

Antrenör Adaylarının Boş Zaman Eğitimi

Tebessüm AYYILDIZ DURHAN*¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi. <https://orcid.org/0000-0003-2747-6933>

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 08.03.2020

Kabul Tarihi: 06.06.2020

DOI: 10.30769/usbd.700551

Online Yayın Tarihi: 30.06.2020

Öz

Bu araştırmanın amacı antrenör adaylarının boş zaman eğitimi düzeylerini belirlemek ve farklı değişkenlerin bu düzeyi ne doğrultuda değiştirdiğini incelemektir. Çalışma grubunu Ankara ilinde voleybol, pilates, artistik cimnastik, tenis ve halk oyunları branşlarında açılan 1. kademe antrenörlük kurslarına katılan 274 antrenör adayı oluşturmaktadır. Araştırmada Munusturlar (2014) tarafından geliştirilen 36 madde ve 7 alt boyuttan oluşan “Boş Zaman Eğitimi Ölçeği” kullanılmıştır. Veriler betimleyici istatistikler, bağımsız örneklem T test, tek yönlü varyans analizi ANOVA ve Doğrulayıcı Faktör Analizi testleri ile analiz edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; katılımcıların boş zaman eğitimi düzeyi ortalamanın altında iken ($119,93 \pm 15,05$), alt boyutlar arasında en yüksek ortalamayı farkındalık alt boyutu ($21,22 \pm 3,59$) en düşük ortalamayı ise problem çözme ($13,83 \pm 5,02$) alt boyutu ortaya koymuştur. Sonuç olarak; antrenör adaylarının boş zaman eğitimi düzeylerinin ortalamanın altında kaldığı, belirli değişkenlerin boş zaman eğitimini değiştirdiği belirlenmiştir. Antrenör adaylarının eğitim programlarına boş zaman eğitimine dair derslerin eklenmesi ve dolayısıyla boş zaman eğitimine yönelik bilincin artırılması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Antrenör, aday, boş zaman eğitimi.

Leisure Education of Trainer Candidates

Abstract

The aim of this study is to determine the levels of leisure education of trainer candidates and to examine how different variables change this level. The study group consists of 274 trainer candidates participating in 1st level coaching courses in volleyball, pilates, artistic gymnastics, tennis and folk dances. In the study, “Leisure Education Scale”, consisting of 36 items and 7 sub-dimensions, was developed by Munusturlar (2014) is used. The data were analyzed by descriptive statistics, independent sample T test, one-way ANOVA and Confirmatory Factor Analysis. According to the findings of the study; while the participants' level of leisure education was lower than the average ($119,93 \pm 15,05$), the highest mean revealed in awareness sub-dimension ($21,22 \pm 3,59$) and the lowest average was problem-solving ($13,83 \pm 5,02$) sub-dimension. As a result; It was determined that leisure education levels were below average and certain variables changed leisure education. It is recommended to add courses on the leisure education to the trainers' training programs and hence increase the awareness of leisure education.

Keywords: Trainer, candidate, leisure education.

* **Sorumlu Yazar:** Tebessüm AYILDIZ DURHAN, **Eposta:** tebessum@gazi.edu.tr

GİRİŞ

Belli bir konuda bilgi ve beceri kazandırma, yetiştirme ve geliştirme işi olarak tanımlanan eğitim (TDK, 2005) her toplumda özel bir öneme sahiptir. Çünkü insanlar doğdukları andan itibaren, bazen hayatta kalmak gibi zorunlu, bazen meslekte ilerlemek gibi beklenen, bazen boş zamanlarını değerlendirmek gibi keyfi, bazen yaşam sorunlarını çözmek gibi öncelikli amaçları için eğitime gereksinim duyarlar. Okul eğitimi belli dönemlerde bu gereksinmeyi karşılarsa da bunu yaşam boyu devam ettirmesi mümkün değildir (Arslan, 2010). Boş zaman, eğitim, iş ve sağlık hakları olduğu gibi temel bir insan hakkıdır. Cinsiyet, cinsel yönelim, yaş, ırk, inanç gibi sebeplerle hiç kimse bu haktan mahrum edilmemelidir. Toplumlar karmaşık ve birbiriyle ilişkilidir ve boş zaman değerlendirme olgusu diğer yaşam hedeflerinden ayrılmaz. Fiziksel, zihinsel ve sosyal iyilik haline ulaşmak için, bir birey veya grup özlemleri tanımlayıp gerçekleştirebilmeli, ihtiyaçları karşılayabilmeli ve çevre ile pozitif olarak etkileşime girebilmelidir. Bu nedenle boş zaman, yaşam kalitesini yükseltmek için bir kaynak olarak görülmektedir. Bununla birlikte, artan memnuniyetsizlik, stres, can sıkıntısı, fiziksel aktivite eksikliği, insanların günlük yaşamlarında yaratıcılığın eksikliği ve yabancılaşma dünyadaki birçok toplumu karakterize etmektedir. Tüm bu özellikler boş zaman davranışı ile hafifletilebilir ve boş zaman davranışı boş zaman eğitimi ile şekillendirilebilir (Sivan ve Ruskin, 2000:1). Boş zamana yönelik zorluklar yönetildikçe, insanlar içsel olarak motive olma, akış sağlama, kendi kendine karar verme ve optimum uyarılma, pozitiflik ve zevk alma ile karşılaşma gibi olumlu deneyimlere yönelme eğilimindedir. Bu olumlu deneyimler, bireyleri boş zaman deneyimlemenin, mutlu olmanın ve gelişmenin nihai hedeflerine doğru yönlendirir (Dattilo, 2015).

Boş zamanların etkili ve verimli kullanılması gerekliliğinin önünü açan boş zaman eğitimi kavramı; boş zaman tutumlarının, değerlerinin, bilgisinin, becerilerinin ve kaynaklarının geliştirilmesini içeren yaşam boyu öğrenme süreci olarak tanımlanabilir (Sivan ve Ruskin, 2000:1). Boş zaman eğitimi; eğitim deneyiminin kısıt olmadan, özgürce seçilmiş, tatmin edici ve kültürel açıdan uyum gösteren biçimi olduğu söylenebilir (McFee ve Tomlinspn, 1997:202). Yeni bir öğrenme aracı olarak boş zaman eğitimi; boş zamanın kullanımının öğrenimi, yeni amaç, içerik ve yöntemlerle yeni bir sosyal öğrenme sistemi oluşturma, boş zaman davranışı üretme gibi pek çok açıdan olumlu kazanımlar oluşturmaktadır (Nahrstedt, 2000:66). Boş zaman eğitimi süreci, insanların boş zaman değerlerini belirlemelerine yardımcı olmayı, boş zamanlara katılım için becerilerini geliştirmeyi ve boş zamanlara yönelik olumlu tutumları geliştirmeyi hedeflemektedir. Boş zaman eğitiminin temel amacı insanların yaşam kalitesini arttırmaktır (Sivan, 2000: 115). Boş zaman eğitime giderek artan boş zamana sahip olunması dolayısıyla, insanlara bu boş zaman dilimlerini nasıl dolduracakları öğretilmesinin gerekliliği çerçevesinde yaklaşılmaktadır. Boş zaman eğitimi, spor, sanat, kültür ve benzeri boş zaman konularında eğitim verilmesini içerir (Martin ve Mason, 1987). Diğer yandan bazı kaynaklarda boş zaman eğitimi terapatik rekreasyon ile bağdaştırılsa da, boş zaman eğitimi boş zaman programlarının en temel ögesi durumundadır. Bu modeller toplumsal, bölgesel ya da sistemsal ihtiyaçlara bağlı olarak çeşitlilik gösterebildiği gibi amaca dönük olarak da çeşitlilik arz etmektedir (Munusturlar, 2014:6). Söz konusu modellemelerden biri olan; Dattilo ve Peter'in (1991) ortaya koyduğu, boş zamanları yöneten lider olan antrenörler tarafından teşvik edilen, aile ve arkadaş gruplarının da içinde bulunduğu boş zaman eğitimi modeli örnekleme aşağıda yer almaktadır.



Şekil 1. Boş zaman eğitim modeli örneği

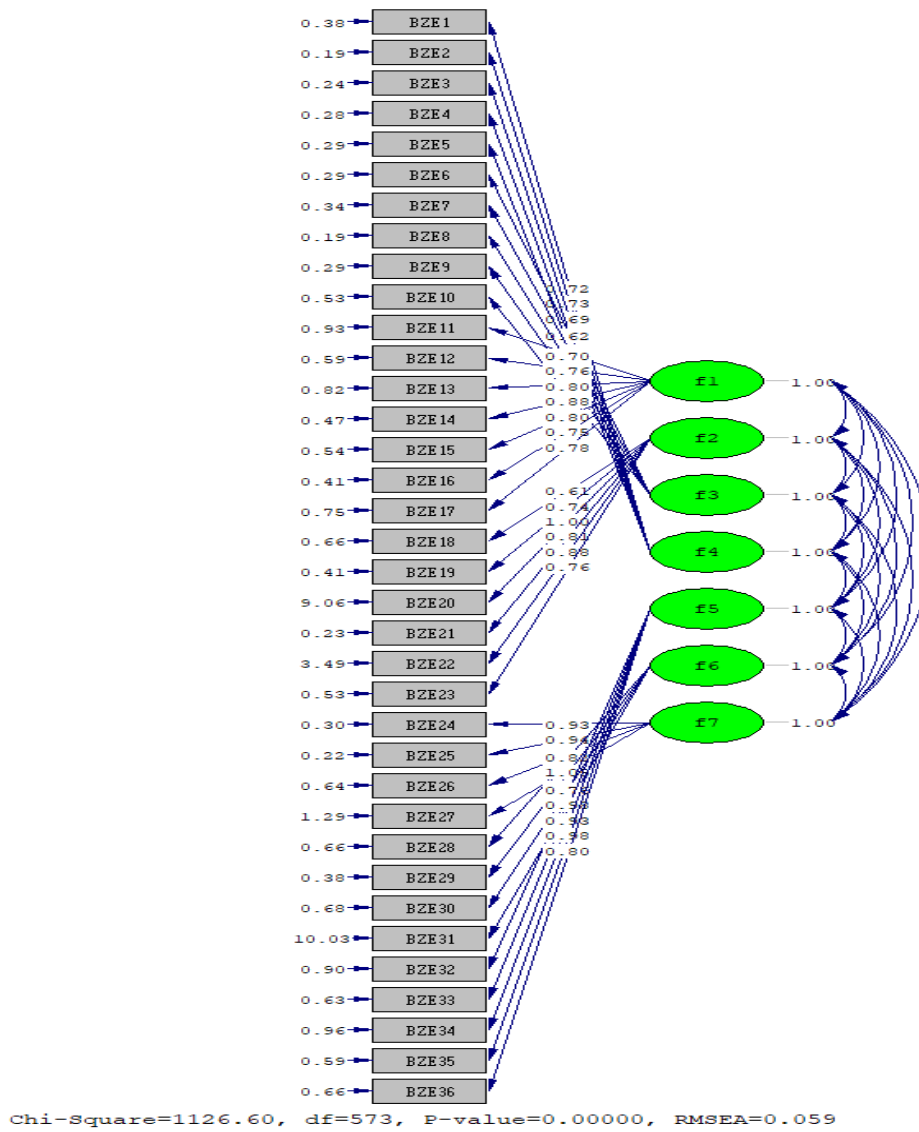
Her ne kadar bilimsel araştırmalarla boş zaman aktivitelerine katılımın bilişsel, duyuşsal, ruhsal ve davranışsal yönden faydalarının kanıtlanması önemliyse de, insanları bu bilgiler ışığında aydınlanarak, boş zaman katılım eylemine geçiremedikten sonra çok fazla bir anlam ifade ettikleri söylenemez. İnsanların boş zaman aktivitelerinin yaşama olan katkılarını öğrenmeleri, bir boş zaman farkındalığının yaratılması, güdülenmeleri, aldıkları bu bilgileri davranışa dönüştürmeleri ve yaşam felsefesi olarak benimsemeleri hem kişisel hem de toplumsal gelişim için büyük bir önem taşımaktadır. Bu noktada önem kazanan kavram boş zaman eğitimidir. Bir bireyin boş zaman eğitim düzeyi ne kadar yüksek ise, bir başka deyişle boş zamanlarını bilinçli, planlı ve akılcı değerlendirme yetisine ne kadar sahipse, boş zamanın sağladığı yararlarından faydalanma olasılığı da o kadar fazladır (Munusturlar, 2014:1). Dolayısıyla bireyin boş zamanını etken, akılcı ve yapıcı bir biçimde değerlendirmesi, onun bu konuda eğitilmesine bağlıdır (Tezcan, 1992).

Eğitimin önemli bir parçası niteliğindeki spor eğitimcileri olan antrenörler hedef kitlenin başarısı, tatmini için sportif taktik, beceri gibi unsurları geliştirmeyi amaçlayan liderler olarak tanımlanmaktadır. Boş zamanları değerlendirmenin önemli bir parçası ve bir alt kümesi olan spor (Spracklen, 2013:4), antrenörlerin boş zamana bakış açılarını da önemli kılmaktadır. Boş zamanını etkin kullanan antrenörler, yetiştirdikleri ve eğitim verdikleri grupları da benzer şekilde yönlendiren bireyler olarak göze çarpmaktadır. Dolayısıyla bu araştırmanın amacı

antrenör adaylarının boş zaman eğitimi düzeylerini belirlemek ve farklı değişkenlerin bu düzeyi ne doğrultuda değiştirdiğini incelemektir.

YÖNTEM

Araştırmada yer alan örneklem grubunu Ankara ilinde voleybol, pilates, artistik cimnastik, tenis ve halk oyunları branşlarında açılan 1. kademe antrenörlük kurslarına katılan 274 antrenör adayı oluşturmaktadır. Veriler kurslar esnasında kolayda örnekleme yöntemiyle toplanmıştır. Araştırmada Munusturlar (2014) tarafından geliştirilen 36 madde ve 7 alt boyuttan oluşan “Boş Zaman Eğitimi Ölçeği” kullanılmıştır. Veriler betimleyici istatistikler, bağımsız örneklem T test, tek yönlü varyans analizi ANOVA, Post Hoc testleri ve Doğrulayıcı Faktör Analizi testleri ile analiz edilmiştir. Bu araştırma için iç güvenilirlik katsayısı .74 olarak belirlenmiştir. Çalışmada kullanılan ölçüm aracının araştırmada yer alan örneklem grubu için uygunluğunu test etmek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları aşağıda yer almaktadır.



Şekil 2. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

Tablo 1. Uyum ölçüleri ve model uyumu için sınır değerleri

Uyum Ölçüsü	İdeal Uygunluk Değerleri	Kabul Edilir Uyum	Uyumsuzluk	Elde edilen değerler
RMSA	0-0.05	0.05-0.09	> 0.10	0.59
CFI	1	0.90-0.99	<0.90	0.96
NNFI	1	0.95-0.99	<0.95	0.95
χ^2/df	≤ 2	2-5	5+	2.03

Kaynak: Özdamar, 2016:185; Özdamar, 2013:242.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde istatistiksel analizler neticesinde elde edilen verilere ilişkin bulgu ve yorumlara yer verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı istatistikler

	Değişken	N=(274)	
		f	%
Cinsiyet	Erkek	144	52,6
	Kadın	130	47,4
	20<	49	17,9
Yaş	20-25	116	42,3
	26-31	43	15,7
	32>	66	24,1
Medeni durum	Evli	61	22,3
	Bekar	213	77,7
	Marmara	55	20,1
En uzun süre yaşanılan yer	Karadeniz	21	7,7
	Ege	53	19,3
	İç Anadolu	94	34,3
	Doğu/Güneydoğu Anadolu	17	6,2
	Akdeniz	34	12,4
Verimli boş zaman	Evet	159	58,0
	Hayır	115	42,0
	Voleybol	48	17,5
	Pilates	42	15,3
Branş	Artistik Cimnastik	35	12,8
	Tenis	42	15,3
	Halk oyunları	37	13,5
	5 yıl<	59	21,5
Spor yapma süresi	5 yıl -10 yıl	79	28,8
	11 yıl-16 yıl	77	28,1
	17 yıl>	59	21,5

Araştırma grubunun çoğunluğunu erkek (%52,6), 20-25 yaş arasında (%42,3), bekar (%77,7), en uzun süre İç Anadolu Bölgesinde yaşamış olan (%34,3), boş zamanlarını verimli değerlendirdiğini düşünen (%58,0), branşı voleybol olan (%17,5), 5 ila 10 yıl arası spor yapmış olan (%28,8) katılımcılar oluşturmaktadır.

Tablo 3. Boş zaman eğitimi ölçeğine ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri

	N=274			
	Min.	Max.	\bar{x}	ss
Boş zaman eğitimi	77,00	179,00	119,93	15,05
Dışsal motivasyon	7,00	35,00	12,72	5,86
Sosyal etkileşim becerileri	6,00	79,00	24,21	6,07
İçsel motivasyon	5,00	25,00	21,14	3,58
Farkındalık	5,00	25,00	21,22	3,59
Sıkıntı (can sıkıntısı)	5,00	25,00	12,54	4,84
Problem çözme	4,00	69,00	13,83	5,02
Zaman yönetimi	4,00	20,00	14,24	3,68

Katılımcıların boş zaman eğitimi düzeyi ortalamasının 8.07 puan altında kalmıştır (119,93±15,05). En yüksek ortalama farkındalık (21,22 ±3,59) en düşük ortalama ise problem çözme (13,83±5,02) alt boyutundadır.

Tablo 4. Boş zaman eğitimi ölçeği boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	t	p
Boş zaman eğitimi	Erkek	144	119,59	15,72	-0,402	0,688
	Kadın	130	120,32	14,32		
Dışsal motivasyon	Erkek	144	13,34	6,28	1,854	0,065
	Kadın	130	12,03	5,29		
Sosyal etkileşim becerileri	Erkek	144	24,09	5,59	-0,338	0,735
	Kadın	130	24,34	6,58		
İçsel motivasyon	Erkek	144	20,71	3,84	2,127	0,034*
	Kadın	130	21,63	3,21		
Farkındalık	Erkek	144	20,88	3,86	-1,656	0,099
	Kadın	130	21,60	3,24		
Sıkıntı	Erkek	144	13,18	5,02	2,307	0,022
	Kadın	130	11,83	4,55		
Problem çözme	Erkek	144	13,69	3,76	-0,477	0,634
	Kadın	130	13,98	6,13		
Zaman yönetimi	Erkek	144	13,67	3,80	-2,746	0,006*
	Kadın	130	14,88	3,45		

*p<0,05

Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile boş zaman eğitimleri arasındaki karşılaştırma incelendiğinde; İçsel motivasyon ve zaman yönetimi alt boyutları ile boş zaman eğitimi arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Buna göre; İçsel motivasyon (t=2,127; p=0,05) ve zaman yönetimi (t=-2,746; p=0,05) alt boyutlarında kadınların lehine anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Tablo 5. Boş zaman eğitimi ölçeği boyutlarının yaşa göre karşılaştırılması

	Yaş	N	\bar{x}	ss	F	p
Boş zaman eğitimi	20<	49	116,85	11,95	1,951	0,122
	20-25	116	120,87	16,30		
	26-31	43	123,53	15,90		
	32>	66	118,24	13,86		
	Toplam	274	119,93	15,05		
Dışsal motivasyon	20<	49	12,16	5,32	4,198	0,006*
	20-25 ^a	116	13,97	6,64		
	26-31	43	12,81	6,21		
	32> ^b	66	10,89	3,72		
	Toplam	274	12,72	5,86		
Sosyal etkileşim becerileri	20<	49	23,24	4,61	2,029	0,110
	20-25	116	23,74	4,84		
	26-31	43	26,02	6,80		
	32>	66	24,59	8,01		
	Toplam	274	24,21	6,07		
İçsel motivasyon	20<	49	20,79	3,53	0,610	0,609
	20-25	116	20,97	3,79		
	26-31	43	21,60	3,40		
	32>	66	21,42	3,35		
	Toplam	274	21,14	3,58		
Farkındalık	20<	49	21,02	3,74	2,772	0,042*
	20-25 ^c	116	20,62	4,01		
	26-31 ^a	43	22,16	3,13		
	32> ^b	66	21,81	2,72		
	Toplam	274	21,22	3,59		
Sıkıntı	20<	49	12,44	4,56	4,848	0,003*
	20-25 ^a	116	13,67	4,98		
	26-31	43	12,06	5,28		
	32> ^b	66	10,93	4,01		
	Toplam	274	12,54	4,84		
Problem çözme	20<	49	13,18	3,80	0,400	0,753
	20-25	116	13,97	3,90		
	26-31	43	13,69	3,47		
	32>	66	14,15	7,75		
	Toplam	274	13,83	5,02		
Zaman yönetimi	20<	49	14,00	3,47	1,328	0,265
	20-25	116	13,91	3,91		
	26-31	43	15,16	3,92		
	32>	66	14,42	3,21		
	Toplam	274	14,24	3,68		

*p<0,05; a>b>c

Yaş değişkeni ile boş zaman eğitimi arasındaki farklılıkların analizinde dışsal motivasyon (F=4,198; p=0,05) farkındalık (F=2,772; p=0,05) ve sıkıntı (F=4,848; p=0,05) alt boyutları ve boş zaman eğitimi arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Grup içi farklılıkların Tukey testi ile analiz edilmesinden elde edilen bulguya göre; Dışsal motivasyon ve sıkıntı alt boyutlarında 20-25 yaş grubu ile 32 yaş üzeri grup arasında olan farklılıkta 20-25 yaş grubu lehine anlamlı farklılık bulunmaktayken, farkındalık alt boyutunda ise 20-25, 26-31 ve 32> yaş grupları arasındaki grup içi farklılıklarda 26-31 yaş arası grup lehine anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Tablo 6. Boş zaman eğitimi ölçeği boyutlarının medeni duruma göre karşılaştırılması

	Medeni durum	N	\bar{x}	ss	t	p
Boş zaman eğitimi	Evli	61	118,22	12,10	-1,005	0,316
	Bekar	213	120,42	15,78		
Dışsal motivasyon	Evli	61	11,14	4,44	-2,407	0,017*
	Bekar	213	13,17	6,14		
Sosyal etkileşim becerileri	Evli	61	24,75	4,48	0,785	0,433
	Bekar	213	24,06	6,45		
İçsel motivasyon	Evli	61	21,75	3,60	1,499	0,135
	Bekar	213	20,97	3,56		
Farkındalık	Evli	61	22,39	3,08	2,924	0,004*
	Bekar	213	20,88	3,66		
Sıkıntı	Evli	61	10,24	4,10	-4,335	0,000*
	Bekar	213	13,20	4,84		
Problem çözme	Evli	61	12,96	3,79	-1,529	0,127
	Bekar	213	14,07	5,30		
Zaman yönetimi	Evli	61	14,96	3,72	1,733	0,084
	Bekar	213	14,04	3,66		

*p<0,05

Katılımcıların medeni durumları ile boş zaman eğitimleri arasındaki karşılaştırma analizinde dışsal motivasyon (t=-2,407; p=0,05) ve problem çözme (t=-1,529; p=0,05) alt boyutlarında bekar olanların, farkındalık alt boyutunda ise evli olanların lehine anlamlı ilişki saptanmıştır.

Tablo 7. Boş zaman eğitimi ölçeği boyutlarının en uzun süre yaşanan bölgeye göre karşılaştırılması

	Bölge	N	\bar{x}	Ss	F	p
Boş Zaman Eğitimi	Marmara	55	117,38	12,61	1,125	0,347
	Karadeniz	21	125,28	21,86		
	Ege	53	120,60	14,07		
	İç Anadolu	94	119,95	15,91		
	Doğu/Güneydoğu Anadolu	17	116,41	15,21		
	Akdeniz	34	121,44	12,13		
	Toplam	274	119,93	15,05		
	Dışsal Motivasyon	Marmara	55	12,21		
Karadeniz		21	15,09	6,80		
Ege		53	11,62	5,64		
İç Anadolu		94	12,95	6,69		
Doğu/Güneydoğu Anadolu		17	12,41	4,31		
Akdeniz		34	13,32	4,58		
Toplam		274	12,72	5,86		
Sosyal Etkileşim Becerileri		Marmara	55	23,54	4,62	0,786
	Karadeniz	21	24,14	8,56		
	Ege	53	25,13	3,99		
	İç Anadolu	94	24,65	7,73		
	Doğu/Güneydoğu Anadolu	17	22,76	5,01		
	Akdeniz	34	23,41	3,94		
	Toplam	274	24,21	6,07		

*p<0,05

Tablo 7. Boş zaman eğitimi ölçeği boyutlarının en uzun süre yaşanan bölgeye göre karşılaştırılması (Devamı)

	Bölge	N	\bar{x}	Ss	F	p
İçsel Motivasyon	Marmara	55	20,87	3,39	0,622	0,683
	Karadeniz	21	21,66	2,65		
	Ege	53	21,52	3,36		
	İç Anadolu	94	21,25	3,97		
	Doğu/Güneydoğu Anadolu	17	20,05	4,82		
	Akdeniz	34	20,94	2,83		
	Toplam	274	21,14	3,58		
Farkındalık	Marmara	55	21,29	3,14	1,010	0,412
	Karadeniz	21	20,90	2,50		
	Ege	53	21,88	3,02		
	İç Anadolu	94	21,15	4,36		
	Doğu/Güneydoğu Anadolu	17	19,70	4,80		
	Akdeniz	34	21,20	2,38		
	Toplam	274	21,22	3,59		
Sıkıntı	Marmara	55	12,01	4,41	2,788	0,018*
	Karadeniz	21	15,14	4,99		
	Ege	53	11,77	4,78		
	İç Anadolu	94	12,09	5,07		
	Doğu/Güneydoğu Anadolu	17	15,00	5,06		
	Akdeniz	34	13,00	4,08		
	Toplam	274	12,54	4,84		
Problem Çözme	Marmara	55	13,36	3,67	0,833	0,527
	Karadeniz	21	14,33	3,42		
	Ege	53	13,90	4,20		
	İç Anadolu	94	13,54	3,97		
	Doğu/Güneydoğu Anadolu	17	13,17	2,98		
	Akdeniz	34	15,29	9,98		
	Toplam	274	13,83	5,02		
Zaman Yönetimi	Marmara	55	14,07	3,36	0,469	0,799
	Karadeniz	21	14,00	4,03		
	Ege	53	14,75	3,76		
	İç Anadolu	94	14,28	4,12		
	Doğu/Güneydoğu Anadolu	17	13,29	3,36		
	Akdeniz	34	14,26	2,73		
	Toplam	274	14,24	3,68		

*p<0,05

Tablo 7 incelendiğinde katılımcıların boş zaman eğitimleri ile en uzun süre yaşadıkları bölge değişkeni arasında sıkıntı alt boyutu dışında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır. Sıkıntı alt boyutunda yer alan anlamlı farklılıkta, gruplar arası farkın bulunması adına Tukey HSD ve LSD testleri uygulandığında bütün bölgelerin birbiri ile anlamlı farklılıklar ortaya koyduğu belirlenmiştir. Grup içi farklılıklarda Karadeniz Bölgesinde yaşayan katılımcıların ($\bar{X}=15,14$) en yüksek sıkıntı düzeyi sergiledikleri, Ege Bölgesinde yaşayanların ise ($\bar{X}=11,77$) en düşük sıkıntı düzeyi ortaya koydukları belirlenmiştir.

Tablo 8. Boş zaman eğitimi ölçeği boyutlarının verimli boş zaman geçirme durumuna göre karşılaştırılması

	Verimli boş zaman	N	\bar{x}	ss	t	p
Boş zaman eğitimi	Evet	159	121,09	16,51	1,499	0,135
	Hayır	115	118,33	12,65		
Dışsal motivasyon	Evet	159	12,40	5,95	-1,075	0,283
	Hayır	115	13,17	5,73		
Sosyal etkileşim becerileri	Evet	159	24,74	6,70	1,714	0,088
	Hayır	115	23,47	5,00		
İçsel motivasyon	Evet	159	21,19	3,40	0,246	0,806
	Hayır	115	21,08	3,82		
Farkındalık	Evet	159	21,25	3,45	0,190	0,849
	Hayır	115	21,17	3,79		
Sıkıntı	Evet	159	12,39	5,08	-0,592	0,554
	Hayır	115	12,74	4,51		
Problem çözme	Evet	159	14,34	5,74	-2,002	0,046*
	Hayır	115	13,12	3,72		
Zaman yönetimi	Evet	159	14,74	3,42	2,670	0,008*
	Hayır	115	13,55	3,93		

*p<0,05

Boş zaman eğitimi ve katılımcıların verimli boş zaman sahip olma değişkenleri arasında yapılan t testi sonuçlarına göre; problem çözme (t=-2,002; p=0,05) ve zaman yönetimi (t=2,670; p=0,05) alt boyutları ile boş zaman eğitimi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki belirlenmiştir. Katılımcılardan verimli boş zamana sahip olduklarını düşünenlerin problem çözme (\bar{X} =14,34) ve zaman yönetimi (\bar{X} =14,74) açısından boş zamanlarını verimli kullanmadıklarını düşünenlere oranla daha yüksek boş zaman eğitimi ortalaması sergiledikleri görülmektedir.

Tablo 9. Boş zaman eğitimi ölçeği boyutlarının branş değişkenine göre karşılaştırılması

	Branş	N	\bar{x}	ss	F	p
Boş Zaman Eğitimi	Voleybol	48	116,75	15,10	3,946	0,001*
	Pilates	42	119,80	12,07		
	Artistik Cimnastik	35	115,77	16,00		
	Tenis	42	121,83	15,50		
	Yüzme	31	127,64	7,70		
	Basketbol	39	114,82	12,23		
	Halk Oyunları	37	124,94	19,77		
	Toplam	274	119,93	15,05		
Dışsal Motivasyon	Voleybol	48	12,70	5,92	2,720	0,014*
	Pilates	42	11,42	3,68		
	Artistik Cimnastik	35	13,05	4,85		
	Tenis	42	13,71	6,44		
	Yüzme	31	9,74	3,07		
	Basketbol	39	14,58	6,67		
	Halk Oyunları	37	13,32	7,73		
	Toplam	274	12,72	5,86		
Sosyal Etkileşim Becerileri	Voleybol	48	23,43	4,90	5,960	0,000*
	Pilates	42	24,97	9,26		
	Artistik Cimnastik	35	21,77	4,07		
	Tenis	42	23,59	4,06		
	Yüzme	31	28,74	2,59		
	Basketbol	39	22,07	4,99		
	Halk Oyunları	37	25,83	7,14		
	Toplam	274	24,21	6,07		

*p<0,05

Tablo 9. Boş zaman eğitimi ölçeği boyutlarının branş değişkenine göre karşılaştırılması (Devamı)

	Branş	N	\bar{x}	ss	F	p
İçsel Motivasyon	Voleybol	48	20,27	3,80	6,228	0,000*
	Pilates	42	21,30	3,26		
	Artistik Cimnastik	35	21,02	2,92		
	Tenis	42	20,95	3,68		
	Yüzme	31	24,09	1,90		
	Basketbol	39	19,48	4,08		
	Halk Oyunları	37	21,72	3,17		
	Toplam	274	21,14	3,58		
Farkındalık	Voleybol	48	20,56	4,08	8,777	0,000*
	Pilates	42	21,71	3,07		
	Artistik Cimnastik	35	20,57	2,83		
	Tenis	42	21,90	2,90		
	Yüzme	31	24,22	1,80		
	Basketbol	39	18,76	4,13		
	Halk Oyunları	37	21,43	3,37		
	Toplam	274	21,22	3,59		
Sıkıntı	Voleybol	48	12,47	4,44	9,280	0,000*
	Pilates	42	12,54	4,19		
	Artistik Cimnastik	35	13,40	3,72		
	Tenis	42	13,73	4,76		
	Yüzme	31	7,12	3,58		
	Basketbol	39	13,94	4,21		
	Halk Oyunları	37	13,51	5,75		
	Toplam	274	12,54	4,84		
Problem Çözme	Voleybol	48	13,72	3,60	0,780	0,587
	Pilates	42	13,50	3,68		
	Artistik Cimnastik	35	13,40	10,24		
	Tenis	42	14,21	3,46		
	Yüzme	31	15,19	3,45		
	Basketbol	39	12,84	3,86		
	Halk Oyunları	37	14,21	4,13		
	Toplam	274	13,83	5,02		
Zaman Yönetimi	Voleybol	48	13,56	3,79	11,601	0,000*
	Pilates	42	14,33	3,19		
	Artistik Cimnastik	35	12,54	3,29		
	Tenis	42	13,71	3,54		
	Yüzme	31	18,51	3,09		
	Basketbol	39	13,10	3,01		
	Halk Oyunları	37	14,89	3,04		
	Toplam	274	14,24	3,68		

*p<0,05

Boş zaman eğitimi ölçeği ve spor branşları arasında yapılan Anova testi sonuçlarına göre toplam puanlar ($F=3,946$; $p=0,05$), dışsal motivasyon ($F=2,720$; $p=0,05$), sosyal etkileşim becerileri ($F=5,960$; $p=0,05$), içsel motivasyon ($F=6,228$; $p=0,05$), farkındalık ($F=8,777$; $p=0,05$), sıkıntı ($F=9,280$; $p=0,05$) ve zaman yönetimi ($F=11,601$; $p=0,05$) alt boyutları ve spor branşları arasında anlamlı farklılıklar bulunmaktadır. Buna göre grup içi farklılıklara yönelik LSD testine bakıldığında; toplam puanlarda, içsel motivasyon ve farkındalık alt boyutunda en yüksek ortalamayı yüzme, en düşük ortalamayı basketbol branşı elde etmiştir. Dışsal motivasyon ve sıkıntı alt boyutlarında ise tam tersi olarak basketbol en yüksek, yüzme en düşük ortalamayı almıştır. Sosyal etkileşim becerileri ve zaman yönetimi alt boyutlarında ise yüzme en yüksek, artistik cimnastik en düşük ortalamayı elde etmiştir.

Tablo 10. Boş zaman eğitimi ölçeği boyutlarının spor yapma süresine göre karşılaştırılması

	Spor yapma süresi	N	\bar{x}	ss	F	p
Boş Zaman Eğitimi	5 yıl<	59	120,50	14,59	1,046	0,373
	5 yıl -10 yıl	79	118,29	13,48		
	11 yıl-16 yıl	77	119,12	16,94		
	17 yıl>	59	122,62	14,84		
	Toplam	274	119,93	15,05		
Dışsal Motivasyon	5 yıl<	59	12,38	5,71	1,311	0,271
	5 yıl -10 yıl	79	12,86	5,51		
	11 yıl-16 yıl	77	13,63	6,47		
	17 yıl>	59	11,69	5,56		
	Toplam	274	12,72	5,86		
Sosyal Etkileşim Becerileri	5 yıl<	59	24,59	4,83	2,658	0,049*
	5 yıl -10 yıl ^b	79	22,97	4,49		
	11 yıl-16 yıl	77	23,96	6,31		
	17 yıl> ^a	59	25,83	8,11		
	Toplam	274	24,21	6,07		
İçsel Motivasyon	5 yıl<	59	21,93	2,84	1,767	0,154
	5 yıl -10 yıl	79	20,89	3,67		
	11 yıl-16 yıl	77	20,61	3,81		
	17 yıl>	59	21,40	3,72		
	Toplam	274	21,14	3,58		
Farkındalık	5 yıl<	59	21,86	3,01	2,554	0,056
	5 yıl -10 yıl	79	20,67	3,78		
	11 yıl-16 yıl	77	20,74	4,00		
	17 yıl>	59	21,94	3,13		
	Toplam	274	21,22	3,59		
Sıkıntı	5 yıl<	59	11,55	5,23	1,979	0,117
	5 yıl -10 yıl	79	13,40	4,98		
	11 yıl-16 yıl	77	12,81	4,48		
	17 yıl>	59	12,01	4,59		
	Toplam	274	12,54	4,84		
Problem Çözme	5 yıl<	59	13,57	4,00	1,440	0,231
	5 yıl -10 yıl	79	13,60	3,56		
	11 yıl-16 yıl	77	13,35	3,95		
	17 yıl>	59	15,01	7,95		
	Toplam	274	13,83	5,02		
Zaman Yönetimi	5 yıl<	59	14,59	4,46	0,858	0,463
	5 yıl -10 yıl	79	13,87	3,81		
	11 yıl-16 yıl	77	14,01	3,34		
	17 yıl>	59	14,71	3,04		
	Toplam	274	14,24	3,68		

*p<0,05

Yapılan Anova testi sonuçlarına göre; sosyal etkileşim becerileri ile boş zaman eğitimi arasında anlamlı farklılık ($F=2,658$; $p=0,05$) bulunmaktadır. Grup içi karşılaştırmada ortaya çıkan farklılık iki grup arasında gerçekleşmiştir. Buna göre; 17 yıl ve üzeri ($\bar{X}=25,83$) spor yapma süresi olan katılımcıların 5 ila 10 yıl ($\bar{X}=22,97$) spor yapmış olan katılımcılara oranla daha yüksek bir boş zaman eğitimi sergilediği görülmektedir. Diğer yandan boş zaman eğitimi ölçeğinin geri kalan tüm alt boyutları ile spor yapma süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur. Ancak genel olarak bakıldığında spor yapma süresi daha uzun olan katılımcıların diğer katılımcılara nazaran boş zaman eğitim puanlarının daha yüksek olduğu söylenebilir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Literatürde boş zaman eğitime yönelik çalışmaların niceliksel yetersizliği dikkati çekerken, uluslararası kaynaklar boş zaman eğitimi uygulamalarını daha çok deneysel çalışmalarla gerçekleştirmiş, tarama modeline yönelik çalışmalarla boş zaman eğitimi kavramı derinlemesine incelenmediği gözlemlenmiştir. Dolayısıyla boş zaman eğitimi modellerinin, uygulamalarının ve uygulamalar sonrası analizlerin nitel ve nicel çalışmalarla literatürde daha sık yer aldığı gözlemlenmektedir. Bu çalışmalardan ayrıksı olarak, boş zaman eğitimi ölçeğini geliştiren Munusturlar'ın (2017) belediyeler tarafından belde evleri çatısı altında sunulan programlı ve planlı rekreasyon hizmetlerinin katılımcıların boş zaman eğitim düzeyleri üzerindeki etkisini araştırmayı hedefleyen çalışmada, söz konusu hizmetlerden yararlanan (n=291) ve yararlanmayan (n= 246) toplam 537 kadın yer almaktadır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda katılımcıların boş zaman eğitim düzeyi puanları ile farkındalık, problem çözme ve zaman yönetimi puanlarında yararlanmayanlardan daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Bu faaliyetlerden yararlanmamalarına rağmen ailelerinden bu faaliyetlerden yararlanan olan bireylerin de farkındalık ve motivasyon puanlarının olumlu yönde etkilendiği görülmüştür. Aynı zamanda yaş değişkeni incelendiğinde araştırmayla benzer şekilde sıkıntı alt boyutu ve yaş değişkeni arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır.

Bir diğer araştırmada, 634 öğrenci üzerinde yapılan yaşam boyu boş zaman becerileri edinmeye yönelik yenilikçi bir uygulama olan TimeWise müfredat uygulamalarının 1 yıllık raporunda söz konusu müfredatı alan öğrencilerin, sıkıcı durumların üstesinden yeniden yapılandırma yöntemleriyle geldiklerini, üst düzey karar verme becerisi ile inisiyatif alma, topluluk bilincine sahip olma gibi özelliklere daha yatkın olduklarını ve spor ve doğa tabanlı etkinlikler gibi yeni ilgi alanlarına kaydıklarını göstermiştir (Caldwell vd., 2004). Bir diğer araştırmada üniversite öğrencilerinin boş zaman eğitim düzeylerinin benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerini pozitif yönlü etkilediği bulunmuştur (Munusturlar, 2014). Dolayısıyla boş zaman eğitiminin eğitim müfredatıyla erken yetişkinlik döneminden başlaması gereken bir donanım olduğu ve ileriki yaşantılara aktarma anlamında önemli bir yer edindiği söylenebilir. Yine boş zaman eğitimi uygulamalarına eğitim programlarında yer veren bir okulda yapılan analiz sonucunda boş zaman becerileri dersleri seçen öğrencilerin, yaşam doyumu, aidiyet ve benlik saygısı düzeylerinde artış ve gelişme yaşanmıştır (Jordan vd., 2018). Bu nedenle, boş zaman eğitimi programlaması eğitim programlarında öğrencilerin başarısı için bir mekanizma olarak incelenmelidir.

Antrenörlük gibi sosyal etkileşim becerilerinin üst düzeyde olması beklenen çalışma gruplarında boş zaman eğitimi oldukça öneme sahiptir. Boş zaman eğitimi uygulamalarının katılımcıların sosyal etkileşim becerilerini yükselttiği literatürce desteklenmektedir (Cory, Dattilo ve Williams, 2006; Dattilo ve Hoge, 1999). Spor yapma süresi en uzun olan antrenör adaylarının sosyal etkileşim becerileri alt boyutunda daha yüksek ortalamayı elde ettiği mevcut araştırma sonuçları değerlendirildiğinde, boş zaman eğitiminin uygulamalarının sportif faaliyetlerle birleştirilerek bütünlük içinde özerk yaşantılarda yer alması bireylerin pek çok psikometrik parametresinde olumlu gelişim sağlayacaktır.

Sosyal öğrenme teorisine dayanan bir boş zaman eğitimi uygulamalarının yaşlılarda, bağımsızlık ve refah duygusunun geliştirilmesini kolaylaştırabileceğini, stresi azaltmada etken olduğunu öngören, aynı zamanda yaşam kalitesini arttırmada boş zaman eğitiminin önemli bir aracı olduğunu savunan çalışmalar literatürde yerini almaktadır (Chang, 2014; Janssen, 2004; Kao ve Chang, 2017). Boş zaman eğitiminin yaşlı yetişkinin bağımsızlık duygusu üzerinde önemli bir etki yaratma potansiyeline sahip olduğunu ve boş zaman eğitimi yoluyla öğrenilen becerilerin zaman içinde diğer yaşam alanlarına yayılabileceğini göstermektedir (Searle vd., 1998). Yapılan bir diğer araştırmada boş zaman eğitimi programının yaşlı yetişkinler arasında boş zaman özerkliği meydana getirip getirmeyeceği incelenmiştir. Ön test-son test yöntemiyle değerlendirilen araştırmada 30 deney grup 30 da kontrol grubu belirlenmiştir. Bulgular analiz edildiğinde boş zaman özerkliğine yönelik deney grubundaki son test puanlarının kontrol grubundan anlamlı derecede yüksek olduğunu göstermiştir (Chang, Yu ve Jeng, 2015). Dolayısıyla boş zaman eğitimi uygulamalarının yaşlı yetişkinlerin boş zaman değerlendirmesine yönelik boş zaman özerkliğine olumlu etki sağladığı söylenebilir.

Aynı zamanda terapatik rekreasyon anlamında olumlu sonuçlar yaratan çalışmalar da literatürde sıkça yer almaktadır (Bedini, Bullock ve Driscoll, 1993; Desrosiers vd., 2007; Dattilo ve Peter, 1991; Ertüzün, 2015). Mahon vd., (1996) boş zaman eğitiminin akıl sağlığı problemi olan hastalar üzerinde bıraktığı etkiyi sınavan araştırma bulgularına göre boş zaman eğitiminin, boş zaman kullanımının öğreniminde farkındalık, problem çözme ve beceri geliştirme noktalarında ön plana çıktığını belirlemiştir. Bir diğer araştırma incelendiğinde, Wisconsin'deki Mendota Ruh Sağlığı Enstitüsü'nde uygulanan boş zaman eğitimi modelinin ön test son test ile karşılaştırılması 6 yıllık periyodu içermektedir. Elde edilen bulgulara göre, katılımcıların bu süre zarfında uygulanan boş zaman eğitimi uygulamaları doğrultusunda pozitif sonuçlar elde ettiği yönündedir (Ardivino vd., 2010). Yine bir terapatik rekreasyon yaklaşımı bakış açısıyla gerçekleştirilen boş zaman eğitimi uygulaması olan, yakın zamanda omurilik zedelenmesi geçirmiş olan bireyler için boş zaman eğitimi uygulamalarının topluma yeniden entegre olmalarına yönelik etkinliğini incelemek amaçlanmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile elde edilen veriler analiz edildiğinde katılımcıların boş zamanları ile ilgili bilgilerinde, farkındalıklarında olumlu bir değişiklik olduğunu gözlemlenmiştir (Marsden, 2010). Boş zaman eğitimi uygulamalarının etkilerinin araştırıldığı bir diğer araştırma bulgularına göre, iki yaşlı kadın katılımcı üzerinde sınavan boş zaman eğitimi uygulamalarının boş zaman aktivitelerine katılımlarını pozitif etkilediği bulgusu elde edilmiştir (Dunn ve Wilhite, 1997).

Hayatın her alanında kullandığımız boş zaman dilimleri, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık gibi yaşamın her evresinde özerk bir boş zaman kullanımı gerekliliğini doğurmaktadır. Literatür boş zaman eğitimi uygulamalarının bireylerin yaşantısında olumlu kazanımlar doğurduğunu göstermektedir. Sportif bazda bakıldığında önemli bir yere sahip olan antrenörlerin ve antrenör adaylarının bu özerk eğitimi vermede etkili ve verimli olması beklenmektedir. Buradan hareketle, öncelikle antrenör adaylarının boş zaman eğitimi konusundaki yeterliliklerinin analiz edildiği araştırma bulguları, katılımcıların boş zaman eğitimi düzeylerinin beklenen ortalamanın altında kaldığını göstermektedir. Bu sonuç, boş zamanın verimli geçirilmesi gereken önemli bir kaynak olduğunu ve olumlu kazanımlar elde etmede etkin kullanılması gereken bir araç olduğunu hatırlatmaktadır. Antrenör adaylarının

antrenörlük kurs programlarında bu donanımı elde ederek iletişimde olacakları sporculara boş zaman eğitimi konusunda bilinçli bir eğitim vermeleri, antrenman programlarından doğabilecek sürantrene ve benzeri performans düşüklüklerinin önüne geçmede önemli bir fonksiyon ortaya koyacaktır. Dolayısıyla antrenör adaylarının antrenörlük eğitim programlarına boş zaman eğitimine dair derslerin eklenmesi ve boş zaman eğitime yönelik bilincin artırılması önerilmektedir.

Yayın Etiği: Bu çalışmanın hazırlanma ve yazım sürecinde “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş olup; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.

KAYNAKLAR

- Ardovino, P.S., Fahey, J., Sprecher, S. & Froh, K. (2010). An evaluation of a leisure education intervention for adult male residents in a state minimum-security forensic unit: leisure resources modules. *American Journal of Recreation Therapy: Clinical and Practice-Based Research*, 9(4),31-37.
- Arslan, S. (2010). *Yetişkin kent halkının belediyelerin serbest zaman eğitimi ile rekreasyon etkinliklerinin sunumuna ve yaşam kalitesine etkisine ilişkin görüşleri (Ankara Büyükşehir Belediyesi Örneği)*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara.
- Bedini, L.A., Bullock, C. C., & Driscoll, L.B. (1993). The effects of leisure education on factors contributing to the successful transition of students with mental retardation from school to adult life. *Therapeutic Recreation Journal*, 27(2), 70-82.
- Caldwell, L.L., Baldwin, C.K., Walls, T. & Smith, E. (2004). Preliminary effects of a leisure education program to promote healthy use of free time among middle school adolescents. *Journal of Leisure Research*, 36(3), 310-335.
- Chang, L.C. (2014). Leisure education reduces stress among older adults. *Aging & Mental Health*, 18(6), 754–758. <https://doi.org/10.1080/13607863.2013.878306>.
- Chang, L.C., Yu, P. & Jeng, M.Y. (2015). Effects of leisure education on self-rated health among older adults. *Psychology, Health & Medicine*, 20(1), 34–40. <https://doi.org/10.1080/13548506.2014.897914>.
- Cory, L., Dattilo, J. & Williams, R. (2006). Effects of a leisure program on social skills of youth with cognitive disabilities. *Therapeutic Recreation Journal; Third Quarter*, 40(3), 144-164.
- Dattilo, J. (2015). Positive Psychology and leisure education: a balanced and systematic service delivery model. *Therapeutic Recreation Journal*, XLIX(2), 148–165.
- Dattilo, J. & Hoge, G. (1999). Effects of leisure education program on youth with mental retardation. *Education and Training in Mental Retardation and Developmental Disabilities*, 34(1), 20-34.
- Dattilo, J. & Peter, S. St. (1991). A model for including leisure education in transition services for young adults with mental retardation. *Education and training in mental retardation*, 26(84), 420-432.
- Desrosiers, J., Noreau, L., Rochette, A., Carbonneau, H., Fontaine, L., Viscogliosi, C. & Bravo, G. (2007). Effect of a home leisure education program after stroke: a randomized controlled trial. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 88, 1095-1099. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2007.06.017>.

- Dunn, N.J. & Wilhite, B. (1997). The effects of a leisure education program on leisure participation and psychosocial well-being of two older women who are home-centered. *Therapeutic Recreation Journal*, 31(1), 53-71.
- Ertüzün, E. (2015). Effects of leisure education programme including sportive activities on perceived freedom in leisure of adolescents with intellectual disabilities. *Educational Research and Reviews*, 10(16), 2362-2369. <http://doi.org/10.5897/ERR2015.2395>.
- Janssen, M.A. (2004). The effects of leisure education on quality of life in older adults. *Therapeutic Recreation Journal*, 38(3), 275-288.
- Jordan, K.A., Gagnon, R.J., Anderson, D. M. & Pilcher, J. J. (2018). Enhancing the college student experience: outcomes of a leisure education program. *Journal of Experiential Education*, 41(1),90–106. <https://doi.org/10.1177/1053825917751508>.
- Kao, I.C. & Chang, L.C. (2017). Long-term effects of leisure education on leisure needs and stress in older adults. *Educational Gerontology*, 43(7), 356–364. <https://doi.org/10.1080/03601277.2017.1299447>.
- Mahon, M.J., Bullock, C.C, Luken, K. & Martens, C. (1996). Leisure education for persons with severe and persistent mental illness: Is it a socially valid process?, *Therapeutic Recreation Journal*, 30, 197-212.
- Marsden, S. (2010). *Effectiveness of participation in a leisure education program on knowledge of aspects of community reintegration for individuals who have recently sustained spinal cord injuries*. Parks, Recreation and Tourism Management, Clemson University, Master Thesis, USA.
- Martin, B. & Mason, S. (1987). Making the most of your life: the goal of education for leisure. *European Journal of Education*, 22(3/4), 255-263. <https://doi.org/10.2307/1502897>.
- McFee, G. & Tomlinson, A. (eds.) (1997). *education, sport and leisure: connections and controversies maidenhead (2. Edition)*. Meyer & Meyer Sport: United Kingdom, 202.
- Munusturlar, S. (2014). *Boş zaman eğitiminin benlik saygısı ve öznel iyi oluş üzerine etkisi*. Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Eskişehir,1.
- Munusturlar, S. (2017). The effect of recreational services offered by municipalities on leisure education levels of women. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2),170-180.
- Nahrstedt, W. (2000). *Global edutainment: the new role of leisure education for community development*. 65. (içinde) Sivan, A., Ruskin, H. (eds.) (2000). *Leisure education, community development, and populations with special needs*. CABI Publishing, United Kingdom.
- Özdamar, K. (2013). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi. (Yenilenmiş 9. baskı)*. Eskişehir: Nisan Kitabevi, 242.
- Özdamar, K. (2016). *Eğitim, sağlık ve davranış bilimlerinde ölçek ve test geliştirme yapısal eşitlik modellemesi: IBM SPSS, IBM SPSS AMOS ve MINITAB uygulamalı*. Eskişehir: Nisan Kitabevi, 19-151.
- Searle, M.S., Mahon, M.J., Iso-Ahola, S.E. Sdrolias, H.A. & Dyck, J.V. (1998) Examining the long term effects of leisure education on a sense of independence and psychological well-being among the elderly, *Journal of Leisure Research*, 30(3), 331-340. <https://doi.org/10.1080/00222216.1998.11949836>.
- Sivan, A. (2000). *Leisure education, quality of life and populations with special needs*.115. (içinde) Sivan, A., Ruskin, H. (eds.) (2000). *Leisure education, community development, and populations with special needs*. CABI Publishing, United Kingdom.
- Sivan, A., Ruskin, H. (eds.) (2000). *Leisure education, community development, and populations with special needs*. United Kingdom: CABI Publishing, 1.
- Spracklen, K. (2009). *The meaning and purpose of leisure: habermas and leisure at the end of modernity*. London: Palgrave Macmillan Ltd., 2-13.

Ayyıldız Durhan, T. (2020). Antrenör adaylarının boş zaman eğitimi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 1-17.

Spracklen, K. (2013). *Leisure, sports and society*. New York: St. Martin Press, 1-241.

Tezcan, M. (1992). Boş zamanların değerlendirilmesi sorununun sosyolojik ve eğitimsel yönleri. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1(11), 165-179.
https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000547.

Türk Dil Kurumu. (2005). *Türkçe sözlük (10. baskı)*. Ankara: TDK.



Bu eser **Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.