



SIKILMIŞ VE KAYBOLMUŞ: ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SERBEST ZAMANLARDA SIKILMA ALGISININ BAŞARI YÖNELİMLERİNİ YORDAMA GÜCÜ

Feyza Meryem KARA* -Gizem KARACA** -Aylin UĞURLU*** -Rıfat Kerem GÜRKAN****

Öz

Başarı yönelimi, bireylerin hedeflerine ulaşma sürecinde, düşündükleri ve deneyimledikleri birçok kavramı açıklayabilmektedir. Bu bağlamda, eğitim etkinliklerinin ve serbest zaman alanlarının ne derece bireyin yaşamına ayna tuttuğu araştırma konusu olarak değerlendirilebilmektedir. Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarda sıklık algısı ve başarı yönelimleri düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi ve serbest zamanlarda sıklık algısının başarı yönelimlerini yordama gücünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Nicel araştırma deseniyle gerçekleştirilen bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Kolayda örnekleme metodu ile seçilen ve farklı üniversitelerde öğrenim görmekte olan 516 (300 kadın ve 216 erkek) öğrenci çalışmaya katılmıştır. Katılımcılara “Boş Zamanlarda Sıklık Algısı Ölçeği” (BZSAÖ) ve “2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği” (BYÖ) uygulanmıştır. Verilerin analizi için MANOVA ve regresyon testleri kullanılmıştır. Bulgulara göre, “BZSAÖ”de cinsiyete; “BYÖ”de ise herhangi bir kulübe/derneğe (sosyal-kültürel-sportif) üyeliğe ve fiziksel aktiviteye katılma göre anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Bunun yanında, “BYÖ” “öğrenme kaçınma yönelimi” alt boyutunda erkek katılımcılar lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. “BZSAÖ” “sıklık” alt boyutunda herhangi bir kulübe/derneğe (sosyal-kültürel-sportif) üye olmayanlar lehine; “doyumsuzluk” alt boyutunda ise, üye olanlar lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. “BZSAÖ” “sıklık” alt boyutunda fiziksel aktiviteye hiç katılmayanlar lehine, “doyumsuzluk” alt boyutunda ise, sık sık fiziksel aktiviteye katılanlar lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre, “sıklık” alt boyutu “BYÖ” “öğrenme-yaklaşma yönelimi” “öğrenme-kaçınma yönelimi” ve “performans-yaklaşma yönelimi” alt boyutlarını yordamaktadır. Ayrıca, “doyumsuzluk” alt boyutu, “BYÖ” tüm alt boyutlarını yordamaktadır. Sonuç olarak, bireylerde akademik davranışların amaçlarına ilişkin sağlıklı açıklamalar yapan başarı yönelimlerinin serbest zaman deneyimlerinin tatminsizliği ya da doyumunu ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Serbest zamanlarda sıklık algısı, Öğrenme-yaklaşma yönelimi, Öğrenme-kaçınma yönelimi, Performans-yaklaşma yönelimi, Performans-kaçınma yönelimi.

Bored and Lost: Perception of Boredom in Leisure and Achievement Goal Orientation Relationship in University Students

Abstract

Achievement goal orientations can explain many concepts that individuals think and experience in the process of reaching their goals. In this context, the extent to which educational activities and leisure mirror the life of the individual can be considered as a research topic. In this study, this study aimed to examine the perception of boredom in leisure and achievement goal orientations level with regard to some variables and determine the predictive power of the perception of boredom in leisure on their achievement goal orientations. In this study, which was conducted with quantitative research pattern, the relational screening model was used. Totally 516 (300 female and 216 male) university students selected by convenience sampling method from different universities. “Leisure Boredom Scale (LBS)” and “2x2 Achievement Goal Orientations Scale (AGOS)” were applied to participants. For the analysis of the data, MANOVA and regression tests were used. According to the

* Doç. Dr., Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Rekreasyon Ana Bilim Dalı, feyzameryemkara@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-9886-4947>

** Arş. Grv., Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Rekreasyon Ana Bilim Dalı, gizemkaraca0110@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-7541-3550>

*** Dr. Öğr. Üyesi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, ugurluaylin@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-5148-7061>

**** Arş. Gör., Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Ana Bilim Dalı, rkgurkan@kku.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0003-2802-9350>

findings, no significant difference was found in "LBS" according to gender and "AGOS" according to membership to any club/association (social-cultural-sportive) and participation in physical activity. In addition, a significant difference was found in favor of male participants in the "learning avoidance" sub-dimension of "AGOS". Significant differences were found in the "LBS" "boredom" sub-dimension in favor of those who are not members of any club/association (social-cultural-sportive), on the other hand, significant differences were found in the sub-dimension of "satisfaction" in favor of the members of any club/association. Significant differences were found in favor of those who never participated in physical activity in the "LBS" "boredom" sub-dimension however, significant differences were found in the sub-dimension of "satisfaction" in favor of the those who participate in physical activity frequently. According to the results of the regression analysis, "boredom" sub-dimension predicts the "AGOS" "learning-approach" "learning-avoidance" and " performance-approach " sub-dimensions. In addition, the "satisfaction" sub-dimension predicts all the sub-dimensions of "AGOS". As a result, it has been determined that achievement goal orientations that make healthy explanations for the purposes of academic behaviors in individuals are related to the dissatisfaction or satisfaction of leisure experiences.

Keywords: *Leisure boredom, Learning-approach, Learning-avoidance, Performance-approach, Performance-avoidance.*

1. Giriş

Son yıllarda serbest zaman kavramına ve araştırmalarına önem verildiği görülmektedir (Griffin, vd, 2022; Gui vd., 2022; Melton vd., 2022). Bu bağlamda, serbest zamanın bireyler için kendilerini ifade ettiği, heyecan, haz, eğlence gibi birçok duygu durumunu yaşadıkları alan olarak kabul edildiği söylenebilir (Dattilo & Lopez Frias, 2021; Linhart, 2021). Günümüzde serbest zaman araştırmalarında dikkat çeken araştırma konularından biri serbest zamanlarda sıkılma algısıdır (Kil vd., 2021; Serdar vd., 2022; Wu-Ouyang, 2022). Araştırmalar incelendiğinde, düşük uyarılmışlık düzeyi, tatminsizlik durumu gibi sebeplerden dolayı serbest zaman aktivitelerine katılımı sürdürülebilirliğin azaldığı görülmektedir. (Kara & Gürbüz, 2022). Bu noktada serbest zamanlarda sıkılma algısı, optimal uyarılma için serbest zaman deneyimlerinin tatminsizliğine dair bir öznel algı olarak tanımlanmaktadır (Iso-Ahola & Weissinger, 1990). Farklı tarzda serbest zaman aktivitelerine katılım konusunda farkındalığa sahip olamama (Kil vd., 2021) ve serbest zaman aktivitelerine katılımı karşılaşılan engellerin fark edilmesine (Kara & Özdedeoglu, 2015) sebep olduğu belirtilmektedir. Ayrıca aktivite ve etkinlikler kapsamında bireyin fazla doyuma eriştiği duygu durumlarında da serbest zamanlarda sıkılma algısı ortaya çıkabilmektedir (Kara vd., 2019; Kara & Sarol, 2021).

Bu bağlamda, yapılan araştırmalar incelendiğinde, özellikle son yıllarda üniversite öğrencilerinde sıkılma algısının arttığı ifade edilmektedir (Kara vd., 2018; Serdar vd., 2022; Wang, 2019;). Bu araştırmaların özünün motivasyon kaynaklı olduğu tespit edilmekle birlikte, üniversite öğrencileri üzerinde sıkılma algısının başarı kavramına yansımaları incelenmesi gereken bir konu olarak gündeme gelmektedir. Bu noktadan hareketle, üniversite öğrencilerin başarı kavramının ortaya çıkmasında önemli noktalara sahip başarı yönelimi kavramının açıklanması ve incelenmesi önem arz etmektedir.

Başarı yönelimi, bireylerin hedeflerine ulaşma sürecinde, düşündükleri ve deneyimledikleri birçok kavramı açıklayabilmektedir (Arslan & Akın, 2015). Öğrenme ve performans yönelimi olarak da tanımlanabilen başarı yönelimleri kavramı (Elliot, 1999; Pintrich, 1999), kişilerin bilgiyi içselleştirmesi, bilgiye karşı hakimiyet kazanması, kendi performans beklentilerini yerine getirmesi ve eşdeğerlerini kısmen de olsa geçme olarak en geniş şekilde açıklanabilmektedir (Arslan & Akın, 2015). Diğer bir tanımla, bireyin yetkinliğe doğru giderken kişisel (hakimiyet veya performans) ve başarıya yönelik (yaklaşma kaçınma) yönelimleri olarak işaret edilebilmektedir. Bu noktada, başarı yönelimine ait öğrenme-yaklaşma ve performans-yaklaşma boyutları olumlu olarak değerlendirilirken öğrenme-kaçınma ve performans-kaçınma boyutları olumsuz olarak ele alınmaktadır (Elliot & McGregor, 2001). Bu kapsamda, akademik davranışları inceleyen ve son yıllarda başarı motivasyonunun anlaşılmasında bütüncül bakış açısı sağlayan başarı yönelimleri teorisi gündeme gelmiştir.

Sosyal ve bilişsel temeli esas alarak gelişen başarı yönelimleri teorisi, motivasyonel bir yaklaşım olarak günümüze kadar gelmiştir (Weiner, 1990). Bireylerin başarıya yönelik kendi performanslarını nasıl düşündüklerini ve değerlendirdiklerini detaylı bir biçimde inceleyen (Pintrich & Schunck, 1996) başarı yönelimleri teorisi, kişilere durum ve değerlendirme için bir bakış açısı sunmaktadır (Dweck & Leggett, 1988). Başarı yönelimleri teorisi, “öğrencileri ne, nasıl motive eder?” sorusuna cevap vermenin yanı sıra öğrenme ortamındaki performansın motivasyon bağlamında spesifik bir değerlendirme imkanını da ortaya koymaktadır. Diğer yandan başarı yönelimleri teorisi, akademik çalışmalarda öğrenme süreci boyunca bireylerin nasıl yeterlilik kazandığını ve geliştirdiğini anlamaya yardımcı olmakla beraber hangi başarı amacına odaklanıldığıyla da ilgilenmektedir (Ames, 1992).

Gelecekte üyesi olacakları meslekleri icra ederken bu meslekleri bireylerin nasıl sergileyeceklerinin bir ifadesi veya yansıması olarak başarı yönelimleri kavramının öğrencilik zamanlarında oluşan bir olgu olduğu düşünüldüğünde, eğitim etkinliklerinin ve eğitim dışı alanların ne derece bireyin yaşamına ayna tuttuğu araştırma konusu olarak değerlendirilebilmektedir. Bu bağlamda, bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarda sıkılma algısı ve başarı yönelimleri düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi ve serbest zamanlarda sıkılma algısının başarı yönelimlerini yordama gücünün belirlenmesi amaçlanmıştır.

H₁: Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarda sıkılma algısı ve başarı yönelimleri arasında cinsiyete göre pozitif yönde anlamlı ilişki vardır.

H₂: Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarda sıkılma algısı ve başarı yönelimleri arasında herhangi bir derneğe/kulübe üyelik durumlarına göre pozitif yönde anlamlı ilişki vardır.

H₃: Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarda sıkılma algısı ve başarı yönelimleri arasında fiziksel aktiviteye katılma durumlarına göre pozitif yönde anlamlı ilişki vardır.

H₄: Serbest zamanlarda sıkılma algısı, üniversite öğrencilerinin başarı yönelimlerini yordamaktadır.

2. Yöntem

2.1. Araştırma Deseni

Bu çalışmada, serbest zamanlarda sıkılma algısı ve başarı yönelimleri kavramları bağımlı ve bağımsız değişkenler kapsamında incelenmesi sebebi ile nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. İlişkisel tarama modelinde, belirlenen örnekleme yönelik gerçekleştirilen araştırmalar sayesinde evrenin nicel bir betimlemesi yapılmaktadır (Creswell, 2012). İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla sayıdaki değişkenlerin birlikte değişip değişmediğini ve mevcut değişimin ne şekilde gerçekleştiğini incelemektedir (Karasar, 2020).

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma grubunu araştırma ekibinin farklı illerde bulunmasından dolayı Türkiye'nin farklı illerinde bulunan üniversitelerde (Aydın Adnan Menderes Üniversitesi ve Kırıkkale Üniversitesi) öğrenim gören kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş 300 kadın ($Ort_{yaş}=21.46\pm 2.49$) ve 216 erkek ($Ort_{yaş}=22.26\pm 2.66$) toplamda 516 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Kolayda örnekleme yöntemi diğer yöntemlere göre daha az masraflı, daha az yorucu ve araştırmalarda sık kullanılan yöntemlerden biridir (Acharya vd., 2013). Bir çalışmada yer alacak katılımcıların belirlenmesinde çalışmanın türü, doğası ve amacı önemli bir rol oynamaktadır. Kolayda örnekleme yöntemi ise araştırmacıların katılımcılara ulaşılabilirliği ve yakınlığı nedeniyle oldukça kullanışlı bir yöntem olarak görülmektedir (Etikan & Bala, 2006).

2.3. Araştırma süreci

Araştırma sürecinde veri toplanması, Türkiye'nin yedi farklı bölgesinde bulunan şehirlerde öğrenim gören ve farklı kültür özellikleri taşıyan üniversite öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Veriler çevrimiçi olarak Google Formlar uygulaması aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmaya hakkında ilgili formda ayrıntılı bilgiler paylaşılmış ve yalnızca araştırma şartlarını kabul eden gönüllü öğrenciler katılım sağlamıştır. Ölçek uygulamalarının doldurulması toplamda yaklaşık 5-10 dakika sürmüştür. Toplanan formlar kontrol edilerek eksik ya da yanlış doldurulanlar değerlendirme dışında tutulmuştur. Bu noktadan hareketle, toplanan 600 veri incelenmiş olup araştırma analizlerine 516 data ile devam edilmiştir.

2.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından cinsiyet, yaş, medeni durum, öğrenim görülen bölüm/fakülte ve herhangi bir derneğe üye olup olmama gibi değişkenlerinin olduğu kişisel bilgi formu, Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği (BZSAÖ) ve 2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği (Revize Formu) (BYÖ) kullanılmıştır.

Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği (BZSAÖ): Katılımcıların serbest zamanlarında sıkılma algılarındaki bireysel farklılıkları ölçmek amacıyla Iso-Ahola ve Weissinger (1990) tarafından geliştirilen, Kara vd. (2014) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek, 10 madde ve 2 faktörden oluşmaktadır. Ölçek faktörleri "sıkılma" (5 madde) ve "doyumsuzluk" (5 madde) şeklindedir. Ölçek maddeleri "5: Kesinlikle katılıyorum" ve "1: Kesinlikle katılmıyorum" şeklinde ve 5'li likert bir yapıya sahiptir. Ölçekteki maddelerden bazıları ise "Boş zaman fikri beni heyecanlandırıyor" ve "Boş zamanlar sıkıcıdır" şeklindedir. Bu araştırma kapsamında toplanan veriler üzerinde hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları ise "sıkılma" alt boyutu için .77, "doyumsuzluk" alt boyutu için .69'dur.

2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği (Revize Formu) (BYÖ): Üniversite öğrencilerinin başarı yönelimlerini belirleyebilmek adına hazırlanan Elliot ve Murayama (2008) tarafından geliştirilen Arslan ve Akın (2015) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek, 12 madde ve 4 faktörden oluşmaktadır. Ölçek faktörleri "öğrenme-yaklaşma yönelimi" (3 madde), "öğrenme-kaçınma yönelimi" (3 madde), "performans-yaklaşma yönelimi" (3 madde) ve "performans-kaçınma yönelimi" (3 madde) şeklindedir. Ölçek maddeleri "5: Tamamen katılıyorum" ve "1: Tamamen katılmıyorum" şeklinde ve 5'li likert bir yapıya sahiptir. Ölçekteki maddelerden bazıları ise "Derste anlatılan konuları tamamen öğrenmeyi amaçlarım" ve "Diğer öğrencilere göre daha başarılı olmak için gayret ederim" şeklindedir. Araştırma verileri kapsamında iç tutarlılık katsayısının "öğrenme-yaklaşma yönelimi" alt boyutu için .77, "öğrenme-kaçınma yönelimi" alt boyutu için .73, "performans-yaklaşma yönelimi" alt boyutu için .87 ve "performans-kaçınma yönelimi" alt boyutu için .83 olduğu tespit edilmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırma sürecinde SPSS 26.0 paket programı ile toplanan verilerin istatistiksel analizleri yapılmıştır. Elde edilen verilerin normallik testleri ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına çarpıklık ve basıklık değerleri ve Levene (varyansların eşitliği) testi sonuçları incelenerek karar verilmiştir (Çokluk vd., 2012). Elde edilen verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Verilerin değerlendirilmesinde ise betimsel istatistikler, MANOVA, basit korelasyon testleri ve regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Ayrıca, ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek adına Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır.

2.6. Araştırma Etiği

Araştırmanın tüm aşamaları etik kurallar çerçevesinde gerçekleştirilmiştir. Ayrıca etik kurul izni Kırıkkale Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırma Etik Kurulu 20/02/2023 tarih ve 02 sayılı kararı ile alınmıştır.

3. Bulgular

Tablo 1. Cinsiyete göre BZSAÖ ve 2x2 BYÖ MANOVA tablosu

		N	Ort.	Ss.	p
Sıkılma (BZSAÖ)	Kadın	300	2.68	.83	.720
	Erkek	216	2.54	.86	
Doyumsuzluk (BZSAÖ)	Kadın	300	3.52	.69	.492
	Erkek	216	3.61	.71	
Öğrenme- Yaklaşma Yönelimi (BYÖ)	Kadın	300	3.94	.73	.078
	Erkek	216	3.93	.78	
Öğrenme- Kaçınma Yönelimi (BYÖ)	Kadın	300	3.69	.82	.011
	Erkek	216	3.87	.82	
Performans-Yaklaşma Yönelimi (BYÖ)	Kadın	300	3.76	.91	.334
	Erkek	216	3.84	.91	
Performans-Kaçınma Yönelimi (BYÖ)	Kadın	300	3.87	.84	.820
	Erkek	216	3.85	.98	

Çoklu varyans analizi sonuçlarına göre, cinsiyetin temel etkisinin “BZSAÖ”de anlamlı olmadığı görülmektedir (Hotellings: .171, $F_{(2,513)}=1.771$, $p>0.05$). Diğer yandan, cinsiyetin “BYÖ” de temel etkisinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir (Hotellings: .001, $F_{(4,511)}=3.358$, $p<0.05$). Anlamlı farklılığın hangi alt boyuttan kaynaklandığını belirleme amaçlı yapılan post-hoc çoklu karşılaştırma testlerine göre, sadece “öğrenme kaçınma yönelimi” alt boyutunda anlamlılık erkek katılımcılar lehine tespit edilmiştir. ($F_{(1,514)}=6.525$; $p<0.05$).

Tablo 2. Üyelik durumuna göre BZSAÖ ve BYÖ MANOVA tablosu

		N	Ort.	Ss.	P
Sıkılma (BZSAÖ)	Evet	254	2.48	.85	.000
	Hayır	262	2.76	.81	
Doyumsuzluk (BZSAÖ)	Evet	254	3.69	.65	.000
	Hayır	262	3.43	.72	
Öğrenme- Yaklaşma Yönelimi (BYÖ)	Evet	254	4.00	.74	.062
	Hayır	262	3.88	.75	
Öğrenme- Kaçınma Yönelimi (BYÖ)	Evet	254	3.74	.88	.577
	Hayır	262	3.78	.77	
Performans-Yaklaşma Yönelimi (BYÖ)	Evet	254	3.80	.91	.908
	Hayır	262	3.79	.92	
Performans-Kaçınma Yönelimi (BYÖ)	Evet	254	3.86	.91	.907
	Hayır	262	3.87	.89	

MANOVA sonuçları, üyelik durumuna göre temel etkinin “BZSAÖ”de anlamlı olduğunu göstermektedir (Hotellings: .000, $F_{(2,513)}=11.301$, $p<0.05$). Anlamlı farklılığın hangi alt boyutlarda olduğuna dair yapılan post-hoc analizlerine göre, “sıkılma” alt boyutunda herhangi bir kulübe/derneğe (sosyal-kültürel-sportif) üye olmayan lehine ($F_{(1,514)}=14.998$; $p<0.05$) “doyumsuzluk” ($F_{(1,514)}=17.531$ $p<0.05$) alt boyutunda ise, üye olanlar lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Bunun yanı sıra, üyelik durumunun “BYÖ”de temel etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür (Hotellings: .009, $F_{(4,511)}=1.983$, $p> 0.05$).

Tablo 3. Fiziksel aktiviteye katılım durumuna göre MANOVA tablosu

		N	Ort.	Ss.	p
Sıkılma (BZSAÖ)	Hiç Katılmıyorum	77	3.05	.84	.000
	Çok Nadir Katılıyorum	139	2.85	.80	
	Bazen Katılıyorum	185	2.60	.75	
	Sık Sık Katılıyorum	115	2.10	.79	
Doyumsuzluk (BZSAÖ)	Hiç Katılmıyorum	77	3.29	.85	.000
	Çok Nadir Katılıyorum	139	3.37	.74	
	Bazen Katılıyorum	185	3.60	.72	
	Sık Sık Katılıyorum	115	3.91	.59	
Öğrenme-Yaklaşma Yönelim (BYÖ)	Hiç Katılmıyorum	77	3.84	.79	.206
	Çok Nadir Katılıyorum	139	3.92	.72	
	Bazen Katılıyorum	185	3.92	.69	
	Sık Sık Katılıyorum	115	4.06	.83	
Öğrenme-Kaçınma Yönelimi (BYÖ)	Hiç Katılmıyorum	77	3.70	.80	.411
	Çok Nadir Katılıyorum	139	3.84	.71	
	Bazen Katılıyorum	185	3.71	.80	
	Sık Sık Katılıyorum	115	3.81	1.00	
Performans-Yaklaşma Yönelimi (BYÖ)	Hiç Katılmıyorum	77	3.66	1.04	.397
	Çok Nadir Katılıyorum	139	3.76	.91	
	Bazen Katılıyorum	185	3.84	.78	
	Sık Sık Katılıyorum	115	3.86	1.01	
Performans-Kaçınma Yönelimi (BYÖ)	Hiç Katılmıyorum	77	3.67	1.11	.221
	Çok Nadir Katılıyorum	139	3.92	.82	
	Bazen Katılıyorum	185	3.87	.75	
	Sık Sık Katılıyorum	115	3.89	1.04	

MANOVA sonuçları, fiziksel aktiviteye katılma değişkeninin “BZSAÖ”de temel etkisinin anlamlı olduğunu göstermektedir (Hotellings: 0.00, $F_{(2,511)}=17.127$, $p < 0.05$). Anlamlı farklılığın hangi alt boyutlarda olduğuna dair yapılan post-hoc analizlerine göre, sıkılma” alt boyutunda fiziksel aktiviteye hiç katılmayanlar lehine ($F_{(3,512)}=28.143$; $p<0.05$), “doyumsuzluk” ($F_{(1,514)}=17.531$ $p < 0.05$) alt boyutunda ise, sık sık fiziksel aktiviteye katılanlar lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Diğer yandan, fiziksel aktivite katılımının “BYÖ”de temel etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir (Hotellings: .298, $F_{(4,509)}=1.171$, $p> 0.05$).

Tablo 4. Korelasyon analizi sonuçları (BZSAÖ, BYÖ)

	Sıkılma	Doyumsuzluk	Öğrenme-Yaklaşma Y.	Öğrenme-Kaçınma Y.	Performans-Yaklaşma Y.	Performans-Kaçınma Y.
Sıkılma	1					
Doyumsuzluk	-.457**	1				
Öğrenme-Yaklaşma Yönelimi	-.289**	.366**	1			
Öğrenme-Kaçınma Yönelimi	-.103**	.261**	.574**	1		
Performans-Yaklaşma Yönelimi	-.140**	.268**	.505**	.421**	1	
Performans-Kaçınma Yönelimi	-.011	.187**	.386**	.365**	.634**	1

Korelasyon analizleri, “BZSAÖ”nin “sıkılma” alt boyutu puanlarının “öğrenme-yaklaşma yönelimi” ($r = -.289$; $p < 0.01$), “öğrenme-kaçınma” ($r = -.103$; $p < 0.01$) ve “performans-yaklaşma yönelimi” ($r = -.140$; $p < 0.01$) alt boyutlarında negatif yönde anlamlı ve düşük düzeyde ilişkisi olduğunu göstermektedir. Bunun yanı sıra, “doyumsuzluk” alt boyutunun “öğrenme-yaklaşma yönelimi” ($r = .366$; $p < 0.01$), “öğrenme-kaçınma” ($r = .261$; $p < 0.01$), “performans-yaklaşma yönelimi” ($r = .268$; $p < 0.01$) ve “performans-kaçınma” alt boyutlarında pozitif yönde anlamlı ve düşük düzeyde ilişkisi olduğunu göstermektedir.

Tablo 5. Boş zamanlarda sıkılma algısının başarı yönelimlerini yordama gücü

	Sıkılma	Doyumsuzluk
	β	β
Başarı Yönelimleri Ölçeği		
Öğrenme-Yaklaşma Yönelimi	-.28*	.36*
R=0.28; R ² =0.08; Adjusted R ² =0.08; F _(1,514) =46.817; p<0.01		
R=0.36; R ² =0.13; Adjusted R ² =0.13; F _(1,514) =79.434; p<0.01		
Öğrenme- Kaçınma Yönelimi	-.10*	.26*
R=0.10; R ² =0.01; Adjusted R ² =0.09; F _(1,514) =5.564; p<0.01		
R=0.26; R ² =0.06; Adjusted R ² =0.06; F _(1,514) =37.524; p<0.01		
Performans-Yaklaşma Yönelimi	-.14*	.26*
R=0.14; R ² =0.02; Adjusted R ² =0.01; F _(1,514) =10.240; p<0.01		
R=0.26; R ² =0.07; Adjusted R ² =0.07; F _(1,514) =39.713; p<0.01		
Performans-Kaçınma Yönelimi		.18*
R=0.18; R ² =0.03; Adjusted R ² =0.03; F _(1,514) =18.621; p<0.01		

Regresyon analizleri ile serbest zamanlarda sıkılma algısının başarı yönelimlerini yordama gücü tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre “sıkılma” alt boyutunun “BYÖ” “öğrenme-yaklaşma yönelimi” (R=0.28; R²=0.08; Adjusted R²=0.08; F_(1,514)=46.817; p<0.01), “öğrenme-kaçınma yönelimi” (R=0.10; R²=0.01; Adjusted R²=0.09; F_(1,514)=5.564; p<0.01) ve “performans-yaklaşma yönelimi” (R=0.14; R²=0.02; Adjusted R²=0.01; F_(1,514)=10.240; p<0.01) alt boyutlarını yordadığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda, “sıkılma” alt boyutu ile “öğrenme-yaklaşma yönelimi” ($\beta = -.28$; $p < 0.01$), “öğrenme-

kaçınma yönelimi” ($\beta = -.10$; $p<0.01$) ve “performans-yaklaşma yönelimi” ($\beta = -.14$; $p<0.01$) alt boyutlarını negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir.

Diğer yandan, “doyumsuzluk” alt boyutunun “BYÖ” “öğrenme-yaklaşma yönelimi” ($R=0.36$; $R^2=0.13$; Adjusted $R^2=0.13$; $F_{(1.514)}=79.434$; $p<0.01$), “öğrenme-kaçınma yönelimi” ($R=0.26$; $R^2=0.06$; Adjusted $R^2=0.06$; $F_{(1.514)}=37.524$; $p<0.01$), “performans-yaklaşma yönelimi” ($R=0.26$; $R^2=0.07$; Adjusted $R^2=0.07$; $F_{(1.514)}=39.713$; $p<0.01$) ve “performans-kaçınma yönelimi” ($R=0.18$; $R^2=0.03$; Adjusted $R^2=0.03$; $F_{(1.514)}=18.621$; $p<0.01$) alt boyutlarını yordadığı tespit edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, “doyumsuzluk” alt boyutu ile “öğrenme-yaklaşma yönelimi” ($\beta = .36$; $p<0.01$), “öğrenme-kaçınma yönelimi” ($\beta = .26$; $p<0.01$), “performans-yaklaşma yönelimi” ($\beta = .26$; $p<0.01$) ve “performans-kaçınma” alt boyutlarını pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir.

4. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen bu çalışmada, öncelikle üniversite öğrencilerinin başarı yönelimleri ve serbest zamanda sıkılma algısı üzerinde cinsiyet, fiziksel aktiviteye katılma ve herhangi bir kulüp/derneğe üyelik durumu değişkenleri incelenmiştir. Sonrasında başarı yöneliminin üniversite öğrencilerinin serbest zamanda sıkılma algılarının yordama düzeyi test edilmiştir.

Araştırmada, cinsiyet değişkeni açısından “BZSAÖ” de anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Kara vd., (2018) araştırmasında da benzer bulgulara rastlanmıştır. Bu noktadan hareketle, araştırma bulgularının alanyazınla paralellik gösterdiği söylenebilir. Aktiviteye katılımı ya da devamlılığını azaltan serbest zamanlarda sıkılma algısında cinsiyetler arası fark görülememesinin sebebinin benzer sosyo-kültürel faaliyetleri paylaşmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Diğer yandan, cinsiyet değişkenine göre sadece “BYÖ” öğrenme-kaçınma alt boyutunda erkek öğrenciler lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu bulgu Gözler, Bozgeyikli, Avcı, (2017) tarafından sınıf öğretmeni adayları üzerine yapılan çalışmada erkek öğrencilerin daha yüksek öğrenme-kaçınma yönelime sahip oldukları şeklindeki bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Bu kapsamda çalışmamızda da erkek öğrencilerin öğrenme-kaçınma düzeyinin daha yüksek çıkmasının sebebi erkeklerin kadınlara oranla öğrenme isteğinin ve coşkusunun daha az olması şeklinde açıklanabilir.

Bu çalışmada elde edilen diğer bir bulgu ise üniversite öğrencilerinin “BZSAÖ” “sıkılma” alt boyutunda herhangi bir kulüp/derneğe (sosyal-kültürel-sportif) üye olmayan lehine, “doyumsuzluk” alt boyutunda ise üye olanlar lehine anlamlı farklılıklar gösterdiğiidir. Yapılan birçok çalışmada, sosyo-kültürel faaliyetlerin, bireylerin sıkılma algısını azaltmada ve dünyayı daha pozitif algılamalarında önemli bir yere sahip olduğu belirtilmektedir (Bağcı, Uslu, Sarıçam, 2019; Kara, vd., 2019). Bu noktadan hareketle, araştırma katılımcılarının sosyal, kültürel ve sportif olarak üye oldukları kurumlar aracılığıyla sosyal sermayelerini geliştirdikleri, mevcut rekreasyonel imkânları kullanarak sıkılma algısı ile baş ettikleri söylenebilmektedir.

Herhangi bir kulüp/derneğe (sosyal-kültürel-sportif) üye olma kapsamında incelenen araştırma bulgularına göre, “BYÖ” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Bireylerin öğrenme ortamındaki performansının motivasyon bağlamında incelendiği başarı yönelimi kavramının, araştırma katılımcıları çerçevesinde sosyal, kültürel ve sportif olarak bir kuruma dahi olma ile bağlantılı olmadığı söylenebilmektedir.

Katılımcıların serbest zaman sıkılma algılarının fiziksel aktiviteye katılım değişkenine yönelik yapılan analiz sonuçlarında “BZSAÖ” “sıkılma” alt boyutunda fiziksel aktiviteye hiç katılmayanlar lehine, “doyumsuzluk” alt boyutunda ise, sık sık fiziksel aktiviteye katılanlar lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca, Yaşartürk, Akay ve Kul, (2022) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin fiziksel içerikli aktiviteleri sürekli olarak tekrar etmesi durumunun

doyum düzeyini arttığı gibi belirli dönemlerde sıkılma algısının ortaya çıkmasına sebep olabileceğini vurgulamışlardır. Bu durum bireylerin yapmış oldukları bu fiziksel aktivitelerin monoton bir hale gelmesi durumunda sıkılma algısı ile karşı karşıya kalabilecekleri söylenebilir.

Bununla birlikte, fiziksel aktiviteye katılım durumuna göre “BYÖ” alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Theodosiou ve Papaioannou (2005) beden eğitimi dersleri kapsamında başarı yönelimini inceledikleri araştırmada, öğrenci motivasyonu ile başarı yönelimi arasında sportif faaliyetlere katılımın aracılık etkisini tespit etmişlerdir. Araştırma bulguları üniversite öğrencileri kapsamında değerlendirildiğinde, mevcut motivasyonel süreçler arasında fiziksel aktivite katılımının farklılık yaratmadığını göstermektedir. Bu bağlamda, başarıyla ilişkili ortamlarda duygusal, bilişsel ve davranışsal olarak öğrencilerin farklı motivasyonel süreçler yaşadıkları düşünülmektedir.

Regresyon analizi sonuçları serbest zamanlarda sıkılma algısı düzeyleri “sıkılma” alt boyutu ile başarı yönelimi düzeyleri “öğrenme-yaklaşma yönelimi”, “öğrenme-kaçınma yönelimi” ve “performans-yaklaşma yönelimi” alt boyutları ile negatif ilişkili olduğunu göstermektedir. Diğer taraftan “doyumsuzluk” alt boyutu ile başarı yönelimi düzeyinde “öğrenme-yaklaşma yönelimi”, “öğrenme-kaçınma yönelimi”, “performans-yaklaşma yönelimi” ve “performans-kaçınma yönelimi” alt boyutları ile pozitif ilişkili olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda, serbest zamanlarda sıkılma algısının üniversite öğrencilerinde başarı yönelimlerinin anlaşılmasında anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Katılımcıların serbest zamanlarını daha etkin ve verimli geçirme algıları, mevcut serbest zaman motivasyonları akademik yaşamları ile ilişkili görülmektedir.

Sonuç olarak, serbest zamanlarda sıkılma algısının üniversite eğitimi alan öğrencilerde başarı yönelimlerinin belirlenmesinde önemli bir nokta arz ettiği söylenebilmektedir. Geleceğimizi inşa eden gençlerin bilgiyi içselleştirmesi, bilgiye karşı hakimiyet kazanması, kendi performans beklentilerini yerine getirmesi gibi noktalarda serbest zaman algılarının odak noktalardan biri olduğu belirtilebilmektedir. Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin katılımıyla sınırlandırılmıştır. Bunun yanında, nicel araştırma yöntemleri kapsamında iki farklı ölçek kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen veriler kapsamında nitel bir araştırma deseni kullanılarak, serbest zamanlarda sıkılma algısı ile başarı yönelimlerini etkileyen faktörler derinlemesine incelenebilir ve daha ayrıntılı bir şekilde ele alınabilir. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarda sıkılma algılarının farklı teoriler ile ilişkilendirilerek incelenmesi önemli bir konu olarak görülmektedir. Son olarak, başarı yönelimleri kavramının daha genç popülasyonlarda incelenmesinin oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Bu kapsamda, gelecekte yürütülecek araştırmaların ilgili öneriler kapsamında gerçekleştirilmesinin önemli katkılar sağlayacağı öngörülmektedir.

Kaynakça

- Acharya, A. S., Prakash, A., Saxena, P., & Nigam, A. (2013). Sampling: Why and how of it. *Indian Journal of Medical Specialties*, 4(2), 330-333. <http://dx.doi.org/10.7713/ijms.2013.0032>
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 34(3), 261-271. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.261>
- Arslan, S., & Akın, A. (2015). 2x2 başarı yönelimleri ölçeği (revize formu): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sakarya University Journal of Education*, 5(1), 7-15. <https://doi.org/10.19126/suje.05454>
- Bağcı, R., Uslu, S., & Sarıçam, H. (2019). Rekreasyonel etkinliklere katılan ve katılmayan bireylerin mutluluk yönelimlerinin incelenmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Öğrenci Çalışmaları*, 1(1), 27-34.

- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Pegem Akademi.
- Dattilo, J., & Lopez Frias, F. J. (2021). A critical examination of leisure in modernity: Rejecting instrumentalism and embracing flourishing. *Journal of Leisure Research*, 52(5), 581-598. <https://doi.org/10.1080/00222216.2020.1789013>
- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95(2), 256-273. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.95.2.256>
- Elliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001). A 2 x 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 501-519. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.3.501>
- Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*, 34, 169-189. https://doi.org/10.1207/s15326985ep3403_3
- Etikan, I., & Bala, K. (2017). Sampling and sampling methods. *Biometrics & Biostatistics International Journal*, 5(6), 00149. <https://doi.org/10.15406/bbij.2017.05.00149>
- Gözler, A., Bozgeyikli, H., & Avcı, A. (2017). Sınıf öğretmeni adaylarının başarı yönelimleri ile mesleki kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 189-211. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2017.17.28551-304629>
- Griffin, M., Harvey, K., Gillett, J., & Andrews, G. (2022). Writing as/about leisure: Connecting with oneself and others through creative practice. *Leisure Sciences*, 44(7), 862-880. <https://doi.org/10.1080/01490400.2019.1694609>
- Gui, J., Walker, G. J., & Harshaw, H. W. (2022). Meanings of xiū xián and leisure: Cross-cultural exploration of laypeople's definition of leisure. *Leisure Sciences*, 44(3), 366-384. <https://doi.org/10.1080/01490400.2019.1571968>
- Gülbağçe, A., Tozoğlu, E., & Gülbağçe, Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinin konuşma kaygı düzeylerinin sportif aktivite ve farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, 78, 61-78.
- Iso-Ahola, S. E., & Weissinger, E. (1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*, 22(1), 1-17. <https://doi.org/10.1080/00222216.1990.11969811>
- Kara, F.M., Sarol, H., & Güngörmüş, H.A. (2019). "Attitudes are contagious": Leisure attitude and passion of university students. *International Education Studies (IES)*, 12(7), 45. <https://doi.org/10.5539/ies.v12n7p42>
- Kara, F.M., & Gürbüz, B. (2022). Perception of boredom in leisure: Relationship with internet addiction and perceived social competence. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 202-216. <http://dx.doi.org/10.33468/sbsebd.282>
- Kara, F.M., Gürbüz, B., Küçük-Kılıç, S., & Öncü, E. (2018). An investigation of pre-service physical education teachers' leisure boredom, life satisfaction and social connectedness. *Journal of Computer and Education Research*, 6(12), 342-357. <https://doi.org/10.18009/jcer.466740>
- Kara, F.M., & Özdedeoğlu, B. (2017). Examination of Relationship Between Leisure Boredom and Leisure Constraints, *Sport Sciences (NWSASPS)*, 12(3), 24-36.

- Kara, F.M., & Sarol, H. (2021). Level up the life!! Leisure Involvement, Basic Psychological Need Satisfaction and Life Satisfaction among University Students. *Higher Education Studies (HES)* 11(4), 91. <https://doi.org/10.5539/hes.v11n4p91>
- Kil, N., Kim, J., Park, J., & Lee, C. (2021). Leisure boredom, leisure challenge, smartphone use, and emotional distress among US college students: are they interrelated?. *Leisure Studies*, 40(6), 779-792. <https://doi.org/10.1080/02614367.2021.1931414>
- Linhart, S. (2021). *The use and meaning of leisure in present-day Japan*. In *Modern Japan* (pp. 198-208). Routledge.
- Melton, K. K., Hodge, C. J., & Duerden, M. D. (2022). Ecology of family experiences: Contextualizing family leisure for human development & family relations. *Journal of Leisure Research*, 53(1), 112-131. <https://doi.org/10.1080/00222216.2020.1802374>
- Pintrich, P. R. & Schunk, D. H. (1996). *Motivation in Education*. Prentice-Hall Inc.
- Pintrich, P. R. (1999). The Role of motivation in promoting and sustaining self-regulated learning, *International Journal of Educational Research*, 31, 459-470. [https://doi.org/10.1016/s0883-0355\(99\)00015-4](https://doi.org/10.1016/s0883-0355(99)00015-4)
- Serdar, E., Demirel, M., & Harmandar Demirel, D. (2022). The relationship between the leisure boredom, leisure satisfaction, and smartphone addiction: A study on university students. *International Journal of Technology in Education (IJTE)*, 5(1), 30-42. <https://doi.org/10.46328/ijte.235>
- Theodosiou, A., & Papaioannou, A. (2006). Motivational climate, achievement goals and metacognitive activity in physical education and exercise involvement in out-of-school settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(4), 361-379. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.10.002>
- Yaşartürk, F., Akay, B., & Kul, M. (2022). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman faaliyetlerine yönelik engel ile baş etme ve saldırganlık davranışlarının incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 216-229. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1128967>
- Wang, W. C. (2019). Exploring the relationship among free-time management, leisure boredom, and internet addiction in undergraduates in Taiwan. *Psychological reports*, 122(5), 1651-1665. <https://doi.org/10.1177/0033294118789034>
- Weiner, B. (1990). History of motivational research in education. *Journal of Educational Psychology*, 82(4), 616-622. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.4.616>
- Wu-Ouyang, B. (2022). Are smartphones addictive? Examining the cognitive-behavior model of motivation, leisure boredom, extended self, and fear of missing out on possible smartphone addiction. *Telematics and Informatics*, 71, 101834. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2022.101834>