar (2016)'ın çalışmasında üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre serbest zaman etkinlikleri doyum düzeyinin psikolojik, eğitim, sosyal ve rahatlama alt boyutları anlamlı bir fark gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklılıkta, kadınların erkeklere oranla daha anlamlı puanlar elde ettiği sonucu görülmüştür. Sönmezoğlu ve ark, (2014) tarafından yapılan çalışmada da cinsiyet değişkenine göre serbest zaman doyum düzeyi alt boyutlarından psikolojik, eğitim, sosyal ve rahatlama alt boyutlarında anlamlı farklılıklar söz konusudur. Bahsi geçen çalışmada da kadınların erkeklere oranla daha anlamlı puanlar elde ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Daha önce yapılan bir çalışmada Erkmen Hadi ve ark, (2021) rekreatif spor katılımcılarının cinsiyet değişkenine göre optimal performans duygu durumlarında anlamlı farklılık varken serbest zaman doyum puanlarında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür.

Yaş değişkenine bağlı olarak psikolojik, eğitsel, sosyal ve estetik boyutlarında anlamlı farklılık bulunmazken fiziksel ve rahatlama boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (Tablo 3). Gökçe (2008)'in 15-55 yaş arası bireyler arasından serbest zamanlarında spor yapıp yapmama durumlarını incelediği çalışmasında katılımcıların serbest zaman doyum düzeyleri ile yaş değişkeni arasında psikolojik, fizyolojik, rahatlama ve estetik alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar bulmuştur. Atasoy, (2014) Beden eğitimi öğretmenleri üzerinde yaptığı çalışmada yaş ile yaşam doyumu arasında negatif ve düşük düzeyde bir ilişki tespit etmiştir. Akandere ve ark, (2009) ise yaş arttıkça bilgi düzeyinin artmasıyla ilişkili olarak yaşam doyumunun arttığını bildirmişlerdir. Aynı şekilde Arslan (2014) tarafından yapılan çalışmada serbest zaman faaliyetleri ile yaş arasında anlamlı farklılık olduğu, katılımcıların yaşları arttıkça faaliyetlere katılma oranının arttığı rapor edilmiştir. Çalışma bulgularımızdan farklı olarak Avşaroğlu ve ark. (2005), Bulut (2007), Bilge ve ark. (2009) yaş ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki olmadığını belirtmiştir. Kılıç ve ark. (2016) elde ettikleri bulgulara göre katılımcıların yaşları ile serbest zaman doyumu ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki korelasyon katsayıları negatif yönde ve düşük düzeyde olduğunu bildirmişlerdir.

Eğitim durumuna bağlı olarak eğitsel, sosyal ve rahatlama boyutlarında anlamlı farklılık bulunmazken psikolojik, fiziksel ve estetik boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (Tablo

4). Literatür incelendiğinde çalışma bulgularımıza benzer olarak Özlem (2021) çalışmasında katılımcıların serbest zaman doyum puanlarının eğitim durumuna göre karşılaştırılması sonucunda psikolojik, sosyal, fizyolojik ve rahatlama alt boyutlarında eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Çelik (2018) tarafından yapılan araştırmada güreş sporcularında serbest zaman tatmini ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi amaçlandığı araştırmanın sonunda güreşçilerin serbest zaman tatmin düzeylerinin yaş grubu ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği rapor edilmiştir. Benzer çalışmada Durmaz (2020) tarafından gençlik merkezlerinde rekreatif amaçlı spor yapan bireylerin serbest zaman doyumlarının incelenmesi amaçlanan araştırmada eğitim düzeyi değişkenine göre ele alındığı zaman serbest zaman doyum ölçeği alt boyutlarının (psikolojik, fiziksel rahatlama, sosyal alt boyutları) anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Genç ve yetişkin bireyler üzerinde bu konuda yapılan bir çalışmada serbest zaman doyum ölçeğinin fizyolojik alt boyutuna ilişkin puan ortalamasının lise ve lisans mezunu katılımcılar ile kıyaslandığı zaman lisansüstü eğitime sahip katılımcılarda daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Yazgeç, 2019). Yapılan alan çalışmaları Arslan (2010) yaptığı çalışmada alt eğitim gruplarının üst eğitim gruplarına oranla daha fazla rekreatif etkinlikler sayesinde yeni bilgiler öğrenme arzularının arttığını tespit etmiştir. Serbest zamanlarını değerlendirmek için yüzme havuzuna gitmeyi tercih eden bireyler üzerinde yapılan diğer bir çalışmada eğitim düzeyinin serbest zaman tatmini üzerinde önemli bir belirleyici olduğu, çalışmada serbest zaman etkinliği olarak yüzme havuzuna gelen bireylerde eğitim düzeyi yükseldikçe serbest zaman doyumunun da arttığı sonucuna ulaşılmıştır Numanoğlu, (2020). Çalışma bulgularımıza zıt olarak Murat (2019) antrenörler üzerinde yaptığı çalışmasında SZTÖ ve eğitim durumu arasında anlamlı farklılık olmadığını tespit etmiştir.

Katılımcıların haftalık yüzme sporu yapma durumuna bağlı psikolojik, eğitsel, sosyal, fiziksel ve rahatlama boyutlarında anlamlı farklılık görülmezken estetik boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir (Tablo 5). Literatür incelendiğinde Erkmen hadi ve Denктаş (2023) Rekreatyon Amaçlı Yüzen Bireylerin Optimal Performans Duygu Durumu ve Serbest Zaman Doyum Düzeylerinin İncelenmesi başlıklı çalışmalarında katılımcıların yüzme aktivitesine psikolojik olarak daha iyi olmak amacıyla katılım gösterenlerin fiziksel açıdan iyi olma ve sosyalleşme amacıyla katılım gösterenlere göre daha yüksek optimal performans duygu durumuna sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca katılımcıların optimal performans duygu durumları ve serbest zaman

doymaları arasındaki ilişki incelenmiş, bu iki değişken arasında orta derecede pozitif bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak; amatör yüzücülerin serbest zaman tatmin düzeylerinin, cinsiyet değişkenine bağlı olarak farklılık gösterdiği, yaş değişkenine bağlı olarak da fiziksel ve rahatlama boyutlarında anlamlı farklılık tespit edildiği görülmüştür. Ayrıca eğitim durumuna bağlı olarak psikolojik, fiziksel ve estetik boyutlarda anlamlı farklılık olduğu ve son olarak da bireylerin haftalık yüzme sporu yapma durumuna bağlı estetik boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Beyanlar

Çıkar Çatışmaları Yazar(lar)ın beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Etik Beyanı Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

Finansal Destek Bu çalışma herhangi bir finansal destek almamıştır.

Açık Erişim Bu makale, Creative Commons Atıf 4.0 Uluslararası (CC BY 4.0) lisansı ile yayınlanmıştır. Bu lisans, çalışmanın orijinal yazarlarına ve yayınlandığı kaynağa uygun atıf yapılması koşuluyla, eserin her türlü ortamda ve biçimde paylaşılmasına, kopyalanmasına, dağıtılmasına, sergilenmesine ve uyarlanmasına (türetilmiş eserler oluşturulmasına) izin verir. Bu, ticari kullanımları da içerir. Lisansın tam metnine <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> adresinden ulaşabilirsiniz.

ORCID

Rojhat Aydın  <https://orcid.org/0000-0002-8791-1995>

KAYNAKLAR

- Akandere, M., Acar, M., & Baştuğ, G. (2009). Zihinsel ve fiziksel engelli çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 22, 23-32.
- Ardahan ve Yerlisu Lapa, T., (2010). Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin Cinsiyete ve Gelire Göre İncelenmesi. Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences 2010, 21 (4), 129–136
- Arslan, A. (2019). Samsun İli Halk Eğitim Merkezlerinde Açılan Nakış Kurslarına Katılan Kursiyerlerin Kurs Programlarına İlişkin Görüşleri. Yüksek Lisans Tezi, GÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, El Sanatları Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.
- Arslan, H. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Tercihleri: Çankırı Karatekin Üniversitesi Örneği, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, (40): 193- 208.
- Atasoy, G.D. (2014). Beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam doyumu düzeyleri ve serbest zamana yönelik tutumları. Yüksek lisans tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Beard, J.G., ve Ragheb, M.G. (1980). Measuring leisure satisfaction. Journal of Leisure Research, 12 (1), 20-3
- Çelik, E. (2018). Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki güreşçilerin serbest zaman tatmin düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Batman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.

- Du Cap, M.C. (2002). The perceived impact of the acadia advantage program on the leisure lifestyle and leisure satisfaction of the students at acadia university. Master thesis. Acadia University, Ottawa.
- Durmaz, H. (2020). Gençlerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki: Manisa Gençlik Merkezleri örneği (Yüksek Lisans Tezi). Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.
- Erkmen H.G., Erdem, B., Duman, E. (2021). Sportif Rekreatif Aktiviteye Katılan Bireylerin Serbest Zaman Doyum Düzeyleri ve Optimal Performans Duygu Durumlarının Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Spor Bilimleri Dergisi, 32 (1) , 10-19. doi: 10.17644/sbd.702867
- Eroğlu, F. (1996). Davranış Bilimleri. İstanbul, Beta Basım Yayım.
- Gökçe, H. (2008). Serbest zaman doyumunun yaşam doyum ve sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Gökçe, H., & Orhan, K. (2011). Serbest Zaman Doyum Ölçeğinin Türkçe Geçerlilik Güvenirlik Çalışması. Spor Bilimleri Dergisi, 22(4), 139-145.
- Hribernik, J., Mussap A.J. (2010). Research note: Leisure satisfaction and subjective wellbeing. Annals of Leisure Research, 13(4): 701 – 708
- Idyll Arbor, Inc. (1991). Leisure satisfaction measure. (Mounir G. Ragheb, Jacob G. Beard Editors). https://www.idyllarbor.com/agora.cgi?p_id=A146&xm=on. (10.09.2015).
- Karlı, Ü. Polat, E. Üzümlü, H. Koçak, S. (2008). The leisure satisfaction levels of university student. 10th. International Sport Sciences Congress, October 23 – 25, 2008, Bolu/Turkey.
- Kılıç, K.S., Lakot, A.K., Gürbüz, B., Öncü, E. (2016). Rekreatif tatmin ve yaşam doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi. İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi. 6(3), 56-70.
- Lu, L., & Hu, C. (2005). Personality, leisure experiences and happiness. Journal of Happiness Studies, 6, 325-342. Doi: 10.1007/s10902-005-8628-3
- Maglischo, E.W. (2003). Swimming Fastest The essential reference on technique, training, and program design. Human Kinetics.
- Mieczkowski, Z. (1990). World Trend in Tourism and Recreation. New York: Peter Lang Publishing.
- Misra, R. McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. American Journal of Health Studies, 16(1): 41 – 51.
- Murat, B. (2019). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğünde Görev Yapan Antrenörlerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi (Güneydoğu Anadolu Bölgesi). Yüksek Lisans Tezi, BÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreatif Anabilim Dalı, Batman.
- Numanoğlu, H. (2020). Rekreatif amaçlı yüzme havuzuna giden bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Önder, S. (2003). Selçuk üniversitesi öğrencilerinin rekreatif eğilim ve taleplerinin belirlenmesi üzerine bir araştırma. S.Ü. Ziraat Fakültesi Dergisi, 17 (32), 31-38.
- Özgür, Ö. (2021). Fitness katılımcılarının serbest zaman doyum ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.
- Riddick, C.C. (1986). Leisure satisfaction precursors. Journal of Leisure Research, 18(4): 259 – 265.
- Roberts, K. (2006). Leisure in contemporary society (2. baskı) Wallingford, UK: Cabi.
- Serdar, E. (2016). Üniversite öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Sönmezoğlu, U., Polat, E., & Aycan, A. (2014). Gençlik merkezi üyeleri ve bazı değişkenlere göre serbest zaman tatmin düzeyleri. International Journal of Science Culture and Sport, 2(S11), 219-229.

Tezcan N.M. (1994). Boş Zamanları Değerlendirme Sosyolojisi. Ankara: Atilla Kitabevi.

Yazgeç, G. (2019). Doğa ve macera rekreasyonu etkinliklerine katılan bireylerin serbest zaman doyumu ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi: Fethiye Destinasyonu örneği (Yüksek Lisans Tezi). Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.

