



Araştırma Makalesi <https://dergipark.org.tr/tr/pub/igdirsbid> 2024, Cilt:7, Sayı:1, 1-9

Doi: 10.48133/igdirsbid.1401182

**Yüklenme Tarihi:** 6.12.2023 **Kabul Tarihi:** 17.03.2024 **Yayın Tarihi:** 31.07.2024

## Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Ekonomik Özelliklerine Göre Rekreatif Etkinliklere Yönelik Flow Yaşantılarının İncelenmesi <sup>1</sup>

Murat ÖZMADEN<sup>2\*</sup> , Batuhan ORDU<sup>3</sup> 

<sup>2</sup> Iğdır Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

<sup>3</sup> Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

### ÖZ

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik özelliklerine göre rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantılarının incelenmesidir. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 333 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Etkinlik Tecrübe Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi için bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Çalışmanın sonuçları, daha yüksek gelir grubunda yer alan öğrencilerin daha düşük akış ve kaygı yaşadıklarını göstermiştir. Ders saatleri dışında bir işte çalışan öğrencilerin akış ve kaygı yaşantıları daha düşük bulunmuştur. Ailesinin yanında ve öğrenci yurdunda ikamet eden öğrencilerin akış ve kaygı yaşantıları evde ikamet eden öğrencilere göre yüksek elde edilmiştir. Sonuç olarak; üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklerde yaşadıkları akış ve kaygı deneyimleri sosyo-ekonomik durumları çerçevesinde değişim göstermektedir.

**Anahtar kelimeler:** Rekreatif Etkinlik, Akış Deneyimi, Üniversite Öğrencileri

### Examining the Flow Experiences in Recreational Activities According to the Socioeconomic Characteristics of University Students

#### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the flow experiences of university students for recreational activities according to their socio-economic characteristics. 333 students studying at Aydın Adnan Menderes University Faculty of Sports Sciences participated in the study. In the study, Efficiency Experience Scale was used as a data collection tool. Independent sample t test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used for the analysis of the obtained data. The results of the study showed that students in the higher income group experienced lower flow and anxiety. Students working in a job were found to have lower flow and anxiety experiences. The flow and anxiety experiences of the students residing with their families and in the student dormitory were higher than the students residing at home. As a result; The flow and anxiety experiences of university students in recreational activities vary within the framework of their socio-economic status.

**Keywords:** Recreational Activity, Flow Experience, University Students

<sup>1</sup> Bu çalışma 7-9 Ekim 2022 tarihleri arasında Aydın'da düzenlenen 6. Uluslararası Akademik Spor Araştırmaları Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

\* Sorumlu Yazar: muratozmaden@gmail.com

## GİRİŞ

Akış (flow) kavramı ilk olarak, Csikszentmihalyi (1975) tarafından en iyi deneyimlerin gözlenebilmesi için ortaya atılmıştır. Akış, bir aktivitenin içerdiği görevler üzerinde yoğun bir konsantrasyon ile karakterize edilmektedir (Nakamura ve Csikszentmihalyi, 2002; Kawabata ve ark., 2008). Kişiler bir aktiviteye dikkatini odakladıklarında, başka bir konunun varlığını görmezden geldiklerinde; diğer bir deyişle kendisini o an içerisinde bulunduğu aktiviteden ayrı düşünmediklerinde akış deneyimi yaşamaktadırlar (Cheng ve Lu, 2015; Lee ve ark., 2019).

Akış durumundaki kişi, düşüncelerini filtreleyerek tam katılım ile aktiviteden kaynaklanan doyum sayesinde mutluluk, zevk, heyecan gibi olumlu duygular algılayabilmektedir ve aktiviteye tekrar katılmak için istekli olmaktadır. Bu durum akış kavramının özünde ödüllendirici bir deneyim olduğunu göstermektedir (Csikszentmihalyi, 1992; Wöran ve Arnberger, 2012). Aktivitenin kendi özünde ödüllendirici olması, dışsal bir ödül veya fayda beklentisi ile değil, aktivitenin zevkli, yapmaya değer oluşu ve kendi kendine yeterli olmasından kaynaklanmaktadır (Chang, 2017).

Akış, meydan okuma ve aktivitenin gerektirdiği zorluğun üstesinden gelme becerisi, açıkça belirlenmiş hedefleri ve öznel geri bildirimleri içermektedir (Decloe ve ark., 2009). Aktivitenin doğasında bulunan zorluklar ve görevi yerine getiren kişinin meydan okuma becerileri orantılı olmalıdır (Jackson ve Csikszentmihalyi, 1999; Wu ve ark., 2013). Fullagar ve ark. (2012) zorluk ve meydan okuma düzeyi düşük aktivitelerin eğlenceli olabileceği ancak akış deneyimine ulaştırmayacağını öne sürmüşlerdir. Öte yandan aktivitenin gerektirdiği zorluklar, becerileri aştığında kaygı yaşanmaktadır. Akış karşıtı bir durum olan ve aktivitenin gerçekleştirildiği sırada hissedilen kaygı akış deneyimini engelleyebilmektedir (Csikszentmihalyi, 1975; 1990). Nakamura ve Csikszentmihalyi (2002), kaygı yaşayan bir kişinin, odağını aktiviteden ziyade eksikliklerine yöneltmesi ile akış durumu yaşamayı engelleyen bir zihinsel durum yarattığı şeklinde açıklamıştır.

İnsanların serbest zamanları ve bu süre zarfında gerçekleştirdikleri aktivitelerin önemi gün geçtikçe artmaktadır (Turhal ve ark., 2020). Dolayısıyla rekreasyonel katılım, rekreasyon deneyimlemede önemli bir öncül faktör olarak görülmektedir (Cheng ve Lu, 2015). Genç nüfus, özellikle öğrenci kesimi dikkate alındığında ders ve sınav yükümlülükleri, maddi olanaksızlıkları gibi unsurlar öğrencilerin rekreasyonel katılımlarını veya rekreasyonel katılım sıklıklarını olumsuz yönde etkilemektedir (Akyol ve Akkaşoğlu, 2020).

Rekreasyonel katılımı engelleyen bir faktör olarak sosyo-ekonomik durumun üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere yönelik akış yaşantıları ve kaygı yaşantılarını nasıl etkilediğinin incelenmesi bu çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Yapılan araştırmamızda sosyo-ekonomik duruma bakımından üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere yönelik akış ve kaygı yaşantılarının incelendiği yeterli oranda çalışmaya rastlanılamaması nedeniyle bu çalışmanın ilgili literatüre katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımını artırmak ve akış deneyimlerini optimize etmek için alınabilecek önlemleri değerlendirmek için bir temel sağlayabilir.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik özelliklerine göre rekreasyonel etkinliklere yönelik akış ve kaygı yaşantılarını incelemek amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden genel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri, geçmişte veya halen var olan bir durumu betimlemek için bir konu hakkında kişilerin görüş veya tutumlarının alındığı araştırma yöntemidir. Tarama modellerinde genel yargıya varmak için evrenin tamamı veya çok sayıda birimden oluşan evreni temsil edecek şekilde alınan bir grup üzerinde araştırma yapılmaktadır (Karasar, 2012; Gürbüz ve Şahin, 2018).

## Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 1240 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklem büyüklüğünün ne olması gerektiğine karar verilmesi önemli konulardan biridir ve araştırmanın gücünü doğrudan etkilemektedir. Örneklem büyüklüğü ne olması gerekenden çok fazla ne de çok az olmalıdır (Keskin, 2020). Optimum örneklem büyüklüğünü hesaplamak için evren büyüklüğünün bilindiği durumda kullanılan formülden yararlanılmıştır (Naing vd., 2006; Kılıç, 2012). Araştırmanın örneklem büyüklüğü 0,05 anlamlılık düzeyinde 294 olarak hesaplanmıştır. Bu doğrultuda Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 333 öğrenciye ulaşılmıştır.

$$n = \frac{NZ^2 p(1-p)}{d^2(N-1) + Z^2 p(1-p)}$$

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımlar Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özellikleri

Değişken	Frekans	Yüzde (%)
<b>Cinsiyet</b>		
Erkek	196	58,9
Kadın	137	41,1
<b>Bölüm</b>		
Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi	66	19,8
Antrenörlük Eğitimi	60	18
Rekreasyon Eğitimi	97	29,1
Spor Yöneticiliği	110	33
<b>Ailenin aylık ortalama geliri</b>		
4500 TL ve altı	282	84,7
4501 TL – 7999 TL	26	7,8
8000 TL ve üzeri	25	7,5
<b>Ders saatleri dışında çalışma durumu</b>		
Çalışıyor	179	53,8
Çalışmıyor	154	46,2
<b>İkamet yeri</b>		
Ev	65	19,5
Öğrenci yurdu	242	72,7
Aile yanında	26	7,8
<b>Toplam</b>	<b>333</b>	<b>100</b>

Araştırmaya 196 (%58,9) erkek ve 137 (%41,1) kadın üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların %33'ü Spor Yöneticiliği, %29,1'i Rekreasyon Eğitimi, %19,8'i Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi ve %18'i Antrenörlük Eğitimi bölümünde öğrenim görmektedir. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik özelliklerini belirlemek için ailelerinin ortalama gelirleri, ders saatleri dışında çalışma durumları ve ikametleri sorulmuştur. Katılımcıların %84,7'sinin ailesinin 4500 TL ve altı gelire sahip olduğu görülmektedir. %7,8'i 4501-7999 TL ve %7,5'i 8000 TL ve üzeri gelir grubuna dâhildir. Katılımcıların %53,8'i ders saatleri dışında bir işte çalıştıklarını belirtmişlerdir. %46,2'si ise ders saatleri dışında herhangi bir işte çalışmamaktadır. İkamet yerleri sorulduğunda; %72,7'si öğrenci yurdunda kaldıklarını ve bunu sırasıyla %19,5 ile evde ve %7,8 ile ailesinin yanında kalan öğrenciler takip etmektedir.

## Veri Toplama Araçları

Araştırmada üniversite öğrencilerinin cinsiyet, bölüm, ailenin aylık ortalama geliri, ders çalışma saatleri dışında çalışma durumu ve ikamet yerini belirlemek için beş adet sorudan oluşan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantılarını belirlemek için Etkinlik Tecrübe Ölçeği kullanılmıştır.

## Etkinlik Tecrübe Ölçeği

Ölçek, “Flow Kurz Scala” adıyla Rheinberg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiştir. Özdemir ve arkadaşları (2020) tarafından Türkçe olarak rekreatif etkinliklere yönelik uyarlaması yapılmıştır. Rekreatif etkinliklere uyarlanan ölçek Etkinlik Tecrübe Ölçeği olarak adlandırılmıştır ve toplam 13 maddeden oluşmaktadır. Akış yaşantısı ve kaygı yaşantısı şeklinde iki adet alt boyutu bulunmaktadır. Ölçek 5’li Likert tipindedir. Yapılan açımlayıcı faktör analiz sonucunda 10 maddeden oluşan birinci faktörün (akış yaşantısı) toplam varyansın %36,41’ini, 3 maddeden oluşan ikinci faktörün (kaygı yaşantısı) toplam varyansın %14,78’ini açıkladığı saptanmıştır. Açımlayıcı faktör analiziyle elde edilen yapının geçerliliğini test etmek için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda modelin uyum indeksleri hesaplanmıştır ve yapının geçerliği doğrulanmıştır ( $\chi^2/sd=3,14$ ; CFI=0,93; NFI=0,90; NNFI=0,91; RMSEA=0,083; SRMR=0,72). Ölçeğin güvenilirliğine ilişkin iç tutarlılık katsayıları alt boyutlarda sırasıyla (akış yaşantısı, kaygı yaşantısı) 0,82 ve 0,71 olarak hesaplanmıştır. Mevcut çalışmada ise toplam ölçek iç tutarlılık katsayısı 0,82, alt boyutlarda sırasıyla 0,89 ve 0,78 bulunmuştur.

## Verilerin Analizi

Araştırmada verilerin analizi SPSS 26 programı aracılığıyla yapılmıştır. Verilerin dağılımına çarpıklık-basıklık değerlerine bakılarak karar verilmiştir. Etkinlik tecrübe ölçeğinin akış yaşantısı alt boyutunda çarpıklık ve basıklık değerleri -0,178 ve -0,583; kaygı yaşantısı alt boyutunda 0,15 ve -1,68 olarak elde edilmiştir. -2 ile +2 referans değerleri aralığında verilerin dağılımının normal olduğu tespit edilmiştir (George ve Mallery, 2010). Araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik özelliklerine göre akış yaşantısı ve kaygı yaşantılarının karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Varyansların homojenliği Levene testi ile incelenmiştir. ANOVA analizinde elde edilen farklılıkların kaynağını belirlemek için varyansların homojenlik göstermediği durumda kullanılan Games-Howell çoklu karşılaştırma testinden yararlanılmıştır. Çoklu karşılaştırmalarda anlamlılık düzeyinde Bonferroni düzeltmesi yapılmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 2.** Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Rekreatif Etkinliklerine Yönelik Akış Yaşantılarının Karşılaştırılması

Alt Boyut	Cinsiyet	Ort.	Ss	t	p
Akış yaşantısı	Erkek	3,12	0,77	-3,09	0,00*
	Kadın	3,42	0,99		
Kaygı yaşantısı	Erkek	2,54	1,19	0,10	0,91
	Kadın	2,53	0,99		

\* $p \leq 0,05$

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre akış yaşantısı ve kaygı yaşantısı alt boyut puanları bağımsız örneklem t testi kullanılarak karşılaştırılmış ve Tablo 2’de sunulmuştur. Kaygı yaşantısı alt boyut puanında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ( $t=0,10$ ;  $p>0,05$ ). Akış yaşantısı alt boyut puanında üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ( $t=-3,09$ ;  $p \leq 0,05$ ). Kadınların rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantıları (ort.=3,42), erkeklere (ort.=3,12) göre yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin bölümlerine göre akış yaşantısı ve kaygı yaşantısı alt boyut puanları ANOVA analizi ile karşılaştırılmış ve Tablo 3’te sunulmuştur. Akış yaşantısı [ $F(3,329)=549,92$ ;  $p \leq 0,05$ ] ve kaygı yaşantısı [ $F(3,329)=52,16$ ;  $p \leq 0,05$ ] alt boyut puanlarında üniversite öğrencilerinin bölümlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Levene testi sonuçları akış yaşantısı ve kaygı yaşantısı alt boyutlarına ilişkin varyansların homojen olmadığını göstermiştir ( $p \leq 0,05$ ). Anlamlı farklılıkların kaynağını belirlemek için varyansların homojenliğinin sağlanmadığı durumlarda kullanılan Games-Howell çoklu karşılaştırma testinden yararlanılmıştır.

**Tablo 3.** Üniversite Öğrencilerinin Bölümlerine Göre Rekreatif Etkinliklerine Yönelik Akış Yaşantılarının Karşılaştırılması

Alt Boyut	Bölüm	Ort.	Ss	F	p	Fark
Akış yaşantısı	Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi <sup>1</sup>	1,92	0,23	549,92	0,00*	3>1,2,4** 4>1,2 2>1
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	2,82	0,52			
	Rekreatif Eğitimi <sup>3</sup>	4,18	0,46			
	Spor Yöneticiliği <sup>4</sup>	3,43	0,15			
Kaygı yaşantısı	Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi <sup>1</sup>	2,16	0,47	52,16	0,00*	2>1,3,4** 4>3
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	3,81	0,16			
	Rekreatif Eğitimi <sup>3</sup>	2,00	0,86			
	Spor Yöneticiliği <sup>4</sup>	2,54	1,33			

\* $p \leq 0,05$ \*\* $p \leq 0,0125$ ; Bonferroni düzeltmesi yapılmıştır.

Games-Howell testi sonuçları akış yaşantısı alt boyut puanında tüm bölümler için anlamlı farklılık göstermiştir ( $p \leq 0,0125$ ). Rekreatif Eğitimi bölümünde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantıları diğer bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden yüksektir. Ayrıca Spor Yöneticiliği ile Antrenörlük Eğitimi bölümünde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantıları Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi bölümünde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden yüksek bulunmuştur. Kaygı yaşantısı alt boyut puanında Antrenörlük Eğitimi ile diğer bölümler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p \leq 0,0125$ ). Antrenörlük Eğitimi bölümünde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik kaygı yaşantıları diğer bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin yüksektir.

**Tablo 4.** Üniversite Öğrencilerinin Ailelerinin Aylık Ortalama Gelirlerine Göre Rekreatif Etkinliklerine Yönelik Akış Yaşantılarının Karşılaştırılması

Alt Boyut	Aile Aylık Gelir	Ort.	Ss	F	p	Fark
Akış yaşantısı	4500 TL ve altı <sup>1</sup>	3,32	0,89	23,15	0,00*	3<1,2**
	4501 TL – 7999 TL <sup>2</sup>	3,10	0,00			
	8000 TL ve üzeri <sup>3</sup>	2,16	0,16			
Kaygı yaşantısı	4500 TL ve altı <sup>1</sup>	2,45	1,09	31,39	0,00*	2>1,3** 1>3
	4501 TL – 7999 TL <sup>2</sup>	4,00	0,00			
	8000 TL ve üzeri <sup>3</sup>	1,93	0,66			

\* $p \leq 0,05$ \*\* $p \leq 0,016$ ; Bonferroni düzeltmesi yapılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin ailelerinin aylık ortalama gelirlerine göre akış yaşantısı ve kaygı yaşantısı alt boyut puanları ANOVA analizi ile karşılaştırılmış ve Tablo 4'te sunulmuştur. Akış yaşantısı [ $F(2,330)=23,15$ ;  $p \leq 0,05$ ] ve kaygı yaşantısı [ $F(2,330)=31,39$ ;  $p \leq 0,05$ ] alt boyut puanlarında üniversite öğrencilerinin bölümlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Levene testi sonuçları akış yaşantısı ve kaygı yaşantısı alt boyutlarına ilişkin varyansların homojen olmadığını göstermiştir ( $p < 0,05$ ). Anlamlı farklılıkların kaynağını belirlemek için varyansların homojenliğinin sağlanmadığı durumlarda kullanılan Games-Howell çoklu karşılaştırma testinden yararlanılmıştır.

Games-Howell testi sonuçları akış yaşantısı alt boyut puanında, aile aylık geliri 8000 TL ve üzeri olan öğrenciler ile daha düşük gelir grubunda yer alan öğrenciler arasında anlamlı farklılık göstermiştir ( $p \leq 0,016$ ). Gelir durumu 8000 TL ve üzeri olan üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantıları, gelir durumu 4500 TL ve altı ile 4501 TL-7999 TL olan üniversite öğrencilerinden yüksektir. Kaygı yaşantısı alt boyut puanı incelendiğinde, aile aylık gelir durumu 4501-7999 TL olan öğrencilerin diğer gelir gruplarına göre anlamlı farklılaştığı tespit edilmiştir ( $p \leq 0,0125$ ). Gelir durumu 4501 TL-7999 TL olan üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik kaygı yaşantıları, gelir durumu 4500 TL ve altı ile 8000 TL ve üzeri olan üniversite öğrencilerinden yüksektir. Ayrıca gelir durumu 4500 TL ve altı olan üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik kaygı yaşantıları, gelir durumu 8000 TL ve üzeri olan üniversite öğrencilerinden yüksektir.

**Tablo 5.** Üniversite Öğrencilerinin Ders Saatleri Dışında Çalışma Durumlarına Göre Rekreatif Etkinliklerine Yönelik Akış Yaşantılarının Karşılaştırılması

Alt Boyut	Çalışma Durumu	Ort.	Ss	t	p
Akış yaşantısı	Çalışıyor	3,04	1,02	-4,65	0,00*
	Çalışmıyor	3,47	0,61		
Kaygı yaşantısı	Çalışıyor	2,32	0,99	-3,76	0,00*
	Çalışmıyor	2,78	1,20		

\* $p \leq 0,05$ 

Üniversite öğrencilerinin ders saatleri dışında çalışma durumlarına göre akış yaşantısı ve kaygı yaşantısı alt boyut puanları bağımsız örneklem t testi ile karşılaştırılmış ve Tablo 5'te sunulmuştur. Akış yaşantısı ( $t=-4,65$ ;  $p \leq 0,05$ ) ve kaygı yaşantısı ( $t=-3,76$ ;  $p \leq 0,05$ ) alt boyut puanlarında üniversite öğrencilerinin ders saatleri dışında çalışma durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Ders saatleri dışında herhangi bir işte çalışan üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantısı (ort.=3,04), herhangi bir işte çalışmayan üniversite öğrencilerinden (ort.=3,47) düşük bulunmuştur. Ders saatleri dışında herhangi bir işte çalışmayan üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik kaygı yaşantıları (ort.=2,78), herhangi bir işte çalışan üniversite öğrencilerinden (ort.=2,32) yüksek bulunmuştur.

**Tablo 6.** Üniversite Öğrencilerinin İkamet Yerlerine Göre Rekreatif Etkinliklerine Yönelik Akış Yaşantılarının Karşılaştırılması

Alt Boyut	İkamet Yeri	Ort.	Ss	F	p	Fark
Akış yaşantısı	Ev <sup>1</sup>	1,93	0,20	189,02	0,00*	1<2,3** 2<3
	Öğrenci yurdu <sup>2</sup>	3,57	0,70			
	Aile yanında <sup>3</sup>	3,40	0,00			
Kaygı yaşantısı	Ev <sup>1</sup>	2,17	0,88	30,43	0,00*	3>1,2** 2>1
	Öğrenci yurdu <sup>2</sup>	2,48	0,45			
	Aile yanında <sup>3</sup>	4,00	1,18			

\* $p \leq 0,05$ \*\* $p \leq 0,016$ ; Bonferroni düzeltmesi yapılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin ikamet yerlerine göre akış yaşantısı ve kaygı yaşantısı alt boyut puanları ANOVA analizi ile karşılaştırılmış ve Tablo 6'da sunulmuştur. Akış yaşantısı [ $F(2,330)=189,02$ ;  $p \leq 0,05$ ] ve kaygı yaşantısı [ $F(2,330)=30,43$ ;  $p \leq 0,05$ ] alt boyut puanlarında üniversite öğrencilerinin ikamet yerlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Levene testi sonuçları akış yaşantısı ve kaygı yaşantısı alt boyutlarına ilişkin varyansların homojen olmadığını göstermiştir ( $p < 0,05$ ). Anlamlı farklılıkların kaynağını belirlemek için varyansların homojenliğinin sağlanmadığı durumlarda kullanılan Games-Howell çoklu karşılaştırma testinden yararlanılmıştır.

Games-Howell testi sonuçları akış yaşantısı alt boyut puanında tüm gruplar arasında farklılık göstermiştir ( $p \leq 0,016$ ). Evde ikamet eden üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantıları, yurttan ve aile yanında ikamet eden üniversite öğrencilerinden düşüktür. Ayrıca aile yanında ikamet eden üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantıları, yurttan ikamet eden üniversite öğrencilerinden düşüktür. Kaygı yaşantısı alt boyut puanında tüm gruplar arasında farklılık bulunmuştur ( $p \leq 0,016$ ). Ailesinin yanında ikamet eden üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik kaygı yaşantıları, evde ve yurttan ikamet eden üniversite öğrencilerinden yüksektir. Ayrıca yurttan ikamet eden üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik kaygı yaşantıları evde ikamet eden üniversite öğrencilerinden yüksektir.

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik özelliklerine göre rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantılarını incelemek amacıyla yapılan çalışmada, kadınların rekreatif etkinliklere yönelik akış yaşantıları erkeklere göre yüksek bulunmuştur. Bu sonuç, kadın öğrencilerin rekreatif etkinliklerde daha fazla keyif aldıklarını göstermektedir. Öte yandan, kaygı yaşantıları açısından kadınlar ve erkekler

arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Yani, sosyo-ekonomik durumları ne olursa olsun, kadın ve erkek öğrencilerin rekreatif etkinliklere yönelik kaygı düzeyleri benzerlik göstermektedir.

Çalışmada, Rekreatif Eğitim bölümünde öğrenim gören öğrencilerin akış yaşantıları daha yüksek bulunmuştur. Rekreatif Eğitim bölümünde öğrenim gören öğrenciler, rekreatif etkinliklerin planlanması, yönetimi ve uygulanması gibi konularda eğitim almış kişilerdir. Akış, bir etkinlik sırasında tamamen odaklanma, zamanın durduğu hissi ve zevk alma gibi faktörleri içerdiğinden bu kişilerin rekreatif etkinliklere katılımlarında ve bu etkinliklerdeki deneyimlerinde daha yüksek bir akış yaşantısı sergilemeleri beklenebilir. Öte yandan, Antrenörlük Eğitim bölümünde öğrenim gören öğrencilerin rekreatif etkinliklere yönelik kaygı yaşantıları daha yüksektir. Antrenörlük eğitimi, spor etkinlikleri ve performans üzerine odaklanırken rekreatif daha çok serbest zaman etkinlikleri ve keyif alma üzerinedir. Bu durum, öğrencilerin rekreatif etkinliklere yönelik yaşadıkları kaygı düzeyinde de farklılıklara neden olabilir.

Aile gelir durumu 8000 TL ve üzeri olan öğrencilerin akış ve kaygı yaşantıları 4500 TL ve altı ile 4501-7999 TL gelir grubunda yer alan öğrencilerden düşük bulunmuştur. Akyol ve Akkaşoğlu (2020) tarafından Artvin Çoruh Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılımlarını etkileyen unsurların incelendiği çalışmada, ailesinin geliri asgari ücret ve altında olan üniversite öğrencilerinin maddi yetersizlik nedeniyle rekreatif etkinliklere katılımlarının önünde bir engel olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu sonuç, mevcut çalışmada ailesinin geliri yüksek olan öğrencilerin rekreatif etkinliklere yönelik kaygı yaşantılarının düşük bulunmasına ilişkin sonucu desteklemektedir. Timur ve arkadaşları (2020) tarafından Çankırı Karatekin Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrenciler ile yapılan çalışmada yüksek gelir grubundaki öğrencilerin daha fazla para ödeme karşılığında daha kaliteli rekreatif faaliyetlere ulaşmak istedikleri bulunmuştur. Daha yüksek gelire sahip öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılımlarında maddi bir engel bulunmamasına karşın etkinliklerde deneyimledikleri akışın düşük çıkması, maddi durumu daha iyi olan öğrencilerin ihtiyaçlarına cevap verebilecek rekreatif etkinliklerin bulunmamasından kaynaklanabilir. Rekreatif etkinliklerde ulaşılan akışın etkinlikten elde edilen doyum, haz gibi olumlu duygularla ilişkisi düşünüldüğünde (Wöran ve Arnberger, 2012) daha fazla para ödeme karşılığında daha kaliteli bir etkinlik ve bu etkinlikten elde etmek istedikleri doyumun yüksek olması beklentisi doğru orantılı olmaktadır. Bu durum çalışmada gelir durumu yüksek olan öğrencilerin rekreatif etkinliklerde deneyimledikleri akış yaşantısının neden düşük olduğunu açıklayabilir.

Ders saatleri dışında çalışmayan öğrencilerin akış yaşantıları daha yüksek iken; bir işte çalışan öğrencilerin kaygı yaşantıları daha düşük bulunmuştur. Akış yaşantısında elde edilen farklılığın en belirgin nedeni çalışan ve çalışmayan öğrenciler için rekreatif etkinliklere ayrılabilen zaman olarak düşünülebilir. Rekreatif etkinliklerde deneyimlenen akış durumunun önemli öncülü olarak görülen rekreatif katılım ve katılıma devamlılık (Cheng ve Lu, 2015) çalışan bir öğrenci için hem ders yükümlülüğü hem çalışma saatlerinden kalan vakitlerinin kısıtlı olması nedeniyle sağlanamayabilir. Bir işte çalışmayan öğrenciler ise rekreatif etkinliklere daha fazla zaman ayırabilmektedir ve böylelikle akış yaşama olasılıkları artmaktadır.

İkamet durumlarına göre ailesinin yanında ve öğrenci yurdunda kalan öğrencilerin akış yaşantıları evde yaşayan öğrencilerden yüksek bulunmuştur. Rekreatif etkinliklere yönelik kaygı yaşantıları ise ailesinin yanında yaşayan öğrencilerde yüksek elde edilmiştir. Evde kalan öğrencilerin, ailesinin yanında veya öğrenci yurdunda kalan öğrencilere göre kira, fatura gibi giderlerinin daha yüksek olması nedeniyle rekreatif etkinliklere yönelik maddi olanaklarının daha sınırlı olabileceği göz önüne alındığında akış yaşantılarının düşük elde edilmesi normal bir sonuç olarak görülmektedir. Timur ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan çalışmada elde edilen bir diğer bulgu, yurtda ve apartta kalan öğrencilerin evde kalan öğrencilere göre açık alanları daha çok tercih ettikleri ve evde kalan öğrencilerin dijital oyun gibi teknolojik faaliyet alanlarını daha çok tercih ettikleridir. Timur ve arkadaşları (2020) tarafından elde edilen bu sonuç mevcut çalışma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Literatür incelendiğinde üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik akış ve kaygı yaşantılarını inceleyen bir çalışmaya rastlanılamamıştır. Bu durum, bu konuda yeni bir araştırmanın önemini vurgulamaktadır. Bu çalışmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik akış ve kaygı yaşantılarında sosyo-ekonomik özelliklerin etkisi olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle bu çalışma, öğrencilerin sosyo-ekonomik durumlarının rekreatif etkinliklere yönelik akış ve kaygı

yaşantıları üzerindeki etkilerini incelediği için literatüre yeni bir katkı sağlayabilir.

## ÖNERİLER

Üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik özelliklerinin rekreasyonel faaliyetlere yönelik akış ve kaygı yaşantılarına etkisinin kısmen azaltılabilmesi veya tamamıyla ortadan kaldırılabilmesi için yerel yönetimlere ve araştırmacılara yönelik birtakım öneriler bulunmaktadır.

Yerel yönetimlere yönelik öneriler;

- Üniversitede ve yerel yönetimlerde hizmet veren kurumların öğrenciler için yüksek maliyetli olan rekreasyonel faaliyetleri ücretsiz veya daha uygun bir şekilde öğrencilerin hizmetine sunulabilecek plan ve projelere katkıda bulunmaları beklenmektedir. Üniversitelerde öğrenim gören öğrencilerin arkadaş çevreleri ile birlikte serbest zamanlarını etkili ve verimli bir şekilde kullanabilmesi için rekreasyonel faaliyetlerin artırılması öğrencilerin sosyalleşmelerine olumlu bir şekilde etki edeceği düşünülmektedir. Üniversite öğrencilerinin sosyalleşmeleri sonucunda oluşan memnuniyet üniversite, il ve ilçelerin tanıtımında önemli ölçüde katkı sağlayacaktır. Öğrencilerin katıldıkları rekreasyonel faaliyetlerin sonucunda oluşan akış ve kaygı deneyimlerinin olumlu yönde artması ve iyileşmesi gerçekleşecektir. Bu durumda üniversitede ve yerel yönetimlerde rekreasyonel faaliyetlerin artırılması, çeşitlendirilmesi, imkan sağlanması öğrencilerin kendilerini gerçekleştirilmelerine önemli ölçüde katkı sağlayacağı öngörülmektedir.
- Öğrencilerin yoğun sınav ve sorumluluklarının bulunduğu zaman dilimi haricinde etkili ve kaliteli bir şekilde zaman geçirmelerini sağlamak için yapılan rekreasyonel faaliyetlerin sonucunda öğrencilerin sınavlarında ve gündelik yaşantılarında daha verimli bireyler olabilecekleri düşünülmektedir. Özellikle kampüs alanlarında, yerleşkelerde birimler arası yapılacak olan rekreasyonel faaliyetlerin maddi açıdan düşük veya ücretsiz olması katılımın artması yönünde olumlu bir ivmenin oluşmasına katkı sağlayacaktır. Yapılacak olan rekreasyonel faaliyetlerin öğrencilerin gelir durumuna göre düzenlenmesi ve belirlenmesi yapılacak olan faaliyetlere katılımı olumlu yönde etkileyecektir. Bu durumda üniversite öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlerine olan ilgisini artmasına ve rekreasyon alanlarının artırılmasına neden olacaktır.

Araştırmacılara yönelik öneriler;

- Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik özelliklerinin rekreasyonel etkinliklere yönelik akış yaşantılarının incelenmesi düşüncesi ile ortaya çıkmıştır. Çalışma yalnızca Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencileri kapsamaktadır. Bu nedenle yapılan genellemeler bu çevre ile sınırlandırılmıştır. Gelecekte yapılacak olan araştırmaların farklı üniversiteler bünyesinde ve farklı eğitim düzeylerinde gerçekleştirilmesi önerilmektedir.

## KAYNAKÇA

- Akyol, C. & Akkaşoğlu, S. (2020). Gençlerin Boş Zamanlarında Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Engelleri Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 8(3), 2072-2089.
- Chang, H. H. (2017). Flow Experience in the Leisure Activities of Retirees. *Loisir et Société / Society and Leisure*, 40(3), 401-419.
- Cheng, T.M. & Lu, C. C. (2015). The Casual Relationships among Recreational Involvement, Flow Experience, and Well-Being for Surfing Activities. *Asia Pacific of Tourism Research*, 20(1), 1486-1504.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond Boredom and Anxiety: Experiencing Flow in Work and Play*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper and Row.
- Csikszentmihalyi, M. (1992). The Flow Experience and Its Significance for Human Psychology. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *Optimal Experience: Psychological Studies of Flow in Consciousness* (s. 15-35) içinde. New York: Cambridge University Press.
- Decloe, M. D., Kaczynski, A. T., & Havitz, M. E. (2009). Social Participation, Flow and Situational Involvement in Recreational Physical Activity. *Journal of Leisure Research*, 41(1), 73-91.
- Fullagar, C. J., Knight, P. A., & Sovern, H. S. (2012). Challenge/Skill Balance, Flow, and Performance Anxiety.



- Applied Psychology*, 62(2), 236–259.
- Gürbüz, S., & Şahin, F. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri* (5. bs.). Seçkin Yayıncılık.
- Jackson, S. A., & Csikszentmihalyi, M. (1999). *Flow in Sports: The Keys to Optimal Experiences and Performances*. Human Kinetics Books.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kawabata, M., Mallett, C. J., & Jackson, S. A. (2008). The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2: Examination of Factorial Validity and Reliability for Japanese Adults. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(4), 465–485.
- Keskin, B. (2020). İstatistiksel Güç Bir Araştırmanın Sonuçlarına Etki Eder Mi? Örneklem Büyüklüğüne Nasıl Karar Verilmeli?. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18,157-174.
- Kılıç, S. (2012). *Örnek Büyüklüğü, Güç Kavramları ve Örnek Büyüklüğü Hesaplaması*. Journal of Mood Disorders, 2(3), 140-142.
- Lee, H., Kim, J. & Bae I. (2019). A Research on the Mediating Role of Flow Experience between Involvement and Satisfaction-Focus on Leisure Satisfaction for University Students. *International Journal of Recent Technology and Engineering (IJRTE)*, 8(2-6).
- Naing, L., Winn, T., & Rusli, B.N. (2006). Practical Issues in Calculating The Sample Size for Prevalence Studies. *Archives of Orofacial Sciences*, 1, 9-14.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2002). The concept of flow. In C.R. Snyder & J.S. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (s. 89–105) içinde. New York: Oxford University Press.
- Özdemir, A. S., Ayyıldız Durhan, T. & Akgül, B. M. (2020). Flow yaşantı ölçeğinin rekreasyonel etkinliklere uyarlanmasına dair geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 25(2), 107-116.
- Rheinberg, F., Vollmeyer, R. & Engeser, S. (2003). Die Erfassung des Flow-Erlebens [The assessment of flow experience]. In J. Stiensmeier-Pelster & F. Rheinberg (Eds.), *Diagnostik von Motivation und Selbstkonzept* (s. 261–279) içinde. Göttingen: Hogrefe.
- Timur, Ö. B., Aytaş, İ. & Pekin Timur, U. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Eğilimlerinin Karşılaştırmalı Analizi: Çankırı Örneği. *Kent Akademisi*,13(4), 417-430.
- Turhal, S., Altınışık, Ü. & Şahin, M. Y. (2020). Leisure Management Skills of Faculty of Sport Sciences Students. *Ambient Science*, 7(Sp1), 203-207.
- Wöran, B., & Arnberger, A. (2012). Exploring Relationships Between Recreation Specialization, Restorative Environments and Mountain Hikers' Flow Experience. *Leisure Sciences*, 34(2), 95–114.
- Wu, T.-C. (Emily), Scott, D., & Yang, C.-C. (2013). Advanced or Addicted? Exploring the Relationship of Recreation Specialization to Flow Experiences and Online Game Addiction. *Leisure Sciences*, 35(3), 203–217.