



## Boş Zaman Deneyimi Ölçeğinin Yetişkin Bireylerde Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi

Beyza Merve AKGÜL<sup>1</sup>, Tebessüm Ayyıldır DURHAN<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Gazi Üniversitesi, Ankara, Türkiye  
<https://orcid.org/0000-0003-2950-4221>

<sup>2</sup>Gazi Üniversitesi, Ankara, Türkiye  
<https://orcid.org/0000-0003-2747-6933>

Email: [bmakgul@gazi.edu.tr](mailto:bmakgul@gazi.edu.tr) , [tebessum@gazi.edu.tr](mailto:tebessum@gazi.edu.tr)

*Türü: Araştırma Makalesi (Alındı: 09.01.2024 - Kabul: 25.02.2024)*

### Özet

Boş zamanı zaman, aktivite ya da bir zihin durumu olarak tanımlamanın yanı sıra bir deneyim olarak anlayarak yaklaşma konusu gündeme gelmiştir. Bu yaklaşım dikkate alındığında bu araştırmada Caldwell, Smith ve Weissinger'ın 1992 yılında geliştirdikleri "Leisure Experience Battery for Adolescents" ölçeğini Türkçe'ye uyarlayarak yetişkin örnekleminde psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmaya 331 katılımcı dahil edilmiştir. Veriler kişisel bilgi formunun yanı sıra "Boş Zaman Deneyimi" Türkçe formu ile toplanmıştır. Orijinal ölçüm aracı 15 soru 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Orijinal ölçekte alt boyutlar boredom, awareness, challenge/competence ve anxiety olarak adlandırılmaktadır. Sıkılma, farkındalık, mücadele ve kaygı olarak adlandırılan ölçüm aracına dair yapılan analizler 4 boyutlu 11 maddelik yapıyı doğrulamaktadır ( $\chi^2/df=1,81$ ; RMSEA=0,05, SRMR=0,03; CFI=0,98; GFI=96). Elde edilen bulgular boş zaman deneyimi ölçüm aracının Türk popülasyonunda geçerliliği ve güvenilirliği olduğunu göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Boş zaman deneyimi, ölçek, uyarılama



## **Investigation of The Psychometric Properties of The Leisure Experience Scale in Adults**

### **Abstract**

In addition to defining leisure as time, activity or a state of mind, the issue of approaching it by understanding it as an experience has come to the fore. Considering this approach, this study aims to adapt the "Leisure Experience Battery for Adolescents" scale developed by Caldwell, Smith and Weissinger in 1992 into Turkish and examine its psychometric properties in an adult sample. The study included 331 participants. The data were collected with a personal information form as well as the adapted "Leisure Experience" Turkish form. The original measurement tool consists of 15 questions and 4 sub-dimensions. In the original scale, the sub-dimensions are named as boredom, awareness, challenge/competence and anxiety. The analysis of the measurement tool named as boredom, awareness, challenge and anxiety confirms the 4-dimensional 11 item structure ( $\chi^2/df=1.81$ ; RMSEA=0.03, SRMR=0.03; CFI=0.98; GFI=96). The findings indicate that the leisure experience measurement tool has validity and reliability in the Turkish population.

**Keywords:** Leisure experience, scale, adaptation



## **Giriş**

Boş zamanın öncelikle, zamanı iyi değerlendirme bilinciyle birlikte ortaya çıkan bir kavram olduğunu söyleyebiliriz. Boş zamanını planlayarak ve önemseyerek kullanma isteğine sahip olan çağdaş insanlar, bu farkındalığı yaşarlar. Ancak, yalnızca boş zamanın var olması, onun sağlıklı ve işlevsel bir şekilde kullanılması için yeterli değildir. Bu nedenle, bireyin boş zamanın kendisine ait olduğunu ve istediği gibi kullanabileceğinin farkında olması gerekmektedir. Boş zaman kavramı çok boyutlu bir yapıya sahip olduğundan, birçok farklı şekilde tanımlarının yapıldığı belirtilmektedir (Kraus, 2001).

Literatür incelendiğinde süre konusunun boş zamanı tanımlarken mutlaka değinilmesi gerektiği açıklanırken, eğlence ve özgürlük faktörlerinin ise tanım yaparken değinilmesi gereken diğer önemli öğeler olduğu söylenmektedir (Kelly, 2012). “Boş zamanı” en basit şekilde, istediğimiz gibi harcayabileceğimiz uygun zaman dilimi şeklinde tanımlanabilir (Göral, 2020).

Boş zaman, içsel motivasyon ile başlayarak bireyin istediği etkinliklere katılması ile sonuçlanan bir deneyim ve kendini gerçekleştirme zamanıdır (Austin ve Crawford, 2001; Pieper, 1963). Diğer bir ifadeyle, boş zaman kişinin becerilerinin genişletilmesini, eğlenmesini, rahatlamasını ve kendini geliştirmesini sağlar (Smale, 2010). Karaküçük (2008) tarafından iki ucu keskin bir kılıç olarak ifade edilen boş zamanlar olumlu kullanıldığı doğrultuda bireysel ve toplumsal gelişime, olumsuz kullanıldığında ise bunalım, a tipik davranışlara yönelim gibi problemlerin meydana gelmesine neden olmaktadır.

Deneyim yaşam boyunca elde edilen tecrübe olarak adlandırılabilir. Dinamik ve değişken bir kavram olan boş zaman deneyimi ise; insanların çevresiyle etkileşimde bulunması sonucu elde ettiği deneyimler olarak nitelendirilmektedir (Lee ve Shafer, 2002). Boş zaman deneyimi kavramının bazı kaynaklarda “rekreasyon deneyimi” olarak belirtildiği görülmektedir. Bireyin deneme, yapma sürecindeki gibi aktif ya da gözlem ve dinleme gibi pasif katılım yoluyla elde ettiği çeşitli kazanımlar, aynı zamanda aktivitenin gerçekleşme süreci ile ilgili akılda kalıcı izler, rekreasyon deneyimi şeklinde adlandırılmaktadır. Rekreasyon deneyimi aktiviteyle değil aktivitenin bireye sağladığı duygusal, zihinsel, fiziksel ve ruhsal anlamda ödülleri ilgilidir (Çetiner, 2022).

Boş zamanlar deneyim olarak ele alındığında önemli noktanın zaman ve faaliyetin değil, katılımcının tecrübesi olduğu belirtilmektedir (Munusturlar, 2020). Boş zaman deneyiminin hem pozitif hem de negatif deneyimler sağlaması çok boyutlu bir kavram olduğunu göstermektedir. Bu durumda, boş zaman deneyimi olumlu ve olumsuz şekillerde ortaya çıkabilir. Eğlenme, dinlenme, rahatlama, sosyalleşme, heyecan, haz, zevk gibi pozitif deneyimler olabileceği gibi rekabet, hırs, kıskançlık, öfke, şiddet, korku gibi negatif deneyimler de olabilir (Munusturlar, 2020). Diğer bir deyişle, boş zaman deneyimi bireyin bu zamanlarda içine girdikleri ruh hali olarak da tanımlanabilir.

Boş zaman deneyimi konusunda literatürde birçok araştırma yapılmıştır. Torkildsen(1993); rekreasyon, oyun ve boş zamanın birleşiminden oluşan yeni bir kavramı “pleasure” dile



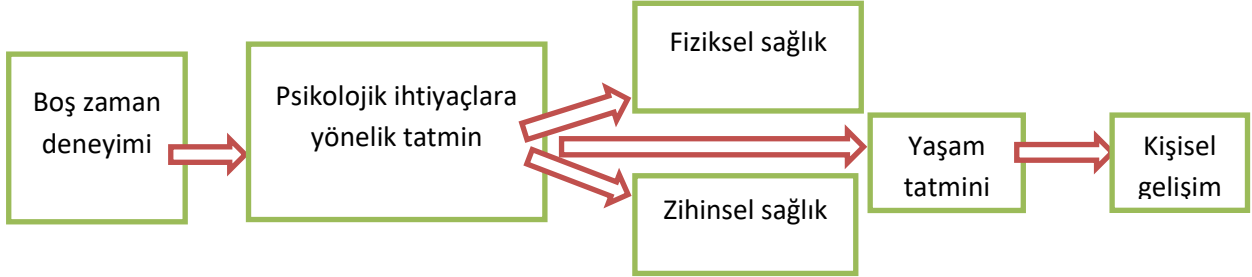
getirmiş ve bu kavram için en önemli durumun deneyimlerin kalitesi olduğunu vurgulamıştır. Doğa yürüyüşçüleri, rekreasyonel alan katılımcıları, vahşi doğa ziyaretçileri, bir takım sportif etkinliklere dahil olan bireyler, üniversite öğrencileri gibi birçok kişi üzerinde çalışmalar mevcuttur (Akyıldız, 2010).

Caldwell, Smith ve Weissinger (1992) “Ergenler için Boş Zaman Deneyimi Bataryası” ölçeğini geliştirmiş ve ergenlerde boş zaman deneyimini 4 alt boyutta ortaya koymuşlardır. 2005 yılında ise Barnett aynı ölçeği yetişkinler için uygulamak istemiş ve 18-30 yaş aralığında 657 üniversite öğrenci üzerinde geçerlik-güvenirlik çalışmalarını yaparak yetişkinlerin boş zaman deneyimlerini ölçmüştür. Göktürk(2009) ise 18-22 yaş arası 207 Türk üniversite öğrencisine aynı ölçeği uygulayarak, bu ölçeğin belirtilen katılımcı grubu için uygulanabileceğini belirtmiştir. Caldwell, Smith ve Weissinger (1992) “Ergenler için Boş Zaman Deneyimi Bataryası” ölçeğini geliştirirken dört temel kavram üzerinde durmuşlardır. Bunlar; can sıkıntısı, mücadele, endişe ve farkındalıktır. Katılım sağlanan boş zaman etkinliğinin yoğunluğu veya etkinliğe yüklenen anlam düşükse can sıkıntısı oluşabilmektedir (Iso-Ahola ve Weissinger, 1990). Can sıkıntısının rahatsızlık eden bir duygu durumu olduğu ve önemli sosyal, psikolojik ve fiziksel sağlık sorunlarıyla bağlantılı olduğu belirtilmektedir (Soylu ve Siyez, 2014). Mücadelenin az olup yüksek seviyede beceri isteyen faaliyetlere katılımının sıkıntı yaratacağı gibi bunun zıttı olarak düşük düzeyde beceri isteyip, mücadelenin fazla olduğu etkinlikler ise endişeye yol açabilmektedir. Burada önemli olanın etkinliklerden mücadele ve eğlenceyi deneyimlemek olduğu söylenmektedir (Larson ve Kleiber, 1991). Kaygı ise çok boyutlu bir kavram olup, beceri düzeyi ve mücadele düzeylerinin aktivitelerde yanlış eşleşmesi sonucu ortaya çıkabilir. Bu durum genel anlamda boş zaman korkusu ile de bağlantılı olabilir. Bu korku ise diğer insanların değerlendirmeleri ile boş zamanda yalnız kalma endişesiyle bağlantılı olabilir. Son olarak ise; boş zaman etkinliklerinin psikolojik, fiziksel ve sosyal faydaları olduğunu bilen bireylerin, boş zaman faaliyetlerine katılımları için farkındalıkları artabilmektedir (Caldwell, Smith ve Weissinger, 1992).

Parker (1971), boş zamanı bireyin kendisi ve başkaları için zorluklardan ve etkileşim alanlarından kaçarak, kendi isteğiyle seçtiği etkinliklere zaman ayırabileceği bir dönem olarak tanımlar. Bu tanımda, boş zaman kavramında bireyin isteklerine ve özgürlüğüne vurgu yapılmaktadır. Başka bir deyişle, insanın zorunlulukların dışında kendi talepleri doğrultusunda istediği yönde değerlendirmesi, dinlenebilmesi, eğlenebilmesi veya kendini geliştirebilmesi için hak ettiği zaman aralığı boş zamanı oluşturur (Karaküçük, 1995). Deneyim kavramı ise “bir yaşayış tarzı ve olayların gözlemlenmesi” olarak tanımlanmıştır (Hoch, 2002). “Boş zaman” ve “deneyim” kavramlarından oluşan “boş zaman deneyimi” ise çeşitli boyutlarla karmaşık bir yapıya sahip, durumsal ve bireysel çeşitli unsurlardan etkilenen, birçok özelliği olan, durağan ve genellikle heterojen olan ve bireyler tarafından elde edilen toplam sonuç olarak nitelendirilebilir (Breejen, 2007). Bu durum boş zaman deneyimlerinde pozitif (eğlence, rahatlama, özgürlük gibi) ve negatif sonuçlar (korku, gerginlik, başarısızlık gibi) ortaya çıkarabilir. Farklı bir bakış açısıyla ifade edildiğinde,



bireyler optimal boyutta etkinliklere dahil olma katılma şansını kaybettiklerinde veya optimal olmayan etkinliklerden kaçınmadıklarında, boş zamanın can sıkıntısını tetikleyebileceği gözlemlenmektedir. Can sıkıntısı, boş zamanla ilişkilendirilen olumsuz bir deneyim olarak kabul edilir (Caldwell ve Smith, 2006).



Şekil 1: Boş zaman deneyiminin gündelik etkileri Kaynak: Tinsley ve Tinsley, 1986

İlgili literatür incelediğinde ulusal alan yazında yetişkinlerin boş zaman deneyimlerini değerlendiren bir ölçme aracına ulaşamadım. Bu çalışanın amacı ise Caldwell ve ark. tarafından geliştirilen EBZDB ölçeğinin (Boş Zaman Deneyimi Ölçeği) Türkçe formunun yetişkinlerin boş zaman deneyimlerini ölçebilmek için geçerlik-güvenirlik çalışmalarını yapmaktır. Bu sayede boş zaman deneyimi konusunda yapılacak çalışmalara ışık tutması hedeflenmektedir. Bu doğrultuda mevcut araştırma kapsamında Caldwell, Smith ve Weissinger'ın 1992 yılında geliştirdikleri "Leisure Experience Battery for Adolescents" ölçeğini Türkçe'ye uyarlayarak yetişkin örnekleminde psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

## Yöntem

### Etik Beyan

Mevcut araştırma Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu 10.05.2022 tarih ve 09 sayılı toplantısında görüşülmüş ve araştırma 2022- 742 koduyla ilgili komisyon onayını almıştır.

### Çalışma Grubu

Örneklem grubunun seçilmesinde, olasılığa dayalı olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yönteminden yararlanılmıştır. Araştırmaya katılan 331 kişinin yaşları 18-60 yaş arasında (yaş=24±0,34) değişiklik göstermekte olup, %18,7'si erkek, %63,4'ü ise kadınlardan oluşmaktadır. Örneklem büyüklüğü için değişik fikirler olmakla birlikte Nunnally (1978) değişkenlerin en az 10 katı kadar bir örnek kitleye ulaşılması gerektiğini, Kline (2005) ise çok değişkenli analizlerin uygulanabilmesi için  $n > 200$ 'ün yeterli bir örneklem grubu olacağını belirtmektedir. Bu kapsamda, 15 maddelik bir ölçüm aracı için mevcut çalışmada ulaşılan örneklem sayısının yeterli olduğu söylenebilir.

### Veri Toplama Aracı

Caldwell ve ark. Tarafından geliştirilen "Leisure Experience Battery for Adolescents" ölçeği ergenlerin boş zaman deneyimlerini değerlendirmek için kullanılmaktadır. LEBA'nın özgün versiyonu "can sıkıntısı" (4 madde), "farkındalık"(4 madde), "mücadele" (4madde) ve



“kaygı”(3 madde) olmak üzere 4 alt boyut ve 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 1 (Kesinlikle katılmıyorum) ile 5 (Kesinlikle katılıyorum) arasında değişen 5’li Likert tipi bir ölçeklendirmeye sahiptir. Araştırmacıların yürüttüğü çalışmalar sonucu, boş zaman deneyimi ölçeğine dair her bir boyut için sırasıyla .76,.78,.89,.73 Cronbach alfa değerleri ile “oldukça güvenilir” aralıklarında yer almıştır (Caldwell ve ark., 1992).

Ölçek maddelerinin Türkçe formunun oluşturulması sürecinde, geri çeviri tekniği (Hambleton, 2005) yöntemi benimsenmiştir. Bu yöntemle, orijinal İngilizce form üç farklı tercüman tarafından Türkçeye çevrilmiş ve araştırmacılar tarafından bu çeviriler tek bir forma indirgenmiştir. Elde edilen Türkçe form daha sonra iki ayrı tercüman tarafından İngilizceye çevrilerek orijinal ölçekle karşılaştırılmıştır. Rekreasyon alanında uzmanlaşmış üç ayrı akademisyen, gerekli düzeltmeleri yaparak nihai Türkçe formun oluşturulmasına katkıda bulunmuştur.

### **Verilerin Toplanması**

Bu çalışmada, öncelikle "Leisure Experience Battery for Adolescents" ölçeğinin Türkçe uyarlama talebi, orijinal formun geliştiricilerine elektronik posta aracılığıyla iletilmiş ve kabul edilmiştir. Ayrıca, çalışma Helsinki Deklarasyonu Prensipleri'ne uygun olarak yürütülmüştür. Örneklem grubuna araştırmacının hakkında kısa bir bilgilendirme metni sunulmuş ve ardından katılmak isteyip istemediklerine ilişkin bir soru sorulmuştur. Araştırmada kişisel bilgi kapsamında cinsiyet ve yaş bilgileri alınarak, ölçek 331 kişi tarafından gönüllü ve yüz yüze olarak yanıtlanmıştır.

### **Verilerin Analizi**

Verilerin analizinde ölçek uyarlama basamakları izlenmiş, veriler SPSS 25 paket programıyla ve Lisrel 8.80 programıyla değerlendirilmiştir. Var olan ölçüm aracının Türk popülasyonuna uygunluğunun test edildiği araştırma sürecinde çeviri aşamalarının ardından elde edilen veriler açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi ile sınanmıştır. İç tutarlılık katsayıları da belirlenen ölçüm aracının Türk popülasyonunda geçerliliği ve güvenilirliği yetişkin örnekleme özelinde sınanmıştır. Ölçek uyarlama sürecinde izlenen aşamalara aşağıda yer verilmektedir.

- İhtiyaca yönelik ölçülecek kavrama karar verilmesi
- Çevirisi yapılacak uygun ölçeğin belirlenmesi
- Çeviri süreçlerinin yapılandırılması
- Çevirilerin karşılaştırılması
- Geri çevirme yöntemi
- Çeviri teste ilk şeklini verme
- Dil geçerliği süreçlerinin izlenmesi
- Türkçeye çevrilmiş olan testin ilk şeklini verme
- Pilot uygulama yapılması
- Türkçe ölçeğin pilot uygulamasının istatistiksel analizleri



- Ölçeğe son şeklinin verilmesi ve büyük örnekleme uygulanması
- Ölçek sonuçlarının güvenirlik ve geçerlilik çalışmalarının yapılması
- Uyarlama sürecinin raporlanması

## BULGULAR

**Tablo 1.** Boş zaman deneyimi ölçeğinin örnekleme grubu yeterlilik analizi sonuçları

KMO ve Bartlett's Testi	
Kaiser- Meyer- Olkin Örnekleme Uyum Ölçüsü Bartlett Küresellik Testi	0,772
	$\chi^2$ 1729,993
	df 105
	p 0,000

Kaiser- Meyer- Olkin Örnekleme Uyum Ölçüsü Bartlett Küresellik Testi bulguları incelendiğinde örnekleme grubunun analizlerin yapılması adına yeterli olduğu saptanmıştır.

**Tablo 2.** Boş zaman deneyimi ölçeğine yönelik açıklayıcı faktör analizi ve güvenirlik analizi sonuçları

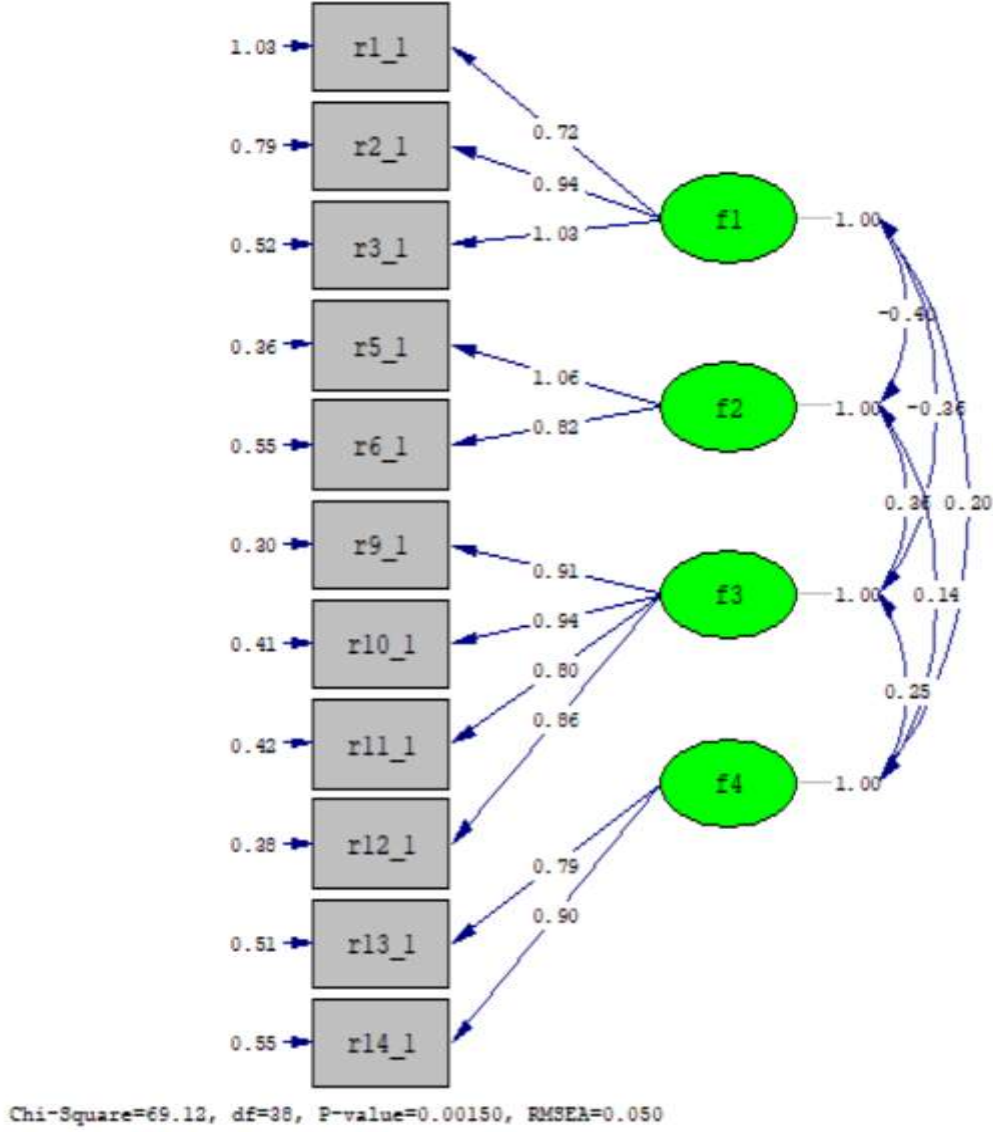
Boyutlar	Madde	$\alpha$	Faktör yükleri	Açıklanan varyans
Sıkılma	Boş zamanlarımın bitmeyecekmiş gibi görüldüğü durumlar oluyor.	.76	.813	34,10
	Boş zamanlar çok sıkıcı.		.868	
	Boş zamanlarımda yaptığım şeylerden genelde hoşlanmıyorum ama başka ne yapacağımı bilmiyorum.		.706	
Farkındalık	Yaşadığım çevrede, boş zamanlarımda yapılacak heyecan verici şeylerin olduğunu farkındayım.	.78	.872	18,59
	Birçok şeyin yapılabileceği yerlerin olduğunu biliyorum.		.892	



Mücadele	Boş zamanlarımda yeteneklerimin biraz üzerinde olan etkinlikler yapmayı severim.	.89	.873	12,92
	Boş zamanlarımda meydan okuyucu şeyleri yapmayı severim.		.850	
	Boş zamanlarımda bilinmeyen şeyleri denemeye hevesliyimdir.		.825	
	Boş zamanlarımda yeteneklerimi zorlayan şeyleri yapmak kendimi iyi hissettiriyor.		.858	
Kaygı	Boş zamanım varsa ve planladığım hiçbir şey yoksa kendimi çok kötü hissederim.	.73	.869	10,20
	Hafta sonu yapacak bir şeyim olmadığında oldukça gergin olurum.		.875	
Boş zaman deneyimi Toplam		.60		75,82

Açımlayıcı faktör analizi sürecinde faktör yüklerine dair kesme değeri .30 olarak alınmıştır. Orijinal ölçüm aracında yer alan negatif maddeler olan 4, 8 ve 15. Maddeler açımlayıcı faktör analizinde döndürülmüş bileşenler analizi kapsamında çıkartılarak yapı tekrar sınanmıştır. Elde edilen yapıda 7. maddenin faktör yükü karşılanmadığından 7. Madde de ölçekten çıkartılmış ve 11 maddelik 4 alt boyutlu yapı elde edilmiştir. Toplam varyansın %75 inin açıklandığı yapıda saptanan faktör yüklerinin .70 ile .89 arasında değiştiği gözlemlenmiştir. Güvenirlik analizlerinde alt boyutlarda .73 ile .89 arasında değişen yüksek güvenirlikler elde edilmiş, toplam güvenirlik katsayısı .60 olarak belirlenmiştir.





Şekil 2: Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı

Tablo 3. Boş Zaman Deneyimi ölçeğinin uyum değerleri ve standart uyum değerleri

Uyum İndeksi	Kabul Edilebilir Değer	Elde Edilen Değer
Ki-Kare / Serbestlik Derecesi	$\leq 5.00$	1,81



Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI)	$\geq 0.90$	0,98
Standartlaştırılmış Hata Kareleri Ortalamasının Kökü (SRMR)	$\leq 0.10$	0,03
Uyum iyiliği indeksi (GFI)	$\geq 0.90$	0,96
Yaklaşım Hatasının Kareli Ortalamasının Karekökü (RMSEA)	$\leq 0.08$	0,05

Kaynak: Schumacker ve Lomax, 2004.

### **Tartışma ve Sonuç**

Boş zaman deneyimi ölçeğinin yetişkin bireylerde psikometrik özelliklerinin incelendiği araştırma bulguları; Boş zaman deneyimi ölçeğinin Türk popülasyonunda yetişkin örnekleminde geçerli ve güvenilir bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Elde edilen bulgular yapının mevcut araştırmada doğrulandığı yönündedir ( $\chi^2/df=1,81$ ; RMSEA=0,05, SRMR=0,03; CFI=0,98; GFI=96). Güvenirlilik katsayıları .73 ile .89 arası değişen ölçüm aracının 4 alt boyutlu yapısının korunduğu belirlenmiştir. Sıkılma, farkındalık, mücadele ve kaygı alt boyutlarından oluşan ölçüm aracı 11 maddeden oluşmakta olan ölçüm aracından alınabilecek en düşük puan 11 iken en yüksek puan 55'tir. Katılımcıların puanları arttıkça boş zaman deneyimi düzeylerinin de artış gösterdiği söylenebilir.

Boş zaman, bireysel olarak tanımlanmış hoş deneyimlerin yaşanması açısından karmaşık bir insan ihtiyacıdır. Her etmen kendi zevklerine göre boş zamanın sınırlarını tanımlar, ihtiyaçlarını karşılamak için farklı kaynaklara sahiptir ve isteklerine bağlı olarak bir sonuca birçok farklı şekilde değer verebilir. Boş zaman, farklı insanlar için farklı şeyler olabilir: Bir kişi için iş olan bir faaliyet, bir başkası için olumlu bir zevk getirebilir. Bu düşünceler, bireyin zevklerine ve becerilerine ve kaynakların mevcudiyetine bağlı olacaktır. Bu doğrultuda belirli bir boş zaman deneyiminden elde edilen tatmin düzeyi, nihayetinde bireysel mutluluğun önemli bir belirleyicisi olacaktır denilebilir (Ataca Amestoy, Serrano del rosal ve Vera Toscana, 2008). Boş zaman değerlendirme etkinlikleri kendini ödüllendirme gibi unsurları içeren, zorunlu olmayan boş zamanlarda meydana gelen ve özgür seçim sonucunda gerçekleşen bir deneyim olarak kavramsallaştırılmaktadır (Manfredo, Driver ve Tarrant, 1996). Boş zaman deneyimi geçici ve karmaşıktır ve insanların boş zaman deneyimlerini yorumlamaları zamanla değişiklik gösterebilmektedir. Boş zaman deneyimi çok boyutlu, geçici ve çok aşamalı olarak nitelendirilmesine rağmen, boş zaman deneyimlerinin karmaşıklığını ve dinamiklerini araştıran az sayıda çalışma bulunmaktadır (Lee, Dattilo ve Howard, 1994). Boş zaman deneyimi kilit bir alandır, çünkü boş zaman deneyimi, başkalarıyla etkileşimleri içeren boş zaman katılımının birincil sonuçları olarak görülür hale gelmiştir (Akyıldız ve Argan, 2010).

Boş zaman deneyimi bireyler üzerinde sosyal, kültürel ve psikolojik etkilere sahip bir parametredir. Boş zaman deneyimi bireylerin gerçekleştirdikleri etkinlikleri ve bu aktivitelerden elde ettikleri verimi olumlu ya da olumsuz olarak değerlendirmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Akova, Şahin ve Öğretmenoğlu, 2019). Boş zaman deneyimi;



rekreasyonistlerin, bilim adamlarının ve rekreasyon kaynaklarına daire yöneticilerinin kullandıkları bir parametredir. İnsanların rekreasyona katılımlarına ilişkin gerekçelerin çeşitli araştırmalarda farklı sonuçlar ortaya koyduğu görülmektedir (Hull ve diğ., 1996). Bir araştırmacının boş zaman deneyimlerini incelerken dikkate alabileceği çok sayıda mevcut paradigma, çerçeve ve yaklaşım bulunmaktadır (Veal, 2007). Boş zaman deneyimi araştırmalarında karşılaşılan başlıca zorluklardan biri, bir boş zaman deneyiminin gelgitini en iyi karakterize edecek anlamlı ve göze çarpan boyutların seçimi olduğu ifade edilmektedir (Hull ve diğ., 1996). Boş zaman deneyiminin yaşanması ile ilgili günlük dünyadan ayrılma duygusu, kişinin eylemlerinde seçme özgürlüğü, olaya bir zevk duygusu veya zevkli bir katılım, kendiliğindenlik, zamansızlık, yaratıcı hayal gücü, macera ve keşif duygusu ve kendini gerçekleştirme olabileceği gibi (Gunter, 1987); hisset ve düşün deneyimi, eylem ve ilişki deneyimi ve duyu deneyimi gibi yönleriyle de incelenmektedir (Akyıldız ve Argan, 2010). Bir diğer araştırmada boş zaman spor etkinlik deneyimi incelenmiş ve mevcut araştırma bulgularından farklı olarak kişisel gelişim, sosyal etkileşim, etkinlik yeri, kaçış, duygusal yön ve profesyonel destek aktif katılım temelli boş zaman spor etkinlik deneyim boyutları elde edilmiştir (Çevik, 2020). Mevcut araştırmada elde edilen sıkılma, farkındalık, mücadele etme, kaygı alt boyutlarının Barnett'in (2005 yılında yaptığı araştırmada benzer şekilde ele alındığı gözlemlenmektedir. Çok boyutlu olan boş zaman deneyimi özelliğinin farklı bakış açılarıyla değerlendirilmesi literatürde yerini almaktadır.

Göktürk 2009 yılında boş zaman deneyimi bataryasını 18-22 yaş arasında üniversite öğrencilerinde sınamıştır. Orijinal ölçek geliştirme çalışmasında ve Göktürk'ün (2009) uyarlama çalışmasında yer alan yaş kısıtının mevcut araştırmada 18 yaş üzeri yetişkin bireyler örnekleme sınanarak ile genişletilmesi söz konusudur.

Boş zaman deneyimi ölçeği alt boyutları arasında yer alan sıkılma alt boyutuna dair geliştirilen boş zaman sıkılma algısı ölçeği (Iso-Ahola & Weissinger, 1990), 2014 yılında Kara, Gürbüz ve Öncü tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Türkçe uyarlama çalışmasında mevcut araştırmayla benzer şekilde 312 katılımcıyla araştırma gerçekleştirilmiş. Açıklayıcı Faktör Analizi ve ölçeğin yapı geçerliğini test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. KMO 0.83 olarak belirlenmiş ve Barlett'in küresellik testi anlamlı bulgu ortaya koymuştur ( $x^2=1074,00$ ,  $df=120$ ,  $p=0,000$ ). Örneklem büyüklüğü yeterli bulunduğundan AFA yapılmış, açıklayıcı faktör analizinde iki alt boyutlu bir ölçüm aracı elde edilmiştir. Ölçek 10 maddeden oluşmaktadır; genel ölçek için madde faktör yükleri 0,38 ile 0,83 arasında değişmektedir. Alt ölçekler için Cronbach Alpha katsayısı can sıkıntısı için 0.72 ve doyum/tatmin için 0.77 olarak belirlenmiştir. Boş Zamanda Can Sıkıntısı Ölçeğinin Türkçe uyarlamasının Türk yetişkinlerinin boş zaman can sıkıntısı düzeylerini incelemek ve değerlendirmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabilmesi sonucuna ulaşılmıştır.

Boş zaman kaygısı ölçeği (Ackerman, 2002), bireylerin boş zamanı duygusal olarak ele alma yeteneklerinde nasıl farklılık gösterdiğinin anlaşılmasına katkıda bulunma amacıyla geliştirilmiştir. Bu çalışma, boş zaman deneyimine yönelik bir tür içsel kısıtlama veya belirli



bir duygusal engellerin belirlenmesini hedeflemektedir. Kaygı genellikle bilişsel-endişe ve/veya duygusal-uyarılma veya somatik bileşenleri içeren çok boyutlu bir yapı olarak yorumlanır. 63 taslak soru ile başlayan ölçüm aracı geliştirme aşamaları uzman görüşleriyle 40 maddeye indirilmiştir. Pilot uygulamanın ardından 38 maddeye indirilmiş ve hedef gruba uygulanan veri toplama aracı ile yapı geçerliliği sınanmıştır. Yapılan analizler madde havuzunun 30'a düşürülmesi sonucunu ortaya çıkartmıştır.

Rekreasyon farkındalık ölçeği (Ekinci ve Özdilek, 2019), üniversite öğrencilerinin gerçekleştirdikleri rekreasyonel etkinliklerin kazanımları konusunda ne derece farkındalık sahibi olduklarını belirlemek adına hazırlanmıştır. Araştırmada alan yazın incelemesi sonucunda 55 soruluk anket formu oluşturulmuş, uzman görüşlerinin ardından 45 soruluk forma indirgenmiştir. Pilot uygulama sonucunda düşük madde yüküne sahip (.288) bir sorunun çıkarılmasının ardından 44 sorudan oluşan form ile veri toplanarak AFA ile analizler uygulanmıştır. Elde edilen bulgular toplam varyansın %43.327'sinin açıklandığı yönündedir. Alan yazın incelenerek birinci boyut, Zevk/Eğlence 1–10 ( $\alpha=.885$ ), ikinci boyut, Sosyal/Başarı 11–28 ( $\alpha=.905$ ), üçüncü boyut Kişisel Gelişim 29–41 ( $\alpha=.884$ ) şeklinde adlandırılmıştır. Şekillenen örtük yapı doğrulayıcı faktör analizi ile analiz edilmiştir. Bulgular, 41 soru ve 3 faktörün yapısının doğrulandığını ortaya koymaktadır. Sonuçlar mevcut araştırmayla benzer şekilde geçerli ve güvenilir bir araç elde edildiğini göstermektedir.

Rekreasyon deneyim tercihi gibi ölçüm araçlarının literatürde yerini aldığı belirlenmiştir. Manfredi, Driver ve Tarrant'ın (1996) çalışmalarından yola çıkılarak Türkçe'ye uyarlanan Rekreasyon deneyimi tercih ölçekleri motivasyon teorisi kapsamında geliştirilmiştir. Rekreasyon Deneyim Tercihi Ölçeği (RDTÖ), insanların rekreatif etkinlik deneyim tercihlerini ölçmek amacıyla Manfredi ve diğ., (1996) tarafından geliştirilmiştir. Ayar, Karaküçük ve Ayyıldız Durhan, 2019 Rekreasyon Deneyim Tercihi Ölçeğinin Türkçe uyarlamasının yapılması ve geçerlik, güvenirlik çalışmasını gerçekleştirilmesini amaçlamıştır. RDTÖ park rekreasyonu katılımcılarının açık alan rekreasyonuna katılımlarından ve bu yolla edindikleri deneyimlerden aldıkları faydaları araştıran bir ölçektir (Manfredi, Driver ve Tarrant, 1996). Yapının geçerliliğini ve doğruluğunu test etmek üzere doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. DFA'nın mevcut araştırmayla benzer şekilde yapı geçerliliğine kanıt oluşturduğu görülmektedir (RMSEA .088, NFI 0.91, CFI 0.93, NNFI 0.96,  $\chi^2/df$  4.77).

Literatürde boş zamanlara yönelik farkındalık, sıkılma, boş zaman zorluğu ve boş zaman kaygısını içeren, tüm özellikleri aynı kapsam içinde değerlendiren özellikle Türkçe literatürde ölçüm araçlarının sınırlı olduğu gözlemlenmektedir. Alanda duyulan bu ihtiyacın giderilmesi bakımından uyarlanan ölçüm aracının literatüre katkı sağladığı düşünülmektedir.



## KAYNAKLAR

- Ackerman, C. N. (2002). *Development and validation of a leisure anxiety scale*. University of Denver. PhD thesis.
- Akova, O., Şahin, G., ve Öğretmenoğlu, M. (2019). Rekreasyon deneyiminin psikolojik iyi oluş üzerine etkisi: Y kuşağı üzerinde bir araştırma. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 124-139.
- Akyıldız, M. (2010). Boş Zaman Pazarlamasında Deneyimsel Boyutlar: 2009 Rock'ncoke Festivali Katılımcılarına Yönelik Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Sağlık bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Akyıldız, M., & Argan, M. (2010). Leisure experience dimensions: a study on participants of Ankara festival. *Pamukkale journal of sport sciences*, 1(2), 25-36.
- Ateca-Amestoy, V., Serrano-del-Rosal, R., & Vera-Toscano, E. (2008). The leisure experience. *The Journal of Socio-Economics*, 37(1), 64-78.
- Austin, D. R., & Crawford, M. E. (2001). *Therapeutic recreation: An introduction* (3rd ed.). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Ayar, H., Karaküçük, S., Ayyıldız Durhan, T. (2019). *Rekreasyon Deneyim Tercihi Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması*. 5. Uluslararası Sosyal Beşeri ve Eğitim Bilimleri Kongresi, İstanbul, Türkiye, 19 - 20 Aralık 2019
- Barnett, L.A. (2005) Measuring the ABCs of Leisure Experience: Awareness, Boredom, Challenge, *Distress, Leisure Sciences*, 27:2, 131-155, DOI: 10.1080/01490400590912051
- Breejen, L. (2007). The experiences of long distance walking: A case study of the West Highland Way in Scotland. *Tourism Management*, 28, 1417-1427.
- Caldwell, L. L. ve Smith, E. (2006). Leisure as a context for youth development and delinquency prevention. *Australian & New Zealand Journal of Criminology*, 39(3), 398-418.
- Caldwell, L.L., Smith, E.A., & Weissinger, E. (1992). Development of leisure experience battery for adolescents: Parsimony, stability, and validity. *Journal of Leisure Research*, 24(4), 361-376.
- Çetiner, H.(2022). Rekreasyon Deneyimi. Türkiye turizm Ansiklopedisi, ed. Kozak, N.& Kozak, M., Detay Yayıncılık, 80-81.
- Çevik, H. (2020). *Boş Zaman Spor Etkinlik Deneyimi: Aktif katılım Temelli Bir araştırma*. Anadolu Üniversitesi, Doktora tezi, Eskişehir.
- Ekinci, N. E., & Ozdilek, C. (2019). Investigation of University Students' Awareness of Recreational Activities, *International Online Journal of Educational Sciences*, 11(2), 53-66
- Göktürk, S. (2009). A study of the leisure experience of Turkish University students. *College Student Journal*, 43 (2).



Göral, Ş. (2020). *Boş Zaman Eğitiminin Akademik Erteleme Davranışına Etkisi*. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara.

Gunter, B.G. (1987) The Leisure Experience: Selected Properties, *Journal of Leisure Research*, 19:2, 115-130, DOI: 10.1080/00222216.1987.11969682

Hoch, S. J. (2002). Product experience is seductive. *Journal of Consumer Research*, 29, 448-454.

<https://sozluk.gov.tr/>; Erişim tarihi: 08.05.2022.

Hull , R.B., Michael , S.E., Walker, G.J., & Roggenbuck , J.W.(1996) Ebb and flow of brief leisure experiences, *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 18:4, 299-314, DOI: 10.1080/01490409609513290

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.

Kara, F., Gürbüz, B., Öncü, E. (2014). Leisure Boredom Scale: the Factor Structure and the Demographic Differences *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 16(2), 28-35 DOI: 10.15314/TJSE.201428102

Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme*, 4. baskı, Ankara: Gazi Kitabevi.

Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme*, 6. baskı, Ankara: Gazi Kitabevi.

Kelly, J. R. (2012). *Leisure* (4th Edition), Illinois: Sagamore Publishing LLC, 385.

Kraus, R. (2001). *Recreation and Leisure in Modern Society*, 6th Edition, Sudbury: Jones & Bartlett, MA, 24.

Larson, R. & Richards, M. (1989). The changing life space of early adolescence(special issue). *Journal of Youth and Adolescence*, 19, 501-626.

Lee, B. and Shafer, C.S. (2002). The dynamic nature of leisure experience: an application of affect control theory. *Journal of Leisure Research*, 34(3), 290-311.

Lee, Y., Dattilo, J., & Howard, D. (1994) The Complex and Dynamic Nature of Leisure Experience, *Journal of Leisure Research*, 26:3, 195-211, DOI: 10.1080/00222216.1994.11969956

Manfredo , M.J., Driver, B.L. & Tarrant, M.A. (1996) Measuring Leisure Motivation: A Meta-Analysis of the Recreation Experience Preference Scales, *Journal of Leisure Research*, 28:3, 188-213, DOI: 10.1080/00222216.1996.11949770

Munusturlar, M.A.(2020). *Boş Zamanda Yeni Yönelimler*, 1. Baskı, Gazi Kitabevi, Ankara.

Parker, S. (1971). *The future of world and Leisure*, London: Mac Gibbmon & Kee.



- Pieper, J. (1963). *Leisure: The basis of culture*. New York: Random House, 43.
- Schumacker, R.E, Lomax, R.G. (2004). *A Beginner's Guide To Structural Equation Modelling*, Second Edition, Lawrence Erlbaum Associates, Inc. 81-82.
- Smale, B. (2010). *Leisure and Culture: A Report of the Canadian Index of Wellbeing (CIW)* , Canadian Index of Wellbeing, s.1- 147.
- Soylu, Y. ve Siyez, D. M. (2014). Boş Zaman Can Sıkıntısı Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Ege Eğitim Dergisi*, 15 (1), 80-95.
- Tinsley, H. E.A.& Tinsley, D.J. (1986) A theory of the attributes, benefits, and causes of leisure experience, *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 8:1, 1-45, DOI: 10.1080/01490408609513056
- Torkildsen G. (1993). *Leisure and Recreation Management*, 2 nd Edition, E and FN Spon Press, London.
- Veal, A.J. (2017) The Serious Leisure Perspective and the Experience of Leisure, *Leisure Sciences*, 39:3, 205-223, DOI: 10.1080/01490400.2016.1189367