



## Serbest Zaman Nostaljisinin Mutluluk Üzerindeki Etkisinde Demografik Değişkenlerin Düzenleyici Rolü



Pınar GÜZEL GÜRBÜZ [Sorumlu Yazar]

Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, pnruguzel@yahoo.com



Melike ESENTAŞ

Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, melike.esentas@windowslive.com



Özge YAVAŞ TEZ

Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ozgeyavas@hotmail.com.tr

**Makale Geliş Tarihi:** 09.03.2021

**Makale Kabul Tarihi:** 03.05.2021

**Makale Yayın Tarihi:** 30.06.2021

### ÖZET

**Amaç:** Mutluluğun kısa vadeli olduğu düşünüldüğünde bireylerin serbest zaman deneyimleri de o anın içerisinde o zaman aralığında kalır. Birey kendine özgü olarak yaşadığı o an içerisinde mutlu ya da mutsuz olur. Bu noktada serbest zaman deneyimleri bireye özgüdür ve bu nedenle yaşanacak mutluluk düzeyi de değişkenlik gösterecektir. Araştırmada bireylerin geçmişe dönük yaşadıkları serbest zaman deneyimlerinin mutluluk üzerindeki etkisinde cinsiyet, nostaljik hatıraları paylaşım şekli ve nostaljik hatıraların hatırlanma süresi değişkenlerinin düzenleyici rolü olup olmadığı incelenmiştir. **Materyal & Metot:** Bu doğrultuda araştırmaya yaşları 19 ile 65 arasında değişen, 659 kadın ve 590 erkek olmak üzere toplam 1249 serbest zaman katılımcısı katılmıştır. Araştırmada katılımcılara kişisel bilgi formu, Serbest Zaman Nostalji Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği uygulanmıştır. Serbest zaman nostaljisi ve mutluluk değişkenleri arasındaki nedensellik ilişkileri AMOS 23 programında yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. **Bulgular:** Yapılan analizler neticesinde serbest zaman nostaljisi ile mutluluk arasında nedensel ilişkinin olduğu ve p değerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. **Sonuç:** Araştırmanın odak noktası olan demografik değişkenlerin düzenleyici rolüne ilişkin sonuçlarda da "serbest zaman nostaljisinin mutluluk üzerindeki etkisinde bütün demografik değişkenlerin düzenleyici rolü olduğu ve bu düzenleyici rolde erkek katılımcıların, arkadaş ile paylaşımın ve yakın geçmişe dair hatıraların mutluluk üzerinde daha fazla etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** serbest zaman, serbest zaman nostaljisi, mutluluk, nostaljik hatıra

## The Regulatory Role of Demographic Variables in the Effect of Leisure Time Nostalgia on Happiness

### ABSTRACT

**Purpose:** Considering that happiness is short-term, the leisure time experiences of individuals also remain in that time interval within that moment. The individual becomes happy or unhappy in the moment in which s/he lives uniquely. At this point, leisure time experiences are unique to the individual, and therefore the level of happiness to be experienced will also vary. The research analyzes whether the variables of gender, sharing method of nostalgic memories and remembrance of nostalgic memories have a regulatory role in the effect of leisure time experiences of individuals in the past on happiness. **Material & Method:** In this regard, a total of 1249 leisure time participants composed of 659 females and 590 males aged between 19 and 65 participated in the research. The participants were applied personal information form, Leisure Nostalgia Scale and Oxford Happiness Questionnaire. The causality relationships between leisure time nostalgia and happiness variables were tested with the structural equation model in AMOS 23 program. **Findings:** Following the analyses conducted, it has been concluded that there is a causal relationship between leisure nostalgia and happiness and p value is statistically significant. **Result:** Regarding the regulatory role of demographic variables being the focal point of the research that all demographic variables have a regulatory role in the effect of leisure time nostalgia on happiness and male participants, sharing with a friend and memories belonging to the recent past have more impact on happiness concerning this regulatory role.

**Keywords:** Leisure time, leisure time nostalgia, happiness, nostalgic memories

## GİRİŞ

Günümüzde çalışma dışı zamanın artması nedeniyle serbest zamanları verimli kılmak ve anlamlandırmaya çalışmak büyük bir önem kazanmıştır. Toplumların bu isteklerinin yanı sıra dünyada milyarlarca insan yaşanan pandemik olay neticesinde serbest zamanlarını kısıtlamalar gölgesinde değerlendirmeye çalışmaktadır. Bu olumsuz koşulların etkin bir şekilde değerlendirilmesi amacıyla bireylerin özgür iradeleriyle gönüllü olarak gerçekleştirdikleri serbest zaman etkinlikleri, bireylerin yaşam kalitelerini arttırırken aynı zamanda fiziksel ve psikolojik kazanımlar elde etmelerine olanak sağlar. Mutluluğun kısa vadeli olduğu düşünüldüğünde bireylerin serbest zaman deneyimleri de o anın içerisinde o zaman aralığında kalır. Birey kendine özgü olarak yaşadığı o an içerisinde mutlu ya da mutsuz olur. Bu noktada serbest zaman deneyimleri bireye özgüdür ve bu nedenle yaşanacak mutluluk düzeyi de değişkenlik gösterecektir.

Başlangıçta vatan hasreti hissi ve tıbbi bir durumun belirtisi olarak tanımlanan nostalji (Hofer, 1934), daha sonra olumlu duyguları da kapsayacak şekilde geliştirilmiştir. Dikkat çeken olumlu anılar bireyde olumlu duygular yaratır. Bu şekilde nostalji, olumlu geçmiş deneyimlerin hatırlanmasını harekete geçiren ve geçmişe özlem yaratan olumlu bir duygu olarak tanımlanmaktadır (Davis, 1979; Cho ve diğ., 2017; Vess vd., 2012; Routledge ve diğ., 2013). Nostaljinin farklı tanımlamaları ise “geçmişte kalan güzelliklere olan özlem duygusu ve duygunun baskın bir duruma gelmesi (Türk Dil Kurumu, 2020); sonsuza dek uzanan duygusal bir geçmişe duyulan özlem (Gammon ve Ramshaw, 2020); köklü bireysel bir kimlik içinde, bireylerin algılarını ve davranışlarını etkileyen bir his (Navas ve Platt, 1965); bireyin yaşama ilişkin algılarının ön planda olduğu (varoluş sebebimiz) bireysel bir durum olduğu kadar sosyal (aile, arkadaş ve ilişkiler örüntüsü) bir duygu durum olarak sıralanabilir (Balcı ve Tez, 2019). Nostaljinin benzersiz bir özelliği, kişinin geçmiş deneyimlerini içerisinde barındırmasıdır (Pickering ve Keightley, 2006). Bu özellik, günümüzde nostalji olgusunun gelişim göstermesine ve bu gelişimin odağında yer alan bireye kattığı olumlu etkiler ve bunun sonucunda da ruh halini yükselten olumlu duyguların ortaya çıkmasına katkıda bulunur (Vess vd., 2012; Routledge vd., 2013; Cho, Pyun&Wang, 2019). Serbest zaman nostaljisi, serbest zamanla ilgili anılara eklenen olumlu bir duygu olarak görüldüğünde yaşamı pozitif yönde etkilediği söylenebilir.

Nostalji ve serbest zaman ilişkisi birlikte ele alındığında ise bireylerin nostaljik duyguları, geçmiş kişisel deneyimlerden ve spor ve rekreasyon tesisleri, alanları ve kulüpler gibi spor ve serbest zaman nesnelere alınabileceği düşünülmektedir (Cho, Pyun&Wang, 2019). Serbest zaman nostaljisine ilişkin yapılan çalışmalar incelendiğinde; serbest zaman

nostaljinin davranışları etkileyen güçlü bir uyarıcı olduğu (Leong, Yeh, Hsiao ve Huan , 2005; Chen, Yeh ve Huan, 2014; Cho, 2020); aynı zamanda bireylerin yaşadıkları yer, algıları, çocukluk deneyimleri gibi nostaljik yaşantılar mutluluk düzeylerinde önemli bir role sahip olduğu belirtilmiştir (Bryant, 2005).

Cho (2020) 'ya göre bir duygu olan serbest zaman nostaljisi, “geçmişte olumlu bir serbest zaman deneyimine duyulan özlem” olarak tanımlamıştır. Bu tanımdan yola çıkarak mutluluğun resmini çizebilir miyiz? Ya da mutluluğu tarif etmek istesek nasıl tarif ederiz? Mutluluğun tarif edilmesi elbette zordur. Ancak mutluluğun bir tanımı yapılmak istense bu noktada yirmibeş yıllık bir çalışma birikimi sonucunda mutluluk bilimi üzerine çalışmasını ortaya koyan Csikszentmihalyi aklımıza gelmelidir.

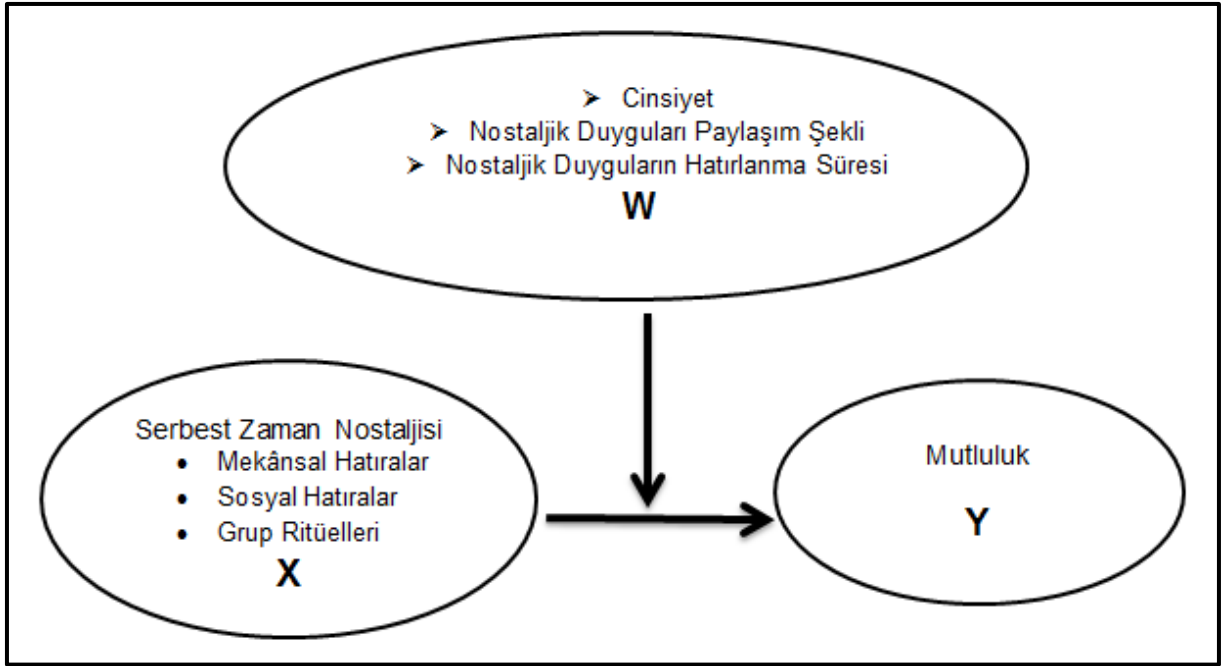
Csikszentmihalyi (2005) mutluluğu nasıl tanımlarız? Sorusuna karşılık şöyle bir yorum getirmiştir: Serbest zaman içerisinde gerçekleştirilen etkinlikleri düşünün. Bu etkinlikler sırasında zirveye çıkmak için bütün kuvvetini ve gücünü tüketen bir tırmanışçı ya da küçük bir çocuğun son bir lego parçasını kulenin en üstüne koymak için harcadığı enerjiye rağmen bu süreçte yaşanan olumsuzlukları birçok kişi bahsetmez hatta hatırlamaz. Aksine ortaya çıkan durum keyifli anların hatırlanarak paylaşıldığı ve yüzlerde beliren bir tebessüme dönüşen anlar olarak hatıralarda yer edinir. İşte mutluluk ancak bu şekilde özetlenebilir. Veenhoven (2000) ise mutluluğa farklı bir perspektiften yaklaşarak mutluluğun, hayatın akışı içerisinde ortaya çıkan kısa vadeli ve anlık bir duygu durumu olarak tanımlamıştır. Bu durumu yaşanması gereken bir deneyim olarak ifade etmiştir. Mutluluğun anlık ve kısa vadeli bir şey olduğu bilindiğine göre serbest zaman içerisinde yaşanan deneyimler de belirli bir zaman aralığı içerisinde kalır. Bu iki nokta birleştirildiğinde bireyin serbest zaman dilimleri içerisinde yaşadığı anlarda bireye özel anlardır. Bireyin yaşadığı o an olumlu bir his olarak tarif edilebilen bir şey ile sonuçlanıyorsa kendini mutlu hisseder. Bu da bireylerde ileride yaşadıkları o anı hatırladıklarında özlem duymalarına ve tekrar yaşama isteği uyandırmasına neden olur (Gökçe, 2008). Bireylerin geçmişe dönük yaşadıkları serbest zaman deneyimlerine özlem duymalarının mutluluk üzerinde bir etkisinin olup olmayacağı sorusunu ön plana çıkarmıştır. Bu doğrultuda araştırmada serbest zamana ilişkin nostaljik deneyimlerin mutluluk üzerindeki etkisinde cinsiyet, nostaljik hatıraları paylaşım şekli ve nostaljik hatıraların hatırlanma süresi değişkenlerinin düzenleyici rolü olup olmadığı incelenmiştir.

## **MATERYAL VE METOT**

### **Araştırma Modeli ve Hipotezler**

#### **Araştırma Modeli**

Araştırmada yer alan serbest zaman nostalji ve mutluluk arasındaki etkileşimde literatürden destek alınarak teorik model oluşturulmuştur. Oluşturulan modelde “serbest zaman nostalji” değişkeninin “mutluluk” üzerinde etkisi olduğu ve cinsiyet, hatıraları paylaşım şekli ve hatıraların hatırlanma süresi değişkenlerinin her iki değişken üzerindeki etkileşiminde düzenleyici rol üstlendiği düşünülmektedir. Araştırmaya ilişkin oluşturulan kavramsal model Şekil 1.de gösterilmiştir. Araştırmaya ilişkin kurulan modelde düzenleyici değişken (W) cinsiyet, hatıraları paylaşım şekli, hatıraların hatırlanma süresi olarak; tahmin değişkeni (X) serbest zaman nostaljisi olarak; sonuç değişkeni (Y) mutluluk olarak alınmıştır.



Şekil 1. Kavramsal Model

### Hipotezler

Araştırma modeli çerçevesinde kurulan hipotezler aşağıdaki şekilde oluşturulmuştur.

**H1:** Serbest zaman nostaljisi mutluluğu anlamlı ve pozitif olarak etkiler.

**H2:** Serbest zaman nostaljisinin mutluluğa etkisi cinsiyete bağlıdır.

**H3:** Serbest zaman nostaljisinin mutluluğa etkisi nostaljik hatıraları paylaşım şekline bağlıdır.

**H4:** Serbest zaman nostaljisinin mutluluğa etkisi nostaljik hatıraların hatırlanma süresine bağlıdır.

### Araştırma Grubu

Araştırma, Türkiye’de yaşları 19 ile 65 arasında değişen, 659 kadın (Ortaş=22,87±5,72) ve 590 erkek (Ortaş=23,61±4,47) olmak üzere toplam 1249 (Ortaş=23,22±5,17) serbest zaman

katılımcısı oluşturmuştur. Ölçeklerin geçerlik güvenirliği Dünya Sağlık Örgütü'nün yaş aralıkları baz alınarak (18-65 yaş arası) yapıldığı için (WHO, 2015); mevcut araştırmada bu yaş grupları dikkate alınarak uygulama yapılmıştır. Katılımcılara, olasılıklı örnekleme tekniklerinden kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak ulaşılmıştır.

### **Veri Toplanması ve Kullanılan Araçlar**

Araştırmaya ilişkin veriler, elektronik ortama aktarılan formlar aracılığı ile çeşitli sosyal gruplarda paylaşarak online olarak toplanmıştır. Araştırmada katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu ile birlikte, Serbest Zaman Nostalji Ölçeği (SZNÖ) ile Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K) uygulanmıştır. Katılımcılara ölçekler, online form aracılığı ile ulaşılarak doldurtulmuştur.

### **Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmada kişisel bilgi formu katılımcılarının demografik özelliklerini tespit etmek amacıyla kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda, cinsiyet, yaş, nostaljik duyguları paylaşım şekli, nostaljik duyguların hatırlanma süresi gibi sorular bulunmaktadır.

### **Serbest Zaman Nostalji Ölçeği (SZDÖ)**

Araştırmada veri toplama aracı olarak Cho ve ark., (2019) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Balcı ve Tez (2019) tarafından gerçekleştirilen “Serbest Zaman Nostalji Ölçeği- SZNÖ” (LNS) kullanılmıştır. Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması sonucunda ölçek 3 alt boyut ve 15 madde ile doğrulanmıştır. Ölçek; mekansal hatıralar (5 madde), sosyal hatıralar (6 madde) ve grup ritüelleri (4 madde) olmak üzere alt boyutlara ayrılmıştır. Ölçek, (1) kesinlikle katılmıyorum, (2) katılmıyorum, (3) kısmen katılmıyorum, (4) kararsızım, (5) kısmen katılıyorum, (6) katılıyorum, (7) kesinlikle katılıyorum arasında değişen 7'li Likert derecelendirmeden oluşmaktadır.

### **Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K)**

Hills ve Argyle (2002) tarafından 29 madde olarak geliştirilen ve Doğan ve Çötök (2016) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan ölçeğin kısa formu oluşturularak tek faktör ve 8 madde ile Türk kültürüne uyarlanmıştır. Ölçek(1) hiç katılmıyorum, (2) katılmıyorum, (3) biraz katılıyorum, (4) katılıyorum, (5) tamamen katılıyorum arasında değişen 5'li Likert derecelendirmeden oluşmaktadır. Ölçeğin 1. ve 7. maddelerinin olumsuz olduğu için hesaplanmasında ters kodlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek mutluluk düzeyini gösterir.

### **Verilerin Analizi**

Veri toplama süreci sonunda toplam 1249 katılımcıdan geri dönüş alınmıştır. Daha sonra literatürde Raykow ve Marcoulides (2006) tarafından önerilen yapısal eşitlik modellemesine ait uyulması gereken ve dört başlık altında toplanan (çok değişkenli normallik, doğrusallık, örneklem büyüklüğü, ölçek türü) varsayımlar dikkate alınmıştır. Özellikle yapısal eşitlik modelinde “çok değişkenli normallik” önemli bir varsayımdır. Bu varsayım ihmal edilirse kare (chi square) değeri büyük çıkar ve bu da sonucun gerçek bir anlamlılık ifade etmediği halde anlamlı gibi çıkmasına neden olacağı bildirilmiştir (Raykow and Marcoulides, 2006). Veriler AMOS 23. programında yapısal eşitlik modeli için hazır duruma getirildikten sonra serbest zaman nostaljisi ve mutluluk değişkenleri arasındaki nedensellik ilişkileri yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Bu doğrultuda modelde bağımsız değişken (serbest zaman nostaljisi). Bağımlı değişken (mutluluk) ve düzenleyici değişken (cinsiyet, hatıraları paylaşım şekli, hatıraların hatırlanma süresi) olarak alınmıştır. Yapısal eşitlik analizine geçilmeden önce her bir değişkenin doğrulayıcı faktör analizleri yapılarak değişkenler modelin test edilmesi için hazırlanmıştır.

## BULGULAR

### Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenilirlik ve Geçerlilik Analizlerine İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamındaki ölçeklerin yapısal geçerliliğini tespit etmek amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir.

Serbest Zaman Nostalji ve Oxford Mutluluk ölçeklerinin her birisi için birinci düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin uyum indekslerine ilişkin sonuçlar Tablo 1 'de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Standart Uyum İndeksleri ve DFA Analiz Sonucu Ölçeklere İlişkin Uyum İndeksleri (Schumacher ve Lomax, 1996; Schermelleh, Engel ve Moosbrugger, 2003: 23-74).

Uyum İndeksi	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Serbest Zaman Nostalji	Oxford Mutluluk
$\chi^2/sd$	0-3	$.85 \leq CFI < .95$	5	4.2
CFI	$.95 \leq CFI \leq 1.00$	$.85 \leq GFI < .90$	.95	.98
GFI	$.90 \leq GFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI < .90$	.94	.98
AGFI	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq NFI < .95$	.91	.97
NFI	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.85 \leq TLI < .90$	.94	.97
TLI	$.90 \leq TLI \leq 1.00$	$.05 < RMSEA \leq .10$	.94	.97
RMSEA	$.00 \leq RMSEA \leq .05$	$.85 \leq CFI < .95$	.06	.05

Ölçeklere ilişkin uyum indeksleri incelendiğinde bütün değerlerin kabul edilebilir/mükemmel uyum gösterdiği görülmektedir. Ortaya çıkan ilişki düzeylerinin açıklanmasında regresyon

analizinden yararlanılmıştır. Regresyon analizi farklı programlar aracılığı ile gerçekleştirilen birincil nesil veri analizi yöntemi olmakla birlikte araştırmada gözlenen değişkenler ile örtük değişkenler arasındaki ilişkilerin bir arada bulunduğu ve birçok yöntemin kullanılabilirdiği karmaşık modellerin sistematik bir şekilde ele alındığı ve en önemlisi birinci nesil analizlerde göz ardı edilen dolaylı etkileri de içerisine alan ikinci nesil veri analiz yöntemi olarak kullanılan yapısal eşitlik modelinin kullanılmasına karar verilmiştir (Anderson ve Gerbing, 1988).

## Kurulan Modellere İlişkin Yapısal Eşitlik Analizi Bulguları

### Model 1

**H1:** Serbest zaman nostaljisi mutluluğu anlamlı ve pozitif olarak etkiler.

**Model 1 (H1)** için kurulan hipotezin test edilmesi için yapısal eşitlik analizi yapılmıştır. Gerçekleştirilen analiz sonuçları ve yol diyagramı aşağıda sunulmuştur.

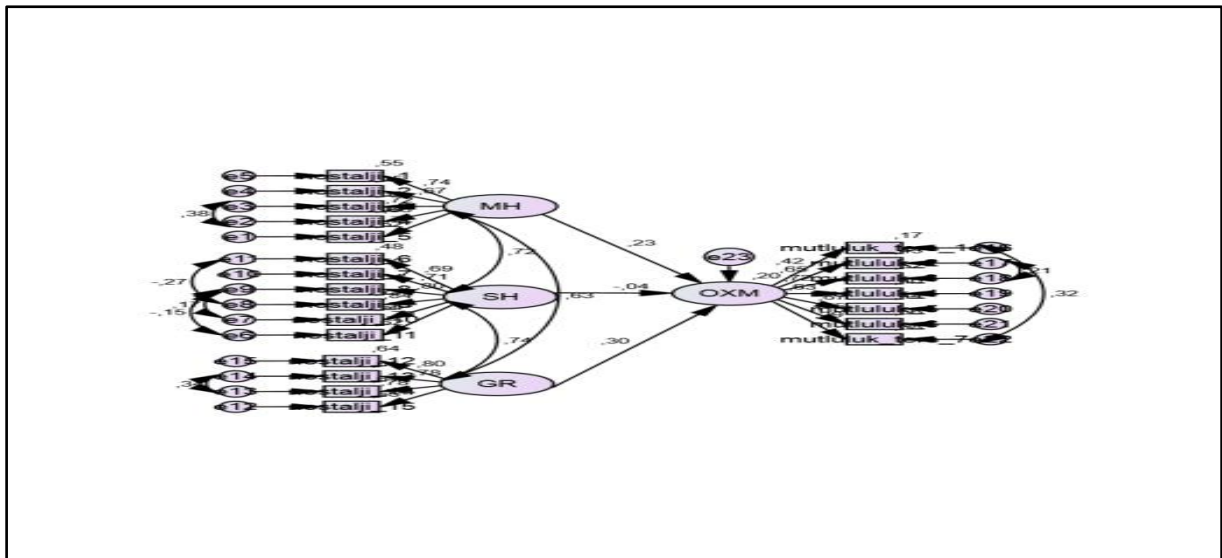
**Tablo 2.** Yapısal Eşitlik Modeline İlişkin (Model 1-H1) Regresyon Katsayısı

Değişkenler	$\beta$	$S_h$	T (kritik oran)	P
Serbest Zaman Nostalji (Mekansal Hatıralar) → Mutluluk	,1161	,0286	4,0609	***
Serbest Zaman Nostalji (Sosyal Hatıralar) → Mutluluk	-,0215	,0326	-,6614	,5083
Serbest Zaman Nostalji (Grup Ritüelleri) → Mutluluk	,1368	,0265	5,1696	***

\*\*\*P<0.001

Tablo 2’de kurulan modele ilişkin regresyon katsayısı, standart hata ve kritik oran ve p değeri yer almaktadır. Bulgulara göre serbest zaman nostalji (mekânsal hatıralar) ile mutluluk arasında nedensel ilişkinin olduğu ( $\beta = .116$   $p < 0.05$ ); serbest zaman nostalji (grup ritüelleri) ile mutluluk arasında nedensel ilişkinin olduğu ( $\beta = .136$   $p < 0.05$ ) ve her iki değişkenin p değerinin istatistiksel olarak anlamlı ( $p < 0.05$ ) olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

**Şekil 2.** Model 1’ e İlişkin Yol Diagramı



**Tablo 3.** Standart Uyum İndeksleri ve Model 1'e İlişkin Uyum İndeksleri (Schumacher ve Lomax, 1996; Schermelleh, Engel ve Moosbrugger, 2003: 23-74)

Uyum İndeksi	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Model 1-H1
$\chi^2/sd$	0-3	3-5	4,04
<b>CFI</b>	.95 ≤ CFI ≤ 1.00	.85 ≤ CFI < .95	.95
<b>GFI</b>	.90 ≤ GFI ≤ 1.00	.85 ≤ GFI < .90	.94
<b>AGFI</b>	.90 ≤ AGFI ≤ 1.00	.85 ≤ AGFI < .90	.92
<b>NFI</b>	.95 ≤ NFI ≤ 1.00	.85 ≤ NFI < .95	.94
<b>TLI</b>	.90 ≤ TLI ≤ 1.00	.85 ≤ TLI < .90	.94
<b>RMSEA</b>	.00 ≤ RMSEA ≤ .05	.05 < RMSEA ≤ .10	.04

Modele ilişkin uyum indeksleri incelendiğinde bütün değerlerin kabul edilebilir/mükemmel uyum gösterdiği ve kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı çıkması modelin (Model 1-H1) doğrulandığını yani kabul edildiğini göstermiştir.

Araştırmada “serbest zaman nostalji-mekansal hatıralar” ile “mutluluk” arasında; “serbest zaman nostalji-grup ritüelleri” ile “mutluluk” arasında nedensellik ilişkisinin bulunması bu değişkenler ile “cinsiyet, hatıraları paylaşım şekli ve hatıraların hatırlanma süresi” değişkenlerinin düzenleyici etkisi olup olmadığı problemini akla getirmiştir. Bu nedenle araştırmada tüm bu ilişkilerde “cinsiyet, hatıraları paylaşım şekli, hatıraların hatırlanma süresi” değişkenlerinin bir düzenleyicilik rolü olup olmadığı araştırılmıştır. Bunun için düzenleyici değişkenlerin kategorik olduğu durumlarda kullanabilecek bir model olan çoklu grup karşılaştırmalarına ilişkin yapısal model oluşturulmuştur. Modelde X'in Y üzerindeki etkisi gruplara göre anlamlı bir farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda araştırmada kurulan hipotezlere ayrı ayrı yapısal model kurulup analiz edilmiştir. İlk olarak cinsiyet değişkenine ilişkin model kurulup (Model 2-H2) kadın ve erkekler için ayrı ayrı analiz yapılmıştır.

## Model 2

**H2:** Serbest zaman nostaljisinin mutluluğa etkisi cinsiyete bağlıdır.

**Model 2 (H2)** için kurulan hipotezin test edilmesi için yapısal eşitlik analizi yapılmıştır. Gerçekleştirilen analiz sonuçları ve yol diyagramı aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 4.** Değişkenler arasındaki ilişkilerde çoklu grup karşılaştırma sonuçları (Model 2-H2)

Değişkenler	Kadın		Erkek		Kadın			Erkek		
	$\beta$	$S_h$	$\beta$	$S_h$	T (kritik oran)	P	Label	T (kritik oran)	P	Label
Düzenleyici değişken (W) cinsiyet.										
Tahmin değişkeni (X) serbest zaman nostaljisi.										
Sonuç değişkeni (Y) mutluluk olarak alınmıştır.										
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (mekânsal hatıralar)</b>	,055	,009	,109	,012	6,083	***	a	8,820	***	b



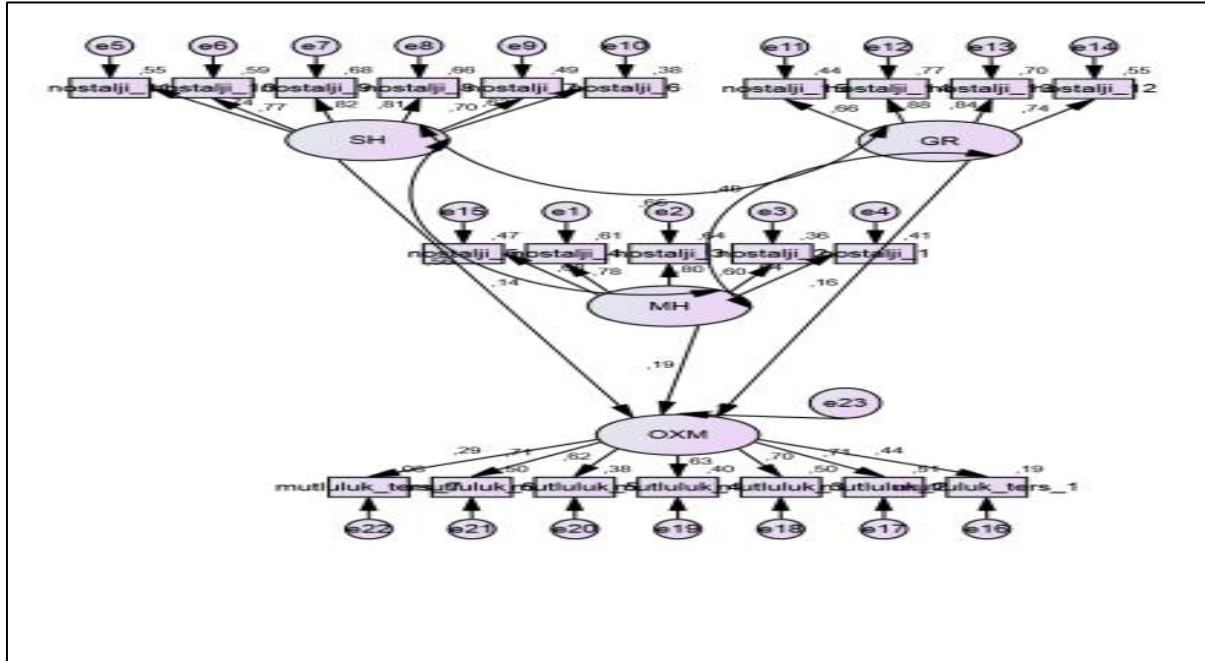


Mutluluk										
Serbest Zaman Nostaljisi (sosyal hatıralar) → Mutluluk	,055	,009	,109	,012	6,083	***	a	8,820	***	b
Serbest Zaman Nostaljisi (grup ritüelleri) → Mutluluk	,055	,009	,109	,012	6,083	***	a	8,820	***	b

\*\*\*P<0.001

Tablo 4’te kurulan modele ilişkin regresyon katsayısı, standart hata ve kritik oran ve p değeri yer almaktadır. Analiz sonuçları incelendiğinde “serbest zaman nostalji-mekansal hatıralar ile mutluluk” ilişkisinde (erkekler için  $\beta=.188$  kadınlar için  $\beta=.160$   $p<0.05$ ); “serbest zaman nostalji-sosyal hatıralar ile mutluluk” ilişkisinde (erkekler için  $\beta=.158$  kadınlar için  $\beta=.119$   $p<0.05$ ); “serbest zaman nostalji-grup ritüelleri ile mutluluk” ilişkisinde (erkekler için  $\beta=.197$  kadınlar için  $\beta=.132$   $p<0.05$ ) kadın ve erkekler açısından anlamlı farklılıkların olduğu belirlenmiştir.

Şekil 3. Model 2’ye İlişkin Yol Diagramı



Tablo 5. Standart Uyum İndeksleri ve Model 1’e İlişkin Uyum İndeksleri (Schumacher ve Lomax, 1996; Schermelleh, Engel ve Moosbrugger, 2003: 23-74)

Uyum İndeksi	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Model 2-H2
$\chi^2/sd$	0-3	0-5	3,7
CFI	$.95 \leq CFI \leq 1.00$	$.85 \leq CFI < .95$	.91
GFI	$.90 \leq GFI \leq 1.00$	$.85 \leq GFI < .90$	.89
AGFI	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI < .90$	.86
NFI	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.85 \leq NFI < .95$	.88
TLI	$.90 \leq TLI \leq 1.00$	$.85 \leq TLI < .90$	.90
RMSEA	$.00 \leq RMSEA \leq .05$	$.05 < RMSEA \leq .10$	.04

Modele ilişkin uyum indeksleri incelendiğinde bütün değerlerin kabul edilebilir/mükemmel uyum gösterdiği ve kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı çıkması modelin (Model 2-H2) doğrulandığını yani kabul edildiğini göstermiştir.

### Model 3

**H3:** Serbest zaman nostaljisinin mutluluğa etkisi nostaljik hatıraları paylaşım şekline bağlıdır.

**Model 3 (H3)** için kurulan hipotezin test edilmesi için yapısal eşitlik analizi yapılmıştır.

Gerçekleştirilen analiz sonuçları ve yol diyagramı aşağıda sunulmuştur.

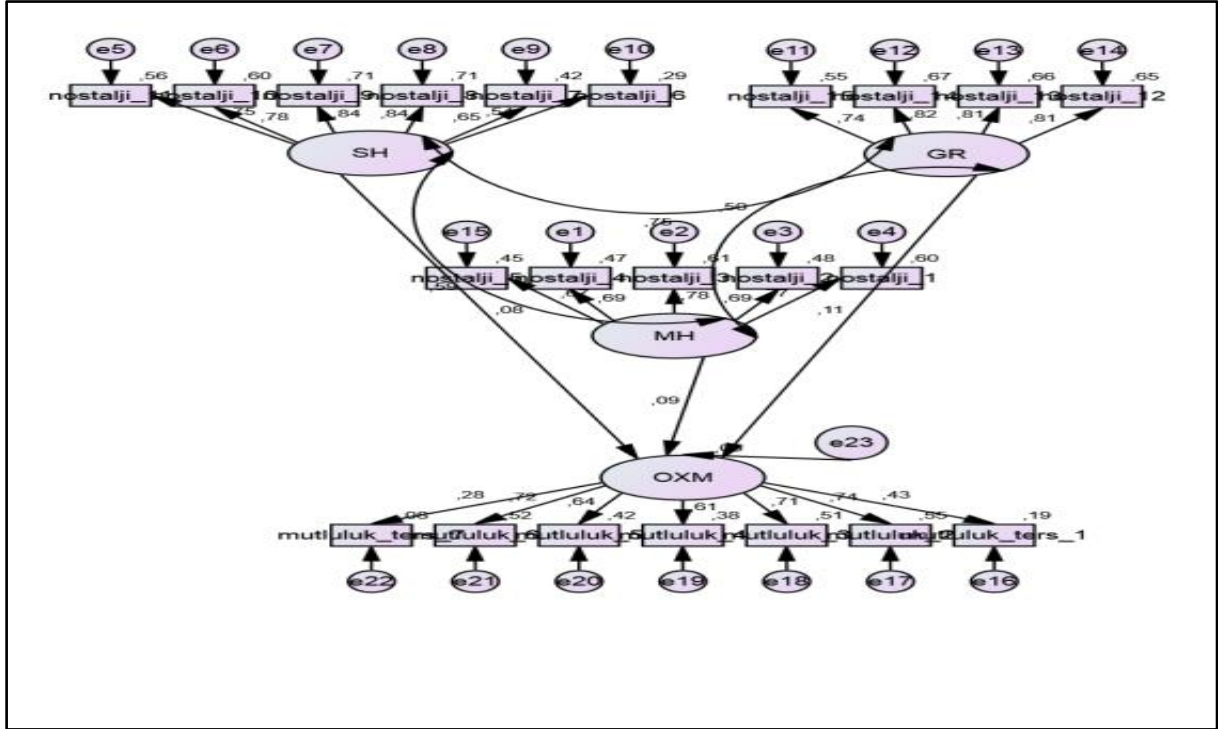
**Tablo 6.** Değişkenler arasındaki ilişkilerde çoklu grup karşılaştırma sonuçları (Model 3-H3)

<b>Değişkenler</b>					
Düzenleyici değişken (W) nostaljik hatıraları paylaşım şekli					
Tahmin değişkeni (X) serbest zaman nostaljisi					
Sonuç değişkeni (Y) mutluluk					
<b>Bireysel</b>					
	$\beta$	$S_h$	T (kritik oran)	P	Label
Serbest Zaman Nostaljisi (mekânsal hatıralar) → Mutluluk	,0443	,0160	2,7614	,0058	a
Serbest Zaman Nostaljisi (Sosyal Hatıralar) → Mutluluk	,0443	,0160	2,7614	,0058	a
Serbest Zaman Nostaljisi (grup ritüelleri) → Mutluluk	,0443	,0160	2,7614	,0058	a
<b>Arkadaş</b>					
	$\beta$	$S_h$	T (kritik oran)	P	Label
Serbest Zaman Nostaljisi (mekânsal hatıralar) → Mutluluk	,0894	,0100	8,9843	***	b
Serbest Zaman Nostaljisi (Sosyal Hatıralar) → Mutluluk	,0894	,0100	8,9843	***	b
Serbest Zaman Nostaljisi (grup ritüelleri) → Mutluluk	,0894	,0100	8,9843	***	b
<b>Aile Üyeleri</b>					
	$\beta$	$S_h$	T (kritik oran)	P	Label
Serbest Zaman Nostaljisi (mekânsal hatıralar) → Mutluluk	,0519	,0204	2,5462	,0109	c
Serbest Zaman Nostaljisi (Sosyal Hatıralar) → Mutluluk	,0519	,0204	2,5462	,0109	c
Serbest Zaman Nostaljisi (grup ritüelleri) → Mutluluk	,0519	,0204	2,5462	,0109	c
<b>Diğer</b>					
	$\beta$	$S_h$	T (kritik oran)	P	Label
Serbest Zaman Nostaljisi (mekânsal hatıralar) → Mutluluk	,0748	,0304	2,4638	,0137	d
Serbest Zaman Nostaljisi (Sosyal Hatıralar) → Mutluluk	,0748	,0304	2,4638	,0137	d
Serbest Zaman Nostaljisi (grup ritüelleri) → Mutluluk	,0748	,0304	2,4638	,0137	d

\*\*\*P<0.001

Tablo 6’da kurulan modele ilişkin regresyon katsayısı, standart hata ve kritik oran ve p değeri yer almaktadır. Analiz sonuçları incelendiğinde “serbest zaman nostalji-mekansal hatıralar ile mutluluk” ilişkisinde (arkadaş  $\beta=.197$ ,  $p < 0.001$ ); “serbest zaman nostalji-sosyal hatıralar ile mutluluk” ilişkisinde (arkadaş  $\beta=.145$ ,  $p < 0.001$ ); “serbest zaman nostalji-grup ritüelleri ile mutluluk” ilişkisinde (arkadaş  $\beta=.154$ ,  $p < 0.001$ ) nostaljik hatıraları paylaşım şekli açısından anlamlı farklılıkların olduğu belirlenmiştir.

Şekil 4. Model 3’ e İlişkin Yol Diagramı



Tablo 7. Standart Uyum İndeksleri ve Model 1’e İlişkin Uyum İndeksleri (Schumacher ve Lomax, 1996; Schermelleh, Engel ve Moosbrugger, 2003: 23-74)

Uyum İndeksi	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Model 3-H3
$\chi^2/sd$	0-3	3-5	2.7
CFI	.95 ≤ CFI ≤ 1.00	.85 ≤ CFI < .95	.89
GFI	.90 ≤ GFI ≤ 1.00	.85 ≤ GFI < .90	.85
AGFI	.90 ≤ AGFI ≤ 1.00	.85 ≤ AGFI < .90	.85
NFI	.95 ≤ NFI ≤ 1.00	.85 ≤ NFI < .95	.86
TLI	.90 ≤ TLI ≤ 1.00	.85 ≤ TLI < .90	.87
RMSEA	.00 ≤ RMSEA ≤ .05	.05 < RMSEA ≤ .10	.03

Modele ilişkin uyum indeksleri incelendiğinde bütün değerlerin kabul edilebilir/mükemmel uyum gösterdiği ve kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı çıkması modelin (Model 3-H3) doğrulandığını yani kabul edildiğini göstermiştir.

#### Model 4

**H4:** Serbest zaman nostaljisinin mutluluğa etkisi nostaljik hatıraların hatırlanma süresine bağlıdır.

**Model 4 (H4)** için kurulan hipotezin test edilmesi için yapısal eşitlik analizi yapılmıştır. Gerçekleştirilen analiz sonuçları ve yol diyagramı aşağıda sunulmuştur.

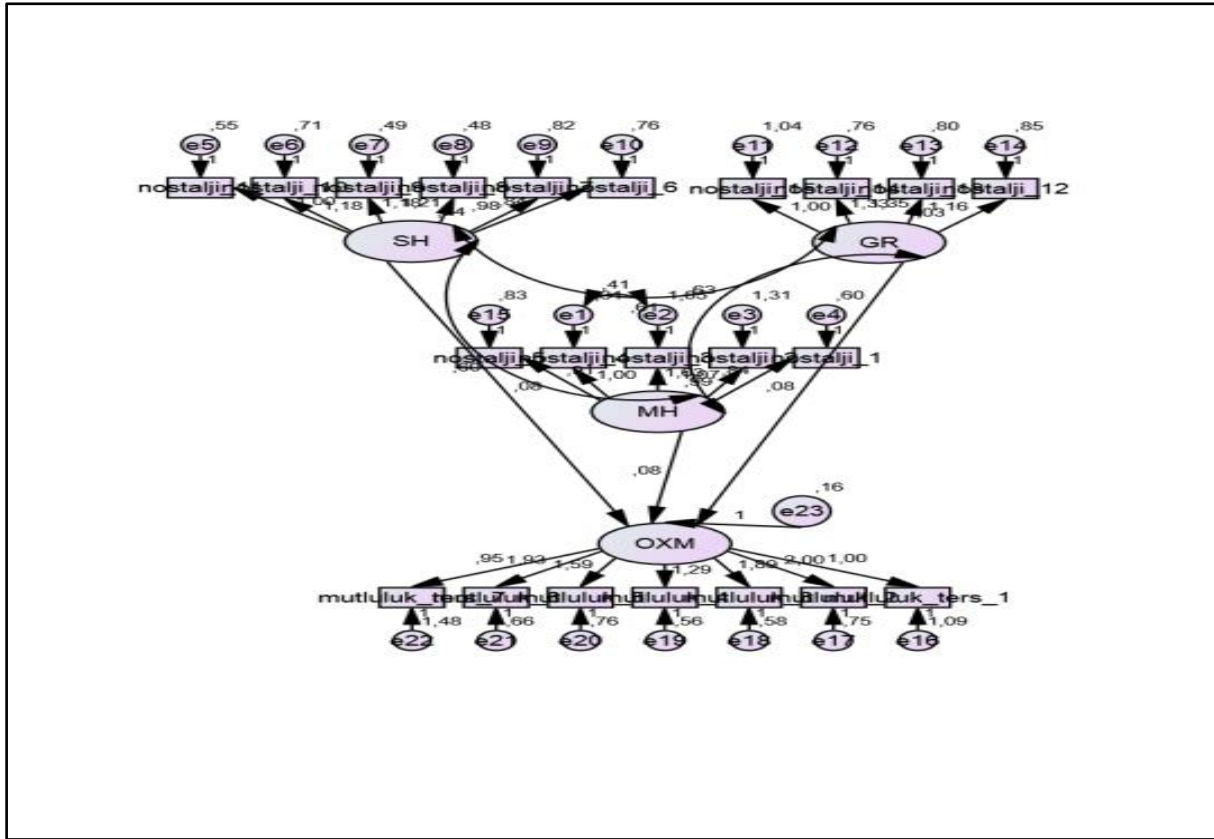
**Tablo 8.** Değişkenler arasındaki ilişkilerde çoklu grup karşılaştırma sonuçları (Model 4-H4)

<b>Değişkenler</b>					
Düzenleyici değişken (W) nostaljik hatıraların hatırlanma süresi					
Tahmin değişkeni (X) serbest zaman nostaljisi					
Sonuç değişkeni (Y) mutluluk					
<b>1 ile 5 yıl öncesi hatıralar</b>					
	<b><math>\beta</math></b>	<b><math>S_h</math></b>	<b>T (kritik oran)</b>	<b>P</b>	<b>Label</b>
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (mekânsal hatıralar) → Mutluluk</b>	,0812	,0089	9,1084	***	a
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (sosyal Hatıralar) → Mutluluk</b>	,0812	,0089	9,1084	***	a
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (grup ritüelleri) → Mutluluk</b>	,0812	,0089	9,1084	***	a
<b>6 ile 10 yıl öncesi hatıralar</b>					
	<b><math>\beta</math></b>	<b><math>S_h</math></b>	<b>T (kritik oran)</b>	<b>P</b>	<b>Label</b>
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (mekânsal hatıralar) → Mutluluk</b>	,0591	,0193	3,0674	,0022	b
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (sosyal Hatıralar) → Mutluluk</b>	,0591	,0193	3,0674	,0022	b
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (grup ritüelleri) → Mutluluk</b>	,0591	,0193	3,0674	,0022	b
<b>10 yıldan daha eski hatıralar</b>					
	<b><math>\beta</math></b>	<b><math>S_h</math></b>	<b>T (kritik oran)</b>	<b>P</b>	<b>Label</b>
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (mekânsal hatıralar) → Mutluluk</b>	,0741	,0385	1,9232	,0545	c
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (sosyal Hatıralar) → Mutluluk</b>	,0741	,0385	1,9232	,0545	c
<b>Serbest Zaman Nostaljisi (grup ritüelleri) → Mutluluk</b>	,0741	,0385	1,9232	,0545	c

\*\*\*P<0.001

Tablo 8’de kurulan modele ilişkin regresyon katsayısı, standart hata ve kritik oran ve p değeri yer almaktadır. Analiz sonuçları incelendiğinde “serbest zaman nostalji-mekansal hatıralar ile mutluluk” ilişkisinde (1 ile 5 yıl öncesi hatıralar  $\beta=.178$  ,  $p< 0.001$ ); “serbest zaman nostalji-sosyal hatıralar ile mutluluk” ilişkisinde (1 ile 5 yıl öncesi hatıralar  $\beta=.153$  ,  $p< 0.001$ ); “serbest zaman nostalji-grup ritüelleri ile mutluluk” ilişkisinde (1 ile 5 yıl öncesi hatıralar  $\beta=.181$  ,  $p< 0.001$ ) nostaljik hatıraların hatırlanma süresi açısından anlamlı farklılıkların olduğu belirlenmiştir.

Şekil 5. Model 4' e İlişkin Yol Diagramı



Tablo 9. Standart Uyum İndeksleri ve Model 1'e İlişkin Uyum İndeksleri (Schumacher ve Lomax, 1996; Schermelleh, Engel ve Moosbrugger, 2003: 23-74)

Uyum İndeksi	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Model 4-H4
$\chi^2/sd$	0-3	0-5	3,03
CFI	.95 ≤ CFI ≤ 1.00	.85 ≤ CFI < .95	.90
GFI	.90 ≤ GFI ≤ 1.00	.85 ≤ GFI < .90	.87
AGFI	.90 ≤ AGFI ≤ 1.00	.85 ≤ AGFI < .90	.85
NFI	.95 ≤ NFI ≤ 1.00	.85 ≤ NFI < .95	.86
TLI	.90 ≤ TLI ≤ 1.00	.85 ≤ TLI < .90	.89
RMSEA	.00 ≤ RMSEA ≤ .05	.05 < RMSEA ≤ .10	.04

Modele ilişkin uyum indeksleri incelendiğinde bütün değerlerin kabul edilebilir/mükemmel uyum gösterdiği ve kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı çıkması modelin (Model 4-H4) doğrulandığını yani kabul edildiğini göstermiştir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada geçmişe dönük serbest zaman deneyimi yaşayan katılımcıların mekana yönelik, gruba ilişkin ve sosyal olarak hissettikleri nostaljik duyguların mutluluk üzerindeki etkisi ortaya çıkarılarak bu ikili ilişki de cinsiyet, hatıraları paylaşım şekli ve hatıraların hatırlanma süresinin düzenleyici rolü olup olmadığı araştırılmıştır. Elde edilen sonuçlar, serbest zaman

nostalji ölçeğinin “mekânsal hatıralar” ve “grup ritüelleri” alt boyutları ile “mutluluk” üzerinde etkisinin olduğu bulunurken; “sosyal hatıralar” alt boyutunun “mutluluk” üzerinde bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 2). Bu durum değerlendirildiğinde katılımcıların daha çok geçmişe yönelik olarak yaşadıkları serbest zaman deneyimlerinde paylaşımda bulunduğu kişilerle ilişkin hatıraları değil, o hisleri yaşadıkları ortamın özellikleri ve oraya ait olmanın vermiş olduğu hislerin (bir grubun parçası olmak, o grup belirli niteliklerini benimsemek, paylaşılan ortam ile bütünleşmek gibi) mutluluk üzerinde daha etken olduğu belirlenmiştir. Etki durumunun cinsiyet, hatıraları paylaşım şekli ve hatıraların hatırlanma süresi üzerinde nasıl bir farklılaşma yaratacağını belirlemek amacıyla serbest zaman nostaljisinin mutluluk üzerindeki etkisinde bu değişkenlerin düzenleyici rolü araştırılmıştır. Elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde; serbest zaman nostalji ölçeğinin her üç alt boyutunun “mekânsal hatıralar, sosyal hatıralar, grup ritüelleri” mutluluk üzerinde etkisinde cinsiyet değişkeninin düzenleyici rolü olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4). Bu durum erkeklerin serbest zaman nostaljine ilişkin sosyal hatıraları, mekânsal hatıraları ve grup ritüellerinin mutluluk üzerindeki etkisinin kadınlara göre daha yüksek düzeyde olduğu ve erkeklerin kadınlara göre daha fazla mutlu olduklarını göstermektedir. Sonuçların bu şekilde ortaya çıkmasındaki (yani erkeklerin kadınlara göre daha mutlu olmaları) en büyük etken, kadın ve erkek eşitsizliğinden kaynaklanmaktadır. Şöyle ki literatürde bu soruna ilişkin kadınların hayatın her alanında yaşadığı eşitsizliğin bir örneği olarak “serbest zaman değerlendirme”dir. Kadınların ev işleri, çocuk bakımı, yemek, alışveriş ve birçok konudaki üzerindeki sorumluluklar ağırdır ve bu tür şeyler yüzünden birçok kadının kendilerine ayıracak bir zaman dilimi yoktur. Diğer bir faktör ise bu kesimin dışında kalan küçük bir topluluktur. Bu kadınların da kendilerine ayıracak özel bir zaman dilimi olmasına karşın herhangi bir serbest zaman deneyimi yaşamak istediklerinde toplum tarafından bir takım fiziksel ve psikolojik engellere maruz kalmaktadırlar (Waren, 1990; Henderson, 1990; Kelly, 1990; Müderrissoğlu, 2005).

Hatıraları paylaşım şekli değişkeninin serbest zaman nostalji ve mutluluk üzerindeki etkisinde düzenleyici rolüne ilişkin analiz sonuçları değerlendirildiğinde; serbest zaman nostalji ölçeğine ilişkin her üç alt boyutunun “mekânsal hatıralar, sosyal hatıralar, grup ritüelleri” mutluluk üzerindeki etkisinde hatıraları paylaşım şekli açısından “bireysel ve aile üyeleri”ne göre “arkadaşlar” ile paylaşımın mutluluk üzerindeki etkisinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir (Tablo 6). Bu etkinin en fazla “mekânsal hatıralar” alt boyutunda olduğu görülmektedir. Mekansal hatıralar olarak bahsedilen geçmişe yönelik serbest zaman deneyiminin gerçekleştirildiği mekanın görünüşü, o anki hava durumu, oranın dizaynı,

mimarisi, gerçekleştirilen serbest zaman deneyimine ilişkin kullanılan ekipmanların hafızada canlanması, anımsanması, özlem duyulmasıdır. Grup ritüelleri olarak bahsedilen geçmişe yönelik serbest zaman deneyiminin gerçekleştirildiği grubun karakteristik özellikleri, grup ritüelleri, grup gelenekleri, gruba ait olma gibi özel anların hafızada canlanması, anımsanması, özlem duyulmasıdır. Son olarak sosyal hatıralar olarak bahsedilen geçmişe yönelik serbest zaman deneyimini yaşarken bu deneyimin kimlerle paylaşıldığı, deneyim sırasında kurulan arkadaşlıklar, pozitif hatıralar, o an yaşadığı keyif, yeni kişilerle tanışma, etkileşim gibi özel anların hafızada canlanması, anımsanması, özlem duyulmasıdır. Araştırmada “arkadaşlar” ile paylaşılan serbest zaman nostaljine ilişkin “mekânsal hatıraların”, “sosyal hatıralar” ve “grup ritüelleri”nden daha fazla mutluluk üzerindeki etkisi olduğunu belirlenmiştir. Özellikle geçmiş olaylara ilişkin deneyimlerin mutluluk düzeylerini etkilediği hatta çocuklukta yaşanan bu deneyimlerin öznel olduğu ve bu nedenle yetişkinlik döneminde bile bireylerin davranışlarını ve algılarını etkileyen bireyde “bireysel bir kimlik” oluşturduğu ifade edilmektedir (Heckman ve diğ.,2010a, 2010b; Heckman ve diğ., 2013; Clark ve diğ., 2008; Clark ve Georgellis, 2013). Bireysel kimlik, nostalji ve mutluluk üzerine benzer bir araştırma da Yamamura (2017) tarafından Japonya’da Beyzbol Turnuvası örneği ele alınarak göçmenler ve göçmen olmayan iki grup arasındaki mutluluk etkisi incelenmiştir. Çalışma sonucunda göçmenlerin "nostaljisi" ve “mutluluk” düzeyi arasındaki etki göçmen olmayanlara göre daha fazla bulunmuştur. Çünkü göçmenlerin "kimlik eşyaları" göçmen olmayanlara göre daha azdır. Dolayısıyla, "kimlik mallarının" etkisi nostalji ve mutluluk arasındaki etkiyle de ilişkilidir. Yani bireysel kimliğin tek olmaması mutluluk düzeyi üzerinde pozitif etki oluşturacaktır. Bunun nedeni, “kimlik ürünleri” ile ilgili malların kıt olmasından kaynaklanmaktadır. Bu durumda bireyde “nostalji” yaratır. Bu nedenle yerleşik düzen, bir yere ait olma aslında nostaljiyi negatif etkiler ve mutluluk düzeyini azaltır.

Araştırmada “mekânsal hatıraların” diğer faktörlere (grup ritüeli ve sosyal hatıralar) göre mutluluk üzerindeki etkisinin fazla olması farklı mekânlarda deneyimlenen nostaljik hatıraların bireyin “kimlik malları, kimlik eşyaları”nın kıtlığına neden olurken diğer taraftan farklı “bireysel kimlik” kazanmasından kaynaklanmaktadır. Çünkü yerleşik düzen ve yalnızca bir yere ait olma gibi faktörler nostalji ve mutluluk üzerinde negatif etkiye sahiptir. Şöyle ki rutin bir hayat ve çevreniz olduğunu düşünün. Bu hayat çerçevesi içerisinde serbest zaman deneyimlerini paylaştığınız mekanlar, paylaşılan kişiler ve paylaşılan yer sınırlı. Sürekli aynı alan içerisinde hareket ediyorsunuz. Bu sizin serbest zaman nostaljisine ilişkin “kimlik mallarınız” açısından negatiflik oluşturacaktır. Çünkü bir düzeniniz var ve o düzen içerisinde sahip olduğunuz bir takım kimlik mallarınız var (gidilen mekanlar, oturulan ev gibi). Ancak

“kimlik mallarına” ilişkin bir kıtlık oluştuğu zaman bir yerleşik dzeniniz olmayacak ve sizin “bireysel kimlik” kazanmanıza fırsat tanıyacaktır. Bylece farklı Őehirlerde farklı mekanlarda farklı insanlarla tanışma, arkadaşlık kurma, etkileşim içerisine girme imkanı bulabilirsiniz. Buna sırt çantasını alıp gezen bir kişi ya da karavanda yaşayan bir kişi örnek verebiliriz. Araştırmada serbest zaman nostaljisine ilişkin “mekânsal hatıralar” ve “arkadaşların” etkisinin daha fazla olması bu sonuçlarla ilişkilendirilebilir.

Son değişken olarak el alınan hatıraların hatırlanma süresi değişkeninin serbest zaman nostalji ve mutluluk üzerindeki etkisinde dzenleyici rolüne ilişkin analiz sonuçları değerlendirildiğinde; serbest zaman nostalji leğine ilişkin her üç alt boyutunun “mekânsal hatıralar, sosyal hatıralar, grup ritüelleri” mutluluk üzerindeki etkisinde hatıraların hatırlanma süresi açısından “1 ile 5 yıl” etkisinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir (Tablo 6). Bu durum yakın zamana ilişkin nostaljik hatıraların (1 ile 5 yıl öncesine dair) serbest zaman nostaljine ilişkin sosyal hatıralar, mekânsal hatıralar ve grup ritüelleri ile mutluluk üzerindeki etkisinde daha çok etki ettiğini göstermektedir.

Konuya ilişkin West ve Bauer (1999) yaptığı çalışmada ilk anıların daha ileriki zamanlarda yaşanılan anılara göre daha az yoğunluk içerdiği ve yaşanılan deneyimlerin anlamlandırılması ve özelliklerinin hatırlanmasının daha sınırlı olduğunu ve bu açıdan daha az duygusal tatmin içerdiğini belirtmektedir. Duygusal tatmin yani doyumun mutluluk üzerindeki etkisi ile serbest zaman deneyimleri arasındaki ilişki daha önceki araştırma bulgularıyla ortaya konulmuştur (Andrew ve Withey, 1976; Lu ve Argyle, 1993-1994; Kim ve Heo, 2014; Lin, Chen ve Kuo, 2014; Lu ve Hu, 2002; Bailey ve Fernando, 2012; Andrew ve Withey, 1976).

Mevcut araştırma sonuçları bir bütün olarak değerlendirildiğinde katılımcıların yaşadıkları nostaljik deneyimlerin “hatıraların hatırlanma süresi” değişkeni açısından çok eski zamanlara ilişkin nostaljik deneyimlere göre daha yakın geçmişe ait nostaljik deneyimlerin mutluluk üzerindeki etkisinin daha fazla olması literatürde yer alan araştırma sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir. Bu durum değerlendirildiğinde ilk anıların yakın geçmişteki anılara göre hatırlanmasının ve tekrar edilme olanağının daha zor olabileceğinden kaynaklı olabilir. Yakın geçmişte (1 ile 5 yıl gibi) yaşanan nostaljik deneyimlerin aynı ya da benzer bir mekanda tekrar edilebilme ihtimali daha yüksektir. Bu durumun tekrar deneyimlenebileceğini dşnmek bireyleri daha çok mutlu edebileceği düşünülmektedir. Literatürde yer alan benzer çalışmalar ve mevcut araştırma sonuçları değerlendirildiğinde bir ilişki ve tutarlılığın söz konusu olduğu söylenebilir.

## **ÖNERİLER**



Serbest zaman nostalji deneyimleri yaşayan bireylerin bu yaşanan deneyim sonucunda pozitif çıktılara ulaştığı ve bu durumun duygusal tatmin düzeylerinin artmasına ve bunun da bireylerin mutluluk düzeyine etki etmesine neden olduğu sonucuna varılabilir. Her ne kadar etki durumu bu şekilde ortaya çıkmış olsa da ileri de yapılacak çalışmalarla mevcut durumun tekrar edilmesi ve farklı bakış açılarıyla da değerlendirilmesinde fayda vardır.

Literatürde serbest zaman nostaljisine ilişkin gerçekleştirilen çalışmaların kısıtlı olduğu görülmüştür. Özellikle rekreasyon alanında serbest zaman nostaljisine ilişkin çalışmalara yoğunluk verilmesi bu alana farklı bir bakış açısı katacaktır.

## KAYNAKLAR

- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411.
- Andrew, F.M. & Withey, S.B. (1976). *Social indicators of well-being* (Plenum, New Y.)
- Bailey, A.W. & Fernando, I.K. (2012). Routine and project-based leisure, happiness, and meaning in life. *Journal of Leisure Research*, 44(2), 139-154. Doi: <https://doi.org/10.1080/00222216.2012.11950259>.
- Balcı, V., & Tez, Ö. Y. (2019). Serbest Zaman Nostalji Ölçeği (SZNÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 218-229.
- Bryant, L. O. (2005). Music, memory, and nostalgia: Collective memories of cultural revolution songs in contemporary China. *The China Review*, 5(2), 151–175
- Chen, H. B., Yeh, S. S., & Huan, T. C. (2014). Nostalgic emotion, experiential value, brand image, and consumption intentions of customers of nostalgic-themed restaurants. *Journal of Business Research*, 67, 354–360.
- Cho, H., Lee, H. W., Moore, D., Norman, W. C., & Ramshaw, G. (2017). A multilevel approach to scale development in sport tourist nostalgia. *Journal of Travel Research*, 56(8), 1094–1106. <https://doi.org/10.1177/0047287516683834>
- Cho, H., Pyun, D. Y., & Wang, C. K. J. (2019). Leisure nostalgia: Scale development and validation. *Journal of Leisure Research*, 1-20. Doi: 10.1080/00222216.2019.1602014
- Cho, H. (2020). Importance of leisure nostalgia on life satisfaction and leisure participation. *The Service Industries Journal*, 40(1–2), 90–109. <https://doi.org/10.1080/02642069.2019.1567714>
- Clark, A., Diener, E., Georgellis, Y., & Lucas, R. (2008). Lags and leads in life satisfaction: A test of the baseline hypothesis. *Economic Journal*, 118(529), F222–F243.
- Clark, A., & Georgellis, Y. (2013). Back to baseline in Britain: Adaptation in the British household panel survey. *Economica*, 80(319), 496–512.
- Csikszentmihalyi, M. (2005). Akış mutluluk bilimi, (çev. SemaKunt Akbaş), Ankara: HYB.
- Davis, F. (1979). *Yearning for yesterday: A sociology of nostalgia*. Free Press.
- Doğan, T., & Çötök, N. A. (2016). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(36).
- Gammon S. & Ramshaw G. (2020) Distancing from the Present: Nostalgia and Leisure in Lockdown, *Leisure Sciences*, DOI: 10.1080/01490400.2020.1773993

- Gökçe, H., (2008). Serbest zaman doyumunun yaşam doyumunu ve sosyo demografik değişkenler açısından incelenmesi, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, (Yüksek Lisans Tezi, Denizli).
- Heckman, J., Moon, S. H., Pinto, R., Savelyev, P. A., & Yavitz, A. (2010a). The rate of return to the high scope Perry preschool program. *Journal of Public Economics*, 94(1–2), 114–128.
- Heckman, J., Moon, S. H., Pinto, R., Savelyev, P. A., & Yavitz, A. (2010b). Analyzing social experiments as implemented: A reexamination of the evidence from the high scope Perry preschool program. *Quantitative Economics*, 1(1), 1–46.
- Heckman, J., Pinto, R., & Savelyev, P. A. (2013). Understanding the mechanisms through which an influential early childhood program boosted adult outcomes. *American Economic Review*, 103(6), 2052–2086.
- Henderson, K.A. (1990) Anatomy is not destiny: A feminist analysis of the scholarship on women's leisure. *Leisure Sciences*, 12(2), 229 - 236.
- Hills, P. & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences* 33, 1073–1082.
- Hofer, J. (1934). Medical dissertation on nostalgia or homesickness. Trans. CK Anspach. *Bulletin of the History of Medicine*, 2, 376–391.
- Kelly, J.R. (1990). Leisure. Prentice Hall. *Englewood Clieffs*. New Jersey.
- Kim, J. & Heo, J.(2014). Health benefits of serious involvement in leisure activities among older Korean adults. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 9(1), 1-10.doi:10.3402/qhw.v9.24616
- Leong, M. W., Yeh, S. S., Hsiao, Y. C., & Huan, T. C. (2015). Nostalgia as travel motivation and its impact on tourists' loyalty. *Journal of Business Research*, 68, 81–86.
- Lin, H.C., Chen, K.Y. & Kuo, K.P. (2014). Relationship between leisure involvement and subjective well-being: moderating effect of spousal support. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 36(1), 131-146.
- Lu, L. & Hu, C.H. (2002). Experiencing leisure: The case of Chinese university students, *Fu Jen Studies: Science and Engineering* 36(1), 1–21
- Lu, L. & Argyle, M. (1993). TV watching, soap opera and happiness. *Kaohsiung Journal of Medical Sciences* 9, 501-507.
- Lu, L. & Argyle, M. (1994). Leisure satisfaction and happiness as a function of leisure activity, *Kaohsiung Journal of Medical Sciences* 10, 89–96.
- Marar, Z. & Çağlayan, S. (2004). *Mutluluk paradoksu: Özgürlük ve onaylanma*. İstanbul: Kitap.
- Müderrişoğlu, H., Kutay, E.L. ve Örnekçi Eşen, S. (2005). Kırsal rekreasyonel faaliyetlerde kısıtlayıcılar. *Tarım Bilimleri Dergisi*. 11(1), 40-44.
- Nawas, M. M., & Platt, J. J. (1965). A future oriented theory of nostalgia. *Journal of Individual Psychology*, 21, 51–57
- Pickering, M., & Keightley, E. (2006). The modalities of nostalgia. *Current Sociology*, 54(6), 919–941. <https://doi.org/10.1177/0011392106068458>
- Raykow, T., & Marcoulides, G. A. (2006). *A first Course in Structural Equation Modeling*. London: Lavrance Erlbaum Associates. Publishers.

- Routledge, C., Wildschut, T., Sedikides, C., & Juhl, J. (2013). Nostalgia as a resource for psychological health and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(11), 808–818. <https://doi.org/10.1111/spc3.12070>
- Schermelleh, E. K., Moosbrugger, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8 (2): 23-74.
- Schumacher, R. E., Lomax, R. G. (1996). *A Beginner's Guide to Structural Equation Modeling*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Türk Dil Kurumu (2020) <https://sozluk.gov.tr/> Erişim tarihi: 19.12.2020
- Warren, K. (1990) Women's outdoor adventures, In Miles. J. C. & Priest. S. (Eds.). *Adventure Education* ss.411-417. State College. PA: Venture.
- West, T. A., & Bauer, P. J. (1999). Assumptions of infantile amnesia: Are there differences between early and later memories?. *Memory*, 7(3), 257-278.
- WHO (World Health Organization). (2015). *World report on ageing and health*. World Health Organization.
- Veenhoven, R. (2000). Freedom and happiness: A comparative study in forty-four nations in the early 1990s. *Culture and subjective well-being*, 257-288.
- Vess, M., Arndt, J., Routledge, C., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2012). Nostalgia as a resource for the self. *Self and Identity*, 11(3), 273–284. <https://doi.org/10.1080/15298868.2010.521452>
- Yamamura, E. (2017). Identity, nostalgia and happiness among migrants: The case of the Kōshien high school baseball tournament in Japan. *Pacific Economic Review*, 22(5), 792-813.