



### DERS-BOŞ ZAMAN ÇATIŞMASINDA ÖZNEL MUTLULUĞUN YERİ: GAZIOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

Emine BAL TURAN <sup>1</sup>ABDE, Aycen AYBEK <sup>1</sup>ABDE, Gül YAĞAR <sup>2\*</sup>ACDE

<sup>1</sup>Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Tokat, TÜRKİYE

<sup>2</sup>Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum, TÜRKİYE

A Çalışma Deseni (Study Design)

B Verilerin Toplanması (Data Collection)

C Veri Analizi (Statistical Analysis)

D Makalenin Hazırlanması (Manuscript Preparation)

E Maddi İmkânların Sağlanması (Funds Collection)

#### ÖZET

#### Orijinal Makale

**Amaç:** Bu çalışmada ders-boş zaman çatışması ile öznel mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

**Yöntem:** Çalışma için örneklem seçiminde basit tesadüfi örnekleme seçimi kullanılmıştır. Çalışmanın evreni Gaziosmanpaşa Üniversitesinde okuyan üniversite öğrencilerinden oluşurken örnekleme de Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan 227 öğrencilerden oluşmaktadır. Veri toplama araçları olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, "Ders-Boş Zaman Çatışma Ölçeği" ve "Öznel Mutluluk Ölçeği" kullanılmıştır.

**Bulgular:** Çalışma bulgularına bakıldığında, üniversite öğrencilerinin öznel mutluluk ve ders-boş zaman çatışma ölçeklerinden ortalama puan aldıkları görülmüştür. Katılımcıların okudukları sınıf değişkeni açısından ders-boş zaman çatışması yoğunluk alt boyutunda ve okudukları bölüm değişkeni incelendiğinde ders-boş zaman çatışması zaman alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir.

**Sonuç:** Bu doğrultuda da, öğrencilerin herhangi bir şekilde öznel mutluluk ve ders-boş zaman çatışması adına bir problem yaşamadıkları görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Boş zaman, çatışma, mutluluk, öğrenci

### PLACE OF SUBJECTIVE HAPPINESS IN STUDY-LEISURE CONFLICT: THE CASE OF GAZIOSMANPASA UNIVERSITY

#### ABSTRACT

#### Original Article

**Purpose:** In this study, it was aimed to examine the relationship between study-leisure conflict and subjective happiness.

**Method:** The sample for the study was chosen using simple random sampling. The target population of the study comprised university students receiving education at Gaziosmanpaşa University and the sample comprised 227 students receiving education at the Faculty of Sports Sciences. Data collection tools were personal information form which was prepared by the researchers, "Study-Leisure Conflict Scale" and "Subjective Happiness Scale".

**Findings:** Examining the study findings, it was seen that the university students obtained average scores from the subjective happiness and study-leisure conflict scales. A significant difference was determined in the study-leisure conflict intensity subscale in terms of the participants' class variable and in the study-leisure conflict time subscale in terms of their department variable.

**Conclusion:** Accordingly, it was seen that the students experienced no problem in terms of subjective happiness and study-leisure conflict.

**Key Words:** Leisure, conflict, happiness, student

\*Sorumlu Yazar, Corresponding Author: Gül YAĞAR, glyagar@gmail.com

Çıkar Çatışması, Yok – Conflict of Interest, No, Etik Kurul Raporu veya Kurum İzin Bilgisi- Ethical Board Report or Institutional Approval, Var/Yes

## 1. GİRİŞ

Bu çalışma, ders-boş zaman çatışmasını ve bu çatışmanın bireyin öznel mutluluğuyla olan ilişkisine dair merakımızı, üniversite öğrencileri üzerinden incelemeye yöneliktir. Bireylerin birbirinden farklı ve kendilerine has özelliklere sahip olması ve geleceğe dair farklı yaklaşımlarının olması, günümüz gençliğinin bu farklılıklar üzerinden öznel mutluluklarını gerçekleştirebilme potansiyeli üzerine odaklanmaya bizi götürmektedir.

Zaman; olayların birbirini takip etmesiyle zihinde oluşturulan ve yine olayların içinde sürüp gideceği düşünülen, başı ve sonu bilinmeyen soyut bir kavram (Karaküçük, 2008) olup sosyal pratiklere bağlı olarak hem toplumun hem de bireylerin üzerinde kayda değer bir etkiye sahiptir (Karmaz, 2018). Bu etki yaşamın sürekliliği için sarf edilen zaman ile iş zamanı ve bunların dışında kalan boş zaman arasındaki dengeye ve bu dengenin sağlanabilmesi göz önüne alınarak değişiklik göstermektedir. Boş zaman aktivitelerine katılımlarındaki en önemli unsurlar arasında anlam ve öneminin bireyler tarafından bilinmesidir (Powrie ve ark., 2015).

Boş zaman; bireyin özgür bir şekilde kullanabileceği zamanı, kendisi ve başkaları adına bütün zorunluluk arz eden durum ya da olaylardan ayrı bireyin inisiyatifinde arzu ettiği bir etkinlikle ilgileneceği zaman (Tezcan, 1993), bireyin hayatını sürdürebilmesi adına yapması beklenen çalışmaların haricinde kendi tercihlerine ayıracağı zaman (Gökçe, 1984), bireysel doyumunu artıran ve mutluluk içeren, seçme şansının olduğu keyifli (Yetim, 2005) insan hayatının hususi bir alanı, rahatlama, dinlenme, deneyim ve bilgisini artırma, fizyolojik ve psikolojik zevklerinde kendini gerçekleştirme olarak ifade edilmektedir (Özşaker, 2012). İnsanların yaşadıkları süre içerisinde motivasyonlarını kaybetmemeleri, sağlıklı birer birey olabilmeleri ve bunun yanı sıra sosyalleşebilmeleri için zorunlu ihtiyaçlardan biri olarak sayabileceğimiz bir etkinlik haline gelmiştir. Akademik alanda ya da iş hayatındaki kazanımlar, artık insanların başarılı olarak görülebilmesi için tek başına yeterli kabul edilmemektedir. İnsanların toplumda başarılı sayılabilmesi için sadece iş hayatı değil bunun yanı sıra sosyal hayatta da farklı kazanımları olması, hobiler edinmesi ve özel hayatına zaman ayırabilmesi gerekmektedir (Aytaç, 2017). Boş zamanların faydalı bir şekilde değerlendirilmesinin toplumsal uyum, refah ve kalkınma sağlayacağı, üniversite gençliğinin, sağlıklı ve nitelikli olabilmesi ülkenin geleceğine yön vermesi açısından da gerekli olduğu düşünülmektedir.

Günümüzde okul ve gelecek kaygısı arasında sıkışmış olan üniversite gençliği kendi içinde çatışmalar yaşamakta ve bunları içselleştirip mutsuz bireyler haline gelebilmektedir. Aristoteles'in mutluluk kavramı hakkındaki temel yargısına bakacak olursak tüm insanların aradığı mutluluktur. "Mutluluk insan yaşamının ereğidir: Mutluluk ya da insansal iyi ruhun mükemmel olana uygun biçimde ya da çeşitli mükemmellikler arasında en iyisine uygun olarak etkinliğidir. Bu etkinlik yaşam boyu sürmek durumundadır" (Büyükdüvenci, 1993). Mutluluk bireyi olumlu yönde etkiler düşüncesine bağlı olarak fikir birliği sağlansa da; bireylerin nasıl ve neden mutlu olduğu konusunda birlik sağlanamamıştır. Çünkü her bireyin yetiştiği toplum nedeniyle mutluluğa bakış açısı değişmektedir (Diener ve ark., 1995). Lyubomirsky ve Lepper'de (1999) mutluluğun bireye özgü değişken bir kavram olduğunu belirtmişlerdir. Veenhoven'da (2010), mutluluk, objektif açıdan ele alındığında özgürlük, iyileştirilmiş yaşam koşulları, refah ve barış gibi olumlu bileşenlere sahipken, sübjektif açıdan değerlendirildiğinde duygu durumu ve ruhsallıkla ilişkilidir. Bu bağlamda mutluluğu anlamlandırmak için öznel mutluluk teorisini geliştirmişlerdir (Akt: Padır ve ark., 2015). Pozitif psikolojik akımdan etkilenen öznel

mutluluk bireyin sağlık durumu, neşe ve huzurlarının değerlendirilmesi olarak ele alınmıştır (Lyubomirsky, 2001). Daha çok anlık duygu değişimleri ve bu doğrultuda mutluluk, yaşamın kendisi gibi değişkenlik arz ederek anlıktır, yani bir an mutlu, bir an mutsuz olabilir (Kara, 2010). Bu bağlamda bireyler, bazı olay veya durumlardan etkilenerek mutlu ya da mutsuz olmaktadır.

Tarihin her döneminde filozoflar mutluluğa önem vermiş olmalarına, pozitif psikologlar birçok araştırmalarını mutluluk üzerine yapmış olmalarına rağmen genel anlamda çalışmaların çoğunlukla sıkıntılar ve bireyin mutsuzluğu üzerine olması dikkat çekicidir (Diener ve Emmons, 1984). Temele Hümanistlik görüşleri alarak yapılan bilimsel araştırmalar ışığında uygulanacak olan toplumsal reformlar sonrasında daha mutlu bireyler ve daha iyi bir toplum beklentisi mevcuttur. Mutluluk dış kaynaklara nazaran aslında daha çok iç dinamiklerle ilgilidir. Bazen sıkıntılı olarak algılanan bir durumun hoş görülmesi, yaşanan güzel bir durumdan daha mutluluk verici olabilmektedir (Veenhoven, 1994). Freud, ruh sağlığı yerinde olan insanın en önemli iki özelliğini, “çalışmak ve sevmek” olarak belirtmiştir (Kılıççı, 2006). Öznel mutluluk, ruh sağlığının pozitif yanını temsil etmektedir (Koivumaa-Honkanen ve ark., 2005). Bireylerin ruh sağlıklarını izlemede, değerlendirmede ve ruhsal bozuklukların erken teşhisinde öznel mutluluğun önemli bir araç olduğu belirtilmektedir (Bray ve Gunnell, 2006). Kendileri hakkında daha olumlu düşünen insanların öznel olarak mutlu oldukları (Campbell, 1981; Lee ve Im, 2007), duygularını kontrol etmede daha iyi oldukları (Larson, 1989), yaşadıkları olayları daha soğukkanlı değerlendirdikleri (Matlin ve Gavron, 1979) ve duygusal tepkileri olumsuz olaylarda daha kısa süreli iken olumlu olaylarda daha yoğun olduğu (Seidnitz, Wyer ve Diener, 1997) kanıtlanmıştır (Suh ve ark., 1998). İnsanların hayatı nasıl algıladıkları, nasıl yorumlayıp yaşadıkları, olaylara olumlu ya da olumsuz olarak bakmalarında dahi mutluluğun bireylerdeki seviyesinin etkili olduğu bulunmuştur (Doman, 2010; Lyubomirsky ve Tucker, 1998).

İnsanların boş zaman faaliyetlerine katılımı öznel mutluluğun hayati bir göstergesi olarak kabul edilmiş (Kuykendall, Tay ve Ng, 2015) ancak günlük yaşama ait sorumluluklar arasında çakışmalar olabilmekte, çoğu zaman tercih aşamasında birey çatışma yaşayabilmektedir. Özellikle üniversite öğrencileri boş zaman aktivitelerine duyduğu ihtiyaç (Fries, Dietz ve Schmid, 2008) dolayısıyla bu çatışmaya daha çok maruz kalabilmektedirler (Hofer ve ark., 2010). Yapılan çalışmada, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinin farklı bölümlerinde okuyan gençlerin ders-boş zaman çatışması ve öznel mutluluk algılarına dair genel bir profilin ortaya çıkartılması ve gelecekteki çalışmaların zeminine fayda sağlanması amaçlanmaktadır.

## **2. MATERYAL ve YÖNTEM**

### **2.1. Araştırmanın Modeli**

Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

### **2.2. Araştırma Grubu**

Araştırmanın evrenini Gaziosmanpaşa Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi ve Antrenörlük Eğitimi Normal Öğrenim ve İkinci Öğrenime ait toplam sayı 480 olarak bildirilmiştir. Yapılan power analiz sonucu en az 214 öğrenci olması gerektiği belirlenmiştir. Belirlenen evren içerisinde tesadüfi

olmayan örnekleme yöntemleri içinden kolayda örnekleme yöntemi tercih edilerek 80 kadın ( $M_{Yaş}=21,01\pm1,54$ ) ve 147 erkek ( $M_{Yaş}21,72\pm2,62$ ) öğrenci oluşmaktadır.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları kişisel bilgi formu, boş zaman çatışma ölçeği ve öznel mutluluk ölçeği kullanılmıştır.

#### Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanan katılımcıların demografik bilgilerinin yer aldığı (cinsiyet, bölüm, sınıf ve yaş) ilk bölümdür.

#### Ders-Boş Zaman Çatışma Ölçeği

Ders ve Boş zaman çatışmasının belirlenebilmesi için, Tsaur, Liang ve Hsu (2012) tarafından geliştirilen ve Işık ve Demirel (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Ders-Boş Zaman Çatışma ölçeği kullanılmıştır. Ölçek toplam 20 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. 5 alt boyuttan oluşan ölçeğin alt boyutları; dersin boş zamanla çatışması (zamansal-gerilim-yoğunluk) ve boş zamanın dersle çatışması (gerilim-yoğunluk) şeklindedir. Değerlendirmede, ortalama üzerinden değerlendirilen ölçekte, ortalama artıka ders boş zaman çatışması artmaktadır. Çalışma verilerde ölçeğin genelinde ilişkin iç tutarlılık katsayısı .904'dür. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları ise, dersin boş zamanla çatışması (zamansal (.863)-gerilim (.783)-yoğunluk (.819) ve boş zamanın dersle çatışması gerilim (.762)-yoğunluk (.796) dir.

#### Öznel Mutluluk Ölçeği

Öznel mutluluk ölçeği, Lyubomirsky ve Lepper (1999) tarafından geliştirilen, Akın ve Satıcı (2011) tarafından Türkçe'ye adapte edilmiştir. Ölçek, 4 betimsel maddeden oluşmakta ve 7'li likert türü olan bir ölçme aracıdır. Ölçeğin alt boyutları bulunmamaktadır. Ölçek değerlendirmesinde en az 4 en fazla 28 puan alınmaktadır. Alınan puan artıka bireyin öznel mutluluğun yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çalışma için ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .717' dir.

### 2.4. Verilerin Analizi

Çalışmanın verilerinin analizi IBM SPSS Statistics for Windows, version 22.0 (IBM Corp., Armonk, N.Y., USA) programı kullanılmıştır. Çalışmada elde verilerin normallik analizi için basıklık-çarpıklık değerleri incelenerek verilerin normal dağıldığı ( $\pm 1.00$ ) tespit edilmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerde aritmetik ortalama (M) ve standart sapma (Ss); veriler normal dağılım koşullarını sağladığı için farklılığı tespit etmek amacıyla bağımsız örneklemlerde T-Testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonucunda farklılığı oluşturan grupları belirlemek amacıyla post-hoc testlerinden LSD uygulanmış sonuçlar .05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

### 2.5. Araştırma Yayın Etiği

Hitit Üniversitesinin Girişimsel Olmayan Etik Kurulu'ndan (27.09.2021 tarihli ve 2021-230 sayılı 2021-78 karar nolu Etik Kurulu) çalışmanın yapılabilmesi için gerekli etik kurul onayı alınmıştır. Çalışmaya başlamadan önce öğrencilere araştırmanın amacı ve elde edilen sonuçların hangi amaçlarla kullanılacağı anket formu üzerinden açıklanmıştır.

### 3. BULGULAR

Bu bölümde, çalışmada elde edilen verilerin analiz sonuçları ve varılan sonuçlar doğrultusunda açıklamalar ve yorumlar yapılmıştır.

**Tablo 1.** Katılımcıların demografik bilgilerine göre ölçeklere ait tanımlayıcı istatistikleri

		<b>n</b>	<b>f</b>
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	80	35.2
	Erkek	147	64.8
<b>Bölüm</b>	Beden eğitimi ve spor	115	50.7
	Antrenörlük eğitimi	112	49.3
<b>Sınıf</b>	1.Sınıf	49	21.6
	2.Sınıf	71	31.3
	3.Sınıf	61	26.9
	4.Sınıf	46	20.3

Çalışmaya katılan öğrencilerin Tablo 1’de yer alan demografik değişkenleri incelendiğinde, okudukları bölüme göre öğrencilerin %51’i Beden eğitimi ve spor eğitimi (BES), %26’sı Antrenörlük eğitimi ikinci öğrenimde (ANT-İÖ) ve %23’ü Antrenörlük eğitimi normal öğrenimde (ANT-NÖ) okumaktadır. Okudukları sınıf bazında değerlendirildiklerinde sırasıyla %31’i 2. Sınıf, %27’si 3. Sınıf, %22’si 1. Sınıf ve %20’si 4. Sınıf öğrencisinden oluştuğu tespit edilmiştir.

**Tablo 2.** Kadın ve Erkek öğrencilerin Öznel mutluluk ve Ders-boş zamanla çatışması düzeylerinin karşılaştırılması için t testi tablosu

<b>Ölçek</b>	<b>Grup</b>	<b>n</b>	<b>X</b>	<b>Ss</b>	<b>t</b>	<b>df</b>	<b>p</b>
<b>ÖMÖ</b>	<b>Kadın</b>	80	17.08	5.16	-.445	225	.678
	<b>Erkek</b>	147	17.35	4.11			
<b>DBZÇ Zamansal</b>	<b>Kadın</b>	80	3.08	1.10	.285	225	.776
	<b>Erkek</b>	147	3.03	1.17			
<b>DBZÇ Gerilim</b>	<b>Kadın</b>	80	3.25	0.92	1.494	225	.137
	<b>Erkek</b>	147	3.07	0.81			
<b>DBZÇ Yoğunluk</b>	<b>Kadın</b>	80	2.90	0.93	.013	225	.989
	<b>Erkek</b>	147	2.90	0.96			
<b>BDZÇ Gerilim</b>	<b>Kadın</b>	80	2.92	1.10	.234	225	.819
	<b>Erkek</b>	147	2.88	1.04			
<b>BDZÇ Yoğunluk</b>	<b>Kadın</b>	80	2.66	0.89	.218	225	.829
	<b>Erkek</b>	147	2.63	0.86			
<b>DBZÇ Genel</b>	<b>Kadın</b>	80	2.97	0.74	.701	225	.489
	<b>Erkek</b>	147	2.90	0.71			

Tablo 2 incelendiğinde, öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlara göre cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan fark olup olmadığı bağımsız örnekleme t testi analizi ile değerlendirilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre, cinsiyet

değişkenine göre öznel mutluluk ölçeği ve ders-boş zaman çatışması ölçeği toplam puan ve alt boyutları açısından istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.** Öğrencilerin okudukları sınıfa yönelik Öznel mutluluk ve Dersin boş zamanla çatışması düzeylerinin karşılaştırılması için varyans analizi tablosu

	n	X	ss	Var.Kay	K.Top.	Sd	K.Ort.	f	p	Post-Hoc (LSD)
<b>DBZÇ Yoğunluk</b>	<b>1.Sınıf</b>	49	2.76	1.03	Grulararası	12.107	3	4.036		
	<b>2.Sınıf</b>	71	2.85	0.93	Gruplariçi	191.775	223	.860		3>1 (p=.004)
	<b>3.Sınıf</b>	61	3.27	0.91	Toplam	203.882	226		4.693	.003 3>2 (p=.011)
	<b>4.Sınıf</b>	46	2.66	0.83						3>4 (p=.001)

Öğrencilerin okudukları sınıflara yönelik öznel mutluluk ölçeği ve ders-boş zaman çatışma ölçeği genel ve alt boyutları arasındaki farkı belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde, ders-boş zaman çatışma ölçeği alt boyutu olan yoğunluk alt boyutu hariç, öznel mutluluk ölçeği ve ders-boş zaman çatışması ölçeği genel ve diğer alt boyutlarında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Ders-boş zaman çatışması yoğunluk alt boyutu için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucu farklılığın 3. Sınıf öğrencilerinin diğer sınıf öğrencileri ile arasında olduğu yapılan post-hoc LSD analizi ile tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ).

**Tablo 4.** Öğrencilerin okudukları bölüme yönelik Öznel mutluluk ve Ders-boş zamanla çatışması düzeylerinin karşılaştırılması için t testi tablosu

Ölçek	Grup	n	X	ss	t	df	p
<b>DBZÇ zaman</b>	<b>BES</b>	115	2.88	1.14	-2.287	225	.023
	<b>ANT</b>	112	3.22	1.11			

Öğrencilerin okudukları bölümlere yönelik öznel mutluluk ölçeği ve ders-boş zaman çatışma ölçeği genel ve alt boyutları arasındaki farkı tespit etmek için bağımsız örnekleme t testi analizi yapılmıştır. Analiz sonucu elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde istatistiksel açıdan ders-boş zaman çatışması zaman alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiş ( $p<0.05$ ), diğer alt boyutlarda ve öznel mutluluk düzeyinde anlamlı bir fark saptanmamıştır ( $p>0.05$ ).

#### 4. TARTIŞMA

Üniversite öğrencilerinin ders-boş zaman çatışmasını ve bu çatışmanın bireyin öznel mutluluğuyla olan ilişkisinin belirlenmesinin günümüz gençliğinin potansiyeli üzerine alan yazına katkı sağlayacağı sebebiyle spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin ders-boş zaman çatışması ve öznel mutluluk algılarına dair genel bir profilin ortaya konulması istenmiştir. Literatürde yer alan çalışmalara bakıldığında, ders-boş zaman çatışması ile öznel mutluluğu ele alan sınırlı sayıda çalışma bulunmuştur. Elde edilen veriler sonucunda, katılımcıların cinsiyet ve okudukları bölüm değişkenleri ele alındığında, öznel mutluluk ve ders-boş zaman çatışması ölçeği genel ve alt boyutlarına bakıldığında, istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunmamıştır. Er ve arkadaşları (2021), 764 üniversite öğrencisi ile yapmış oldukları çalışmada, ders-

boş zaman çatışması cinsiyet değişkeninde istatistiksel açıdan anlamlı bir fark tespit etmemişlerdir.

Katılımcıların okudukları sınıf değişkeni incelendiğinde mutluluk düzeyleri, ders-boş zaman çatışma ölçeği ve alt boyutları puanları değerlendirildiğinde orta düzey puana sahip oldukları gözlenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, ders-boş zaman çatışma ölçeğine ait yoğunluk alt boyutunda anlamlı fark gözlenirken, bu farklılık 3. Sınıf öğrencilerinin diğer sınıflar ile arasından kaynaklandığı tespit edilmiştir.

Kalkan'ın (2020) yaptığı çalışmada cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde, ders-boş zaman çatışmasında gerilim alt boyutunda kadın öğrencilerin daha yüksek puan aldığını saptamıştır. Odabaşı'nın (2016), yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerinde istatistiksel açıdan bir fark olmadığını gözlemiştir. Cinsiyet açısından anlamlı bir fark olmaması durumunun yaşanılan dönem içerisinde kadın ve erkek öğrencilerin benzer ve yakın duygu durumu içerisinde olduğu düşünülmektedir. Ders-boş zaman yoğunluk çatışmasının artması bireylerin öznel mutluluklarının düştüğünü göstermektedir. Bu doğrultuda bakıldığında Honça ve Koç' un (2020) yaptıkları çalışmada ders-boş zaman çatışması gerilim ve boş zaman-ders çatışması gerilim alt boyutlarının mutluluğu etkilemediği, ancak ders-boş zaman çatışması zamansal alt boyutunda mutluluğu azalttığını ortaya çıkmıştır. Araştırmanın modeline göre ders-boş zaman çatışmasının öznel mutluluğu etkileyeceği varsayılmıştır.

## 5.SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmada elde edilen veriler sonucunda, katılımcıların mutluluk düzeyleri, ders-boş zaman çatışma ölçeği ve alt boyutları puanları değerlendirildiğinde orta düzeyde puana sahip oldukları gözlenmiştir. Katılımcıların puanları göz önüne alındığında birbirlerine yakın puanlar elde etmişlerdir. Katılımcıların cinsiyetleri göz önüne alındığında mutluluk ve çatışma açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Okudukları sınıf ve bölüm bazında değerlendirildiğinde mutluluk puanları açısından anlamlı bir fark saptanmamıştır. Çatışma açısından değerlendirildiğinde ise okudukları sınıf içerisinde ders-boş zaman çatışması yoğunluk alt boyutunda anlamlı fark bulunmuştur.

Yapılan araştırmaya öneri olarak daha fazla öğrenci sayısına ulaşılarak yapılmasının da literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Buna ek olarak öğrenci yaş grubunun zorunlu eğitimin orta öğretim aşamasındaki öğrencilerinde ders-boş zaman çatışması ve öznel mutluluk açısından irdelenmesinin öğrencilerin ergenlik dönemleriyle birlikte zorlu bir eğitimin sürecinde nasıl etkilendiklerine de bakılması bir diğer öneri unsurudur. Elde edilen sayısal bulgular neticesinde çalışmaya ek olarak nitel çalışma yöntemiyle desteklenip yaşanılan durumun nedenlerine yönelerek çözümcü bir durum değerlendirilmesinin yapılması da sıralanacak öneriler arasında yer almaktadır.

## 6. ÇIKAR ÇATIŞMASI VE ETİK KURUL ONAY

**Çıkar çatışması:** *Yazarlar tarafından çıkar çatışması olmadığı bildirilmiştir.*

**Finansal destek:** *Yazarlar tarafından finansal destek olmadığı bildirilmiştir.*

**Etik Kurul Onayı:** *Hitit Üniversitesinin Girişimsel Olmayan Etik Kurulu'ndan (27.09.2021 tarihli ve 2021-230 sayılı 2021-78 karar nolu Etik Kurulu) çalışmanın*

*yapılabilmesi için gerekli etik kurul onayı alınmıştır. Çalışmaya başlamadan önce öğrencilere araştırmanın amacı ve elde edilen sonuçların hangi amaçlarla kullanılacağı anket formu üzerinden açıklanmıştır.*

## 7. KAYNAKÇA

**Aytaç, Ö. (2017).** İşlevselci yaklaşım açısından boş zaman sosyolojisi: kurumlar, süreçler, etkinlikler. Ed: Karaküçük, S. ve ark. *Rekreasyon Bilimi*.

**Bray, I. ve Gunnell, D. (2006).** Suicide rates, life satisfaction and happiness as markers for population mental health. *Social Psychiatry*, 41(5), 333-337.

**Büyükdüvenci, S. (1993).** Aristoteles'te mutluluk kavramı. *Felsefe Dünyası*, 9(1), 41-45.

**Campbell, A. (1981).** The sense of well-being in America. New York: Mcgraw-Hill.

**Diener, E., Suh, E. M., Smith, H., ve Shao, L. (1995).** National differences in reported subjective wellbeing: Why do they occur? *Social Indicators Research*, 34(1), 7-32.

**Diener, E., ve Emmons, R. A. (1984).** The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(5), 1105-1117.

**Doman, M. M. (2010).** Compassion fatigue, burnout, compassion satisfaction, and subjective happiness in mental health providers (Yayınlanmamış doktora tezi). University Of La Verne, CA, ABD.

**Dost-Tuzgöl, M. (2005).** Ruh sağlığı ve öznel iyi oluş. *Eurasian Journal of Educational Research*, 20(1), 223-231.

**Er, Y., Çuhadır, A., Demirel, M. Kaya, A. ve Aksu, H. S. (2021).** Examination of the relationship between the university students' course-leisure conflict and curiosity. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 15(3), 929-934.

**Fries, S., Dietz, F., ve Schmid, S. (2008).** Motivational interference in learning: the impact of leisure alternatives on subsequent self-regulation. *Contemporary Educational Psychology*, 33(2), 119-133.

**Gökçe, B. (1984).** Orta öğretim gençliğinin beklenti ve sorunları. Ankara: MEB Yayınları.

**Hofer, M., Fries, S., Helmke, A., Kilian, B., Kuhnle, C., Zivkovic, I., Goellner, R., ve Helmke, T. (2010).** Value orientation and motivational interference in school-leisure conflicts: the case of Vietnam. *Learning and Instruction*, 20(3), 239-249.

**Honça, A. A. ve Koç, M. C. (2020).** The role of course-leisure conflict on happiness. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 5(13), 1421-1444.

**Işık, U., ve Demirel, M. (2018).** Turkish adaptation of study-leisure conflict scale, its validity and reliability. *European Journal of Education Studies*, 4(3), 31-43.

**Kalkan, K. (2020).** Farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin ders-boş zaman çatışmaları arasındaki ilişkilerinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Rize.

**Kara, M. M. (2010).** The relation of job satisfaction with happiness and success level (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

**Karaküçük, S. (2008).** Rekreasyon, boş zamanları değerlendirme. Ankara: Gazi Kitabevi.

**Karmaz, E. (2018).** Sosyal bir olgu olarak zaman kavramının dönüşümü. *Toplum ve Kültür Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 69-86.

**Kılıççı, Y. (2006).** Okulda ruh sağlığı. Ankara: Anı Yayıncılık.



**Koivumaa-Honkanen, H., Kaprio, J., Honkanen, R.J., Viinamäki, H., ve Koskenvuo, M. (2005).** The stability of life satisfaction in a 15-year follow-up adult Finns healthy at baseline. *BMC Psychiatry*, 5(1), 1-8.

**Kuykendall, L., Tay, L., ve Ng, V. (2015).** Leisure engagement and subjective well-being: A metaanalysis. *Psychological Bulletin*, 141(2), 364-403.

**Larson, R. (1989).** Is feeling "in control" related to happiness in daily life? *Psychological Reports*, 64(3), 775-784.

**Lee, J. Y. ve Im, G. S. (2007).** Self-Enhancing bias in personality, subjective happiness, and perception of life events: a replication in a korean aged sample. *Aging and Mental Health*, 11(1), 57- 60.

**Lyubomirsky, S. (2001).** Why are some people happier than others? the role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56(3), 239-249.

**Lyubomirsky, S. ve Lepper, H. S. (1999).** A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social indicators research*, 46(2), 137-155.

**Lyubomirsky, S., ve Tucker, K. L. (1998).** Implications of individual differences in subjective happiness for perceiving, interpreting, and thinking about life events. *Motivation and Emotion*, 22(2), 155-186.

**Matlin, M. W. ve Gawron, V. J. (1979).** Individual differences in Pollyannaism. *Journal of Personality Assessment*, 43(4), 411-412.

**Odabaşı, Ş. (2016).** Üniversite öğrencilerinin online oyun bağımlılığı düzeylerinin öznel mutluluk düzeyleriyle ilişkisi (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

**Özşaker, M. (2012).** Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 126-131.

**Padır, M. A., Eroğlu, Y. ve Çalışkan, M. (2015).** Ergenlerde öznel mutluluk ile siber zorbalık ve mağduriyet arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Adiction and Cyberbullyın*, 2(1), 32-51.

**Powrie, B., Kolehmainen, N., Turpin, M., Ziviani, J., ve Copley, J. (2015).** The meaning of leisure for children and young people with physical disabilities: a systematic evidence synthesis. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 57(11), 993-1010.

**Seidnitz, L., Wyer, R. S. ve Diener, E. (1997).** Cognitive correlates of subjective well-being: the processing of valenced life events by happy and unhappy persons. *Journal of Research in Personality*, 31(2), 240-256.

**Suh, E., Diener, E., Oishi, S. ve Triandis., H. C. (1998).** The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 482-493.

**Tezcan, M. (1993).** Boş zamanlar sosyolojisi. Ankara: Ankara Üniversitesi Yayınları.

**Tsaur, S.-H., Liang, Y.-W., ve Hsu, H.-J. (2012).** A multidimensional measurement of work-leisure conflict. *Leisure Science: An Interdisciplinary Journal*, 34(5),395- 416.

**Veenhoven, R. (1994).** Is happiness a trait?. *Social Indicators Research*, 32(2), 101-160.

**Veenhoven, R. (2010).** Life is getting better: societal evolution ve fit with human nature. *Social Indicators Research*, 97(1), 105-122.

**Yetim A. (2005).** Sosyoloji ve spor. İstanbul: Yayılcık Matbaası.

## Extended Summary

### Introduction

Different characteristics of individuals lead us to focusing on the potential of today's youth to realize their subjective happiness on the basis of these differences. Thus, the purpose of this study is to examine the effect of the correlation between class-leisure conflict and subjective happiness on students receiving education in Gaziosmanpaşa University Faculty of Sport Sciences.

### Method

In the study conducted, correlational screening model was used. The sample of the study was chosen using simple random sampling. The target population of the study was reported to be a total of 480 students in affiliation with Gaziosmanpaşa University Faculty of Sport Sciences Physical Education and Sport Education and Coaching Education Day Education and Evening Education. As a result of the power analysis, the minimum number required for students was determined to be 214. Using convenience sampling from nonrandom sampling methods, 80 female students (MAge=21.01±1.54) and 147 male students (MAge=21.72±2.62) were chosen from the target population specified. Data collection tools were personal information form which was created by the researchers, "Class-Leisure Conflict Scale" and "Subjective Happiness Scale". The study data were analyzed using the IBM version 22.0 program.

### Findings, Discussion and Results

Examining the study findings, it was observed that the students obtained average scores from the subjective happiness and class-leisure conflict scales. It was determined that there was a significant difference in the class-leisure conflict intensity subscale in terms of the participants' class variable and in the class-leisure conflict time subscale in terms of their department variable. Accordingly, evaluating on the basis of gender, class and department of the students, it was observed that they experienced no problem in terms of subjective happiness and class-leisure conflict. Examining in terms of gender variable in the study by Kalkan (2020), it was determined that female students obtained higher scores in the class-leisure conflict tension subscale. In a study conducted by Odabaşı (2016), it was observed that there was no statistically significant difference in happiness levels of university students. Another study conducted by Er et al. (2021) with 764 university students found that there was no statistically significant difference in the class-leisure conflict gender variable. Evaluating in terms of conflict, it was determined that there was a significant difference in the class-leisure conflict intensity subscale within the class. As a recommendation to the present study, it is believed that reaching more students will also contribute to the literature. In addition to this, it is recommended to examine the student age group in terms of class-leisure conflict and subjective happiness in secondary school students receiving compulsory education and to survey how students are affected by a compelling process of education during their puberty. As a result of the numeric findings obtained, it is also recommended to support the study with qualitative research method and to evaluate the situation in a soluble way by focusing on the reasons of the situation faced.

**How to cite:** Bal Turan, E., Aybek, A., Yagar, G. (2023). Place of Subjective Happiness in Study-Leisure Conflict: The Case of Gaziosmanpasa University. *Journal of Sport and Recreation Researches*, 5(1), 78-87. Doi: 10.52272/srad.1297585