

## Üniversite Öğrencilerinin Rekreatyon Farkındalık ve Yükseköğrenim Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

The Relationship between University Students Awareness of Recreational Activities and Higher Education Life Satisfaction Levels

Cem GEVEN<sup>1</sup>, \*Fatih YAŞARTÜRK<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, TÜRKİYE / cemgeven@gmail.com / 0000-0001-5347-0418

<sup>2</sup> Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın, TÜRKİYE / fatihyasarturk@gmail.com / 0000-0003-4934-101X

\* Corresponding author

\* Bu çalışma, ikinci yazarın danışmanlığında yürütülen Cem GEVEN'e ait yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

**Özet:** Araştırmanın amacı üniversitede öğrenim gören öğrencilerin rekreatyon farkındalık ve yaşam doyum seviyeleri arasındaki ilişkiyi belirli değişkenler doğrultusunda ortaya koymaktır. Bu amaç doğrultusunda birincil verilerin elde edilmesi nicel veri toplama yöntemlerinden anket ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada veriler araştırmacı tarafından düzenlenen "Kişisel Bilgi Formu", "Rekreatyon Farkındalık Ölçeği (RFÖ)" ve "Yükseköğrenim Yaşam Doyum Ölçeği (YYDÖ)" kullanılarak elde edilmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu 2020-2021 Eğitim-Öğretim yılında Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 351 kadın, 627 erkek olmak üzere 978 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. SPSS 25.0 paket programına aktarılan veriler ile tanımlayıcı istatistikleri belirlemek amacıyla frekans ve yüzde dağılımları incelenmiştir. Ayrıca bağımsız grup t-Testi, Mann Whitney-U, tek yönlü varyans ANOVA, Kruskal Wallis ve Spearman Korelasyon analizleri kullanılmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda, cinsiyet değişkenine göre RFÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutları ile YYDÖ arasında anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır. Yaş değişkenine göre RFÖ "Sosyal Başarı" alt boyutunda "21-23 yaş" aralığındaki öğrencilerin "24 yaş ve üzeri" öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yaş değişkenine göre YYDÖ "18-20 yaş" ve "21-23 yaş" aralığındaki öğrencilerin "24 yaş ve üzeri" öğrencilere göre daha yüksek oranda yaşam doyum düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. RFÖ ve YYDÖ arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılan inceleme sonucunda ise yükseköğrenim yaşam doyumunu alt boyutlarından; haz-eglenme, sosyal-başarı ve kendini geliştirme ile rekreatyon farkındalık toplam puanlarında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır. Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin çeşitli etkinliklere katılımı sonucunda rekreatyon farkındalık düzeyi arttıkça yükseköğrenim yaşam doyum düzeyinin artacağı söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Üniversite öğrencileri, rekreatyon farkındalık, yükseköğrenim yaşam doyum.

**Abstract:** The aim of the research is to reveal the relationship between recreation awareness and life satisfaction levels among students studying at the university according to certain variables. In line with this purpose, primary data were obtained through a quantitative data collection method, namely a questionnaire. The data were obtained using the "Personal Information Form", "Recreation Awareness Scale (RAS)", and "Higher Education Life Satisfaction Scale (HELSS)" prepared by the researcher. The sample group of the study consists of 978 voluntary students, 351 female and 627 male, studying at the Faculty of Sports Sciences of Bartın University and the Faculty of Sports Sciences of Gazi University during the 2020-2021 academic year. Descriptive statistics were examined to determine frequency and percentage distributions using the data transferred to the SPSS 25.0 package program. Additionally, independent group t-Test, Mann Whitney-U, one-way variance ANOVA, Kruskal Wallis and Spearman Correlation analyzes were used. According to the findings, there was a significant difference between the total scores and sub-dimensions of RAS and HELSS according to the gender variable. It was found that students in the age group of "21-23 years" had higher scores in the "Social Achievement" sub-dimension of RAS compared to students aged "24 and over". According to the age variable, students in the age groups of "18-20 years" and "21-23 years" had a higher level of life satisfaction compared to students aged "24 and over" according to HELSS. As a result of the examination conducted to determine the relationship between RAS and HELSS, a positively low level of significant relationship was found between the total scores of recreation awareness and the sub-dimensions of higher education life satisfaction, namely pleasure, social achievement, and self-development. As a result, it can be said that as the recreation awareness level of university students increases as a result of their participation in various activities, their higher education life satisfaction level will also increase.

**Keywords:** University students, recreation awareness, higher education life satisfaction.

Received: 19.03.2024 / Accepted: 30.04.2024 / Published: 30.07.2024

<https://doi.org/10.22282/tojras.1455240>

**Citation:** Geven, C., & Yaşartürk, F. (2024). Üniversite Öğrencilerinin Rekreatyon Farkındalık ve Yükseköğrenim Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, The Online Journal of Recreation and Sports (TOJRAS), 13 (3), 288-298.

### GİRİŞ

Üniversite dönemi, bireylerin gelecek hayatını biçimlendirme yolunda önemli aşamaların gerçekleştirdiği bir süreçtir. Bu süreç içerisinde öğrenciler aileden uzak kalma, yalnızlık, maddi imkansızlıklar ve sosyallik olguları gibi kaygılar yaşayabilmektedir. Bu bağlamda, üniversite öğrencilerinin serbest zaman faaliyetlerine devamlılığını teşvik etmek hem rekreatyon farkındalık hem de karşılaştıkları olumsuz duygu durumlarını aşarak yaşam doyum düzeyinin yükselmesini destekleyecektir.

Roberts (2006) tarafından bireyin uyku, kendi bakım ihtiyaçları ve iş dışında kalan zaman dilimi serbest zaman olarak tanımlanmaktadır (1). Serbest zaman etkinlikleri, bireyin serbest olduğu zaman içinde, kişiye özgü yöntem veya hedefe yönelik amacı olacak şekilde bağımsız ve bağlantısız şekilde gönüllülük esasıyla yapılan faaliyetlerin tamamını içermektedir (2). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerini verimli geçirdiği sürece hem sosyal ilişkilerinde hem de akademik eğitiminde diğer bireylere göre daha güçlü, daha dinamik ve sağlam kişisel özellikler kazandığı görülmektedir (3). Serbest zaman etkinliklerini faydalı şekilde değerlendiren öğrencilerin çeşitli olumsuz alışkanlıklardan uzaklaşabileceği gibi (4) serbest zamanını doğru biçimde değerlendirilmesi akademik sürece de katkı

sağlayacaktır (5). Bu nedenle üniversiteler öğrencilerin serbest zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirmelerini yönelik oldukça önemli bir rol üstlenmektedir.

Rekreatyon kavramı; serbest zamanın içerisinde yer alan ve bu zaman içerisinde bireylerin yaptıkları etkinlikler şeklinde ifade edilmektedir (6). Sanayinin gelişmesi ve toplumsal haklardaki ilerlemeler ışığında insanların günlük yaşamında serbest zamanları oluşmuş ve bu zaman dilimi insanlar tarafından çeşitli etkinliklerle değerlendirilerek rekreatyon kavramı ortaya çıkmıştır (7). Rekreatyon bireyin özgürce hareket etmesini, keyif almasını, yeni insanlar tanımasını ve kendini yenilemesini sağlayan faaliyetleri içinde barındırmaktadır (8). Öğrencilerin rekreatyon aktivitelerinin olumlu etkilerini kazanabilmesi için rekreatyon kavramının farkında olmaları önem arz etmektedir.

Rekreatyon ihtiyacını ortaya çıkaran bir durum ya da bu kavramı oluşturan bir etken olarak farkındalık kavramı rekreatyon faaliyetlerinin plan ve programında da etkili bir unsur olarak değerlendirilmektedir (9). Bireyin rekreatyonel faaliyetler sonrasında kazandığı mental, çevresel ve sosyolojik etkileri farkına varması "rekreatyonel farkındalık" olarak ifade edilmektedir (10). Serbest zaman faaliyetleri sonucunda kazanılan olumlu

etkiler, rekreatif alanların hem niteliğinde hem de niceliğindeki artışlar toplumsal olarak rekreasyonel farkındalığa ulaşmamızı sağlamaktadır. (11). Rekreasyon faaliyetlerinin bireye kazandıracığı faydaların farkında olmak rekreasyon etkinliklerine katılımı olumlu yönde etkileyeceği düşünülebilir ve bu bağlamda bireyin yaşamından aldığı hazzı ve doyumunu da olumlu yönde etkileyebilir.

Bireyin hayat karşısında hedeflediği istek ve arzularının gerçekleşmesi yaşam doyum olarak ifade edilmektedir (12). Yaşam doyum kavramı hem bireyin kendi değerlendirmesini yapmasını hem de toplumdaki memnuniyet düzeyini belirlenmesini sağlayan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (13). Bireyin günlük işlerini gerçekleştirdiği zaman içerisinde yaşadığı olumsuz hislerin, motivasyon, mutluluk, haz ve moral gibi çeşitli olumlu kavramlara oranla daha sönük kalma durumu yaşam doyum ile ilgilidir (14). Rekreasyonel faaliyetlere katılım sonucunda bireyin güçlü kişilik, irade, haz ve çeşitli olumlu duyguları elde etmesi yaşam kalitesi ve doyum düzeyine katkı sağlamaktadır (15). Rekreasyon etkinliklerini gerçekleştiren kişilerin yaşam doyum düzeyleri olumlu anlamda etkilenmektedir (16). Serbest zaman etkinlikleri bireye yaşam doyumunda olduğu gibi sağlık, aile ve ekonomik açıdan olumlu etkiler sağlamaktadır (17). Rekreasyonel faaliyetler yalnızca bireyin değil toplumların da yaşam kalitesini geliştirmektedir (18). Dolayısıyla üniversite öğrencileri eğitim ve öğrenim süreci boyunca kültürel, sosyal, sanatsal ve sportif faaliyetlere katılması kişisel gelişimlerine katkı sağlayacaktır. Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılması motivasyon düzeylerini olumlu yönde etkileyeceği düşünülürse çeşitli faaliyetlere katılarak hem akademik başarı hem de yaşam doyum düzeylerinin gelişebileceği düşünülmektedir.

Bu bilgiler doğrultusunda yaşam doyum ve rekreasyon arasındaki ilişki, bireyin genel mutluluk ve tatmin düzeyini etkileyen önemli bir faktör olarak açıklanabilir. Bu iki kavramın etkileşimi, bireyin yaşam kalitesini artırma ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılama sürecinde ortaya çıkmaktadır. Genel olarak, düzenli rekreasyon aktivitelerine katılan bireylerin daha yüksek yaşam doyumuna ulaştığı düşünülmektedir. Dolayısıyla, yaşam doyumunu ile rekreasyon arasındaki ilişki, bireyin sağlığı, mutluluğu ve genel yaşam kalitesi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir. Bu bağlamda çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından rekreasyon farkındalık ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

## YÖNTEM

**Araştırma Modeli:** Bu çalışmada Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin rekreasyon farkındalık ve yükseköğrenim yaşam doyum düzeylerini incelemek amacıyla kolayda örnekleme metodu kullanılmıştır. Kolayda örnekleme, araştırmacının yargılarının belirlendiği ve ana kütleden seçilen bir örnek kesimin, rastgele olmayan bir şekilde seçildiği bir örnekleme metodu olarak açıklanmaktadır (19).

**Araştırmanın Amacı:** Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin rekreasyon farkındalık ve yükseköğrenim yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenlere göre incelemektir.

**Araştırma Grubu:** Araştırma grubunu 2020-2021 akademik yılında Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 351 kadın ve 627 erkek olmak üzere 978 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır.

## Verilerin Toplanması

**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu 5 sorudan oluşmaktadır. Bu formda katılımcıların yaş, cinsiyet, sınıf, öğrenim gördüğü bölüm ve gelir düzeyi ile ilgili sorular yer almaktadır.

**Rekreasyon Farkındalık Ölçeği (RFÖ):** Ekinci ve Özdilek (2019) tarafından, öğrencilerin rekreasyon etkinliklerine yönelik farkındalık düzeyini belirlemek amacıyla geliştirmiştir (20). Rekreasyon Farkındalık Ölçeği; Kendini Geliştirme, Sosyal-Başarı ve Haz-Eğlence olmak üzere 3 adet alt boyuttan meydana gelmektedir. Ölçek aynı zamanda 41 maddeden oluşmaktadır. Ayrıca ters kodlanmış soru bulunmamakla birlikte ölçek "1-Tamamen Katılmıyorum ile 5- Tamamen Katılıyorum" şeklinde beşli likert tipinde bir ölçektir. RFÖ Cronbach Alpha kat sayısı .98 olarak tespit edilmiştir.

**Yükseköğrenim Yaşam Doyum Ölçeği (YYDÖ):** Erol ve Yıldırım (2016) tarafından, üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirmiştir (21). Yükseköğrenim Yaşam Doyum Ölçeği; 29 maddeden oluşmakta ve puan aralığı 29 ile 145 arasında değişiklik göstermektedir. Katılımcıların yüksek puan alması bulunduğu üniversitenin hem eğitim hem de yaşamıyla ilgili olumlu düşüncelere sahip olduğunu göstermektedir. Ölçek beşli likert tipinde olup "1-Hiç Katılmıyorum ile 5-Tamamen Katılıyorum" şeklindedir. YYDÖ Cronbach Alpha kat sayısı .82 olarak hesaplanmıştır.

**Verilerin Analizi:** Elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programına kaydedilerek hata kontrolleri, tabloları, istatistiksel analizleri bu program aracılığı ile yapılmıştır. Araştırmanın analizi için kullanılacak testleri belirlemek için verilerin çarpıklık-basıklık değerleri incelenmiştir. Analizlerde frekans (f), yüzde (%) ve iki seçeneğe bağımsız değişkenlerde dağılım normal ise t-Testi, değil ise Mann Whitney-U testi kullanılmıştır. Benzer şekilde, ikiden fazla seçeneğe olan bağımsız gruplarda dağılım normal ise tek yönlü varyans ANOVA analizi, değil ise non-parametrik ise Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Ayrıca kullanılan ölçeklerin birbiri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır. Sonuçlar %95'lik güven aralığında, anlamlılık  $p < 0.05$  düzeyinde değerlendirilmiştir.

**Araştırmanın Etiği:** Araştırmacılar, ölçme araçları için izin alma, gönüllü onam formu imzalatma ve gizlilik esaslarına uyma gibi ilkeleri benimsemiştir. Tüm katılımcılar, araştırmanın amacı hakkında bilgilendirilmiştir. Ayrıca, mevcut araştırma süresince "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" çerçevesinde hareket edilmiştir.

Bartın Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu tarafından 30.12.2020 tarihli ve 25 numaralı toplantıda 2020-SBB-0297 numaralı başvuruya oy birliği ile karar verilmiştir.

## BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların demografik dağılımları

	Değişkenler	Frekans	%
Cinsiyet	Kadın	351	35,9
	Erkek	627	64,1
Yaş	18-20 yaş	299	30,6
	21-23 yaş	545	55,7
	24 yaş ve üzeri	134	13,7
Sınıf	1.Sınıf	127	13
	2.Sınıf	235	24
	3.Sınıf	291	29,8
	4.Sınıf	325	33,2
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	231	23,6
	Antrenörlük Eğitimi	340	34,7
	Rekreasyon	205	21
	Spor Yöneticiliği	202	20,7
Aylık Gelir Düzeyi	Düşük	374	38,2
	Orta	553	56,5
	Yüksek	51	5,3

Tablo 1’de katılımcıların %64,1’inin erkek, %55,7’sinin 21-23 yaş aralığında, %33,2’sinin 4. Sınıf, %34,7’sinin

antrenörlük eğitimi bölümünde, %56,5’inin aylık gelirinin orta düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Cinsiyet değişkenine göre RFÖ Mann Whitney U testi sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	U	P
Haz-Eğlence	Kadın	627	521,98	98637,00	,007*
	Erkek	351	471,32		
Sosyal-Başarı	Kadın	627	534,21	94345,00	,000*
	Erkek	351	464,47		
Kendini Geliştirme	Kadın	627	522,88	98322,50	,005*
	Erkek	351	470,81		
RFÖ	Kadın	627	465,85	95208,50	,000*
	Erkek	351	531,75		

\*(p<0,05).

Tablo 2’de katılımcıların cinsiyet değişkeni ile RFÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan Mann Whitney U testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre “haz-eğlence”, “sosyal-başarı” ve “kendini

geliştirme” alt boyutunda kadın katılımcıların yüksek olduğu, RFÖ toplam puan ortalamalarında ise erkek katılımcıların yüksek olduğuna yönelik anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05).

Tablo 3. Cinsiyet değişkenine göre YYDÖ T testi sonuçları

	Değişkenler	N	$\bar{X}$	SS	T	P
YYDÖ	Kadın	351	3,34	,6728	2,551	,011*
	Erkek	627	3,22	,7212		

\*(p<0,05).

Tablo 3’de katılımcıların cinsiyet değişkeni ile YYDÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan T testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre

YYDÖ kadın katılımcıların yüksek olduğuna yönelik anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05).

Tablo 4. Yaş değişkenine göre RFÖ Kruskal Wallis testi sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	N	$\bar{X}$	KW	P	Bonferroni
Haz-Eğlence	18-20 yaş (1)	299	489,68	1,069	,586	
	21-23 yaş (2)	545	494,92			
	24 yaş üzeri (3)	134	467,06			
Sosyal-Başarı	18-20 yaş (1)	299	477,71	6,129	,047	2>3*
	21-23 yaş (2)	545	507,12			
	24 yaş üzeri (3)	134	444,14			
Kendini Geliştirme	18-20 yaş (1)	299	475,14	2,848	,241	
	21-23 yaş (2)	545	502,84			
	24 yaş üzeri (3)	134	467,28			
RFÖ	18-20 yaş (1)	299	478,79	4,207	,122	
	21-23 yaş (2)	545	504,38			
	24 yaş üzeri (3)	134	452,85			

\*(p<0,05).

Tablo 4’de katılımcıların yaş değişkeni ile RFÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre

“sosyal başarı” alt boyutunda 21-23 yaş aralığındaki katılımcıların 24 yaş üzeri katılımcılara göre daha yüksek olduğuna yönelik anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05).

**Tablo 5.** Yaş değişkenine göre YYDÖ ANOVA testi sonuçları

	Değişkenler	N	X	SS	F	P	Bonferroni
YYDÖ	18-20 (1)	299	3,4349	,64560	11,761	,000	1>2* 1>3*
	21-23 (2)	545	3,2069	,72933			
	24+ (3)	134	3,1760	,68434			

\*(p&lt;0,05).

Tablo 5’de katılımcıların yaş değişkeni ile YYDÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan ANOVA testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre 18-20 yaş grubunda yer alan katılımcıların yaşam

doyum düzeyi 21-23 ile 24 ve üzeri yaş grubundaki katılımcılardan daha yüksek olduğuna yönelik anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05).

**Tablo 6.** Sınıf değişkenine göre RFÖ Kruskal Wallis testi sonuçları

Alt Boyutlar	Sınıf	N	X	KW	P	Bonferroni
Haz-Eğlence	1.Sınıf	127	447,94	6,130	,105	
	2.Sınıf	234	514,28			
	3.Sınıf	292	474,23			
	4.Sınıf	325	501,62			
Sosyal-Başarı	1.Sınıf	127	434,40	6,083	,108	
	2.Sınıf	234	508,81			
	3.Sınıf	292	492,99			
	4.Sınıf	325	493,99			
Kendini Geliştirme	1.Sınıf	127	428,48	9,383	,025	2>1*
	2.Sınıf	234	523,00			
	3.Sınıf	292	486,21			
	4.Sınıf	325	492,18			
RFÖ	1.Sınıf	127	433,10	7,139	,068	
	2.Sınıf	234	513,93			
	3.Sınıf	292	485,65			
	4.Sınıf	325	497,41			

\*(p&lt;0,05).

Tablo 6’da katılımcıların sınıf değişkeni ile RFÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre

“kendini geliştirme” alt boyutunda 2. sınıf öğrencileri ile 1. sınıf öğrencileri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05).

**Tablo 7.** Sınıf değişkenine göre YDÖ ANOVA testi sonuçları

	Sınıf	N	X	SS	F/Welch	P	Tamhane’s
YYDÖ	1. Sınıf	127	3,56	,5804	12,475	,000	1>2 1>3 1>4
	2. Sınıf	234	3,30	,6351			
	3. Sınıf	292	3,24	,6874			
	4. Sınıf	325	3,16	,7827			

\*(p&lt;0,05).

Tablo 7’de katılımcıların sınıf değişkeni ile YYDÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan ANOVA testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre 1. sınıf öğrencilerinin 2. 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden

daha yüksek yaşam doyum düzeyine sahip olduğuna yönelik istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05).

**Tablo 8.** Bölüm değişkenine göre RFÖ Kruskal Wallis testi sonuçları

Alt Boyutlar	Bölüm	N	X	KW	P	Bonferroni
Haz-Eğlence	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (1)	231	466,86	14,027	,003	3>1* 3>2* 3>4*
	Antrenörlük Eğitimi (2)	340	471,91			
	Rekreasyon (3)	205	553,98			
	Spor Yöneticiliği (4)	202	479,56			
Sosyal-Başarı	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (1)	231	473,35	5,640	,130	
	Antrenörlük Eğitimi (2)	340	496,30			
	Rekreasyon (3)	205	522,79			
	Spor Yöneticiliği (4)	202	462,74			
Kendini Geliştirme	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (1)	231	449,81	10,718	,013	3>1*
	Antrenörlük Eğitimi (2)	340	501,92			
	Rekreasyon (3)	205	531,58			
	Spor Yöneticiliği (4)	202	471,28			
RFÖ	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (1)	231	461,63	9,461	,024	3>1*
	Antrenörlük Eğitimi (2)	340	491,41			
	Rekreasyon (3)	205	538,17			
	Spor Yöneticiliği (4)	202	468,76			

\*(p&lt;0,05).

Tablo 8’de katılımcıların bölüm değişkeni ile RFÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları yer almaktadır. Analiz

sonuçlarına göre RFÖ “haz-eğlence” alt boyutunda Rekreasyon bölümü öğrencilerinin “Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Antrenörlük Eğitimi ve Spor Yöneticiliği”

bölümü öğrencilerinden daha yüksek olduğuna yönelik anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Ayrıca RFÖ “kendini geliştirme” alt boyutunda Rekreasyon bölümü öğrencilerinin “Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği” bölümü öğrencilerinden daha yüksek olduğuna yönelik

anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Ek olarak RFÖ toplam puan ortalamasında Rekreasyon bölümü öğrencilerinin “Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği” bölümü öğrencilerinden daha yüksek olduğuna yönelik anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 9.** Bölüm değişkenine göre YYDÖ ANOVA testi sonuçları

	Bölüm	N	$\bar{X}$	SS	F/Welch	P
YYDÖ	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (1)	231	3,24	,6188	,145	,933
	Antrenörlük Eğitimi (2)	340	3,28	,7112		
	Rekreasyon (3)	205	3,27	,7788		
	Spor Yöneticiliği (4)	202	3,28	,7186		

\*( $p<0,05$ ).

Tablo 9’da katılımcıların bölüm değişkeni ile YYDÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan ANOVA testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına

göre katılımcıların bulunduğu bölüm ile YYDÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 10.** Gelir düzeyi değişkenine göre RFÖ Kruskal Wallis testi sonuçları

Alt Boyutlar	Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	KW	P	Bonferroni
Haz-Eğlence	Düşük (1)	374	501,19	5,289	,071	
	Orta (2)	553	489,37			
	Yüksek (3)	51	405,24			
Sosyal-Başarı	Düşük (1)	374	490,08	7,370	,025	1>3* 2>3*
	Orta (2)	553	498,59			
	Yüksek (3)	51	386,67			
Kendini Geliştirme	Düşük (1)	374	490,05	3,468	,177	
	Orta (2)	553	495,63			
	Yüksek (3)	51	419,07			
RFÖ	Düşük (1)	374	492,32	5,786	,055	
	Orta (2)	553	496,10			
	Yüksek (3)	51	397,29			

\*( $p<0,05$ ).

Tablo 10’da katılımcıların gelir düzeyi değişkeni ile RFÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre RFÖ “sosyal-başarı” alt boyutunda düşük

ve orta gelir düzeyi olan katılımcıların yüksek gelir düzeyi olan katılımcılarla arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 11.** Gelir düzeyi değişkenine göre YYDÖ ANOVA testi sonuçları

	Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	SS	F	P	Bonferroni
YYDÖ	Düşük (1)	374	3,20	,6918	3,184	,042	2>1*
	Orta (2)	553	3,32	,7014			
	Yüksek (3)	51	3,275	,8252			

\*( $p<0,05$ ).

Tablo 11’de katılımcıların gelir düzeyi değişkeni ile YYDÖ arasındaki anlamlı farklılığı belirlemeye yönelik yapılan ANOVA testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına

göre orta gelir düzeyi olan öğrencilerin düşük gelir düzeyi olanlara göre daha yüksek yaşam doyum düzeyine sahip olduğuna yönelik anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 12.** RFÖ ve YYDÖ arasındaki spearman korelasyon analizi sonuçları

		Haz-Eğlence	Sosyal-Başarı	Kendini Geliştirme	RFÖ
YYDÖ	r	,108*	,123*	,087*	,120*
	p	,001	,000	,006	,000

\*( $p<0,05$ ).

Tablo 12 incelendiğinde ölçekler arası ilişkiyi belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon testi yapılmıştır. Testten elde edilen verilere göre; yükseköğrenim yaşam doyumunu ile haz-eğlence alt boyutu ( $r_{\text{spearman}} = ,108$ ;  $p<0,05$ ), sosyal-başarı alt boyutu ( $r_{\text{spearman}} = ,123$ ;  $p<0,05$ ), kendini geliştirme alt boyutu ( $r_{\text{spearman}} = ,087$ ;  $p<0,05$ ) ve

rekreasyon farkındalık toplam puanlarında ( $r_{\text{spearman}} = ,120$ ;  $p<0,05$ ) pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre yükseköğrenim yaşam doyum düzeyi arttıkça rekreasyon farkındalık düzeyinin de arttığı tespit edilmiştir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmanın amacı üniversitede öğrenim gören öğrencilerin farkındalık ve yaşam doyum seviyeleri arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenler doğrultusunda ortaya koymaktır. Çalışmada elde edilen bulgular alanyazın çerçevesi altında tartışılmıştır.

Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile rekreasyon farkındalık toplam ve alt boyut puanları incelendiğinde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Literatür incelendiğinde, üniversite öğrencileri üzerine yapılan çalışmalarda cinsiyet değişkeni ve rekreasyon farkındalık düzeyi arasında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir (22-27). Bu araştırmaların aksine çalışmamız ile paralellik gösteren sonuçlar da yer almaktadır (28,29). Bu bilgiler doğrultusunda cinsiyet değişkeni ile

rekreasyon farkındalık düzeyi arasında farklılık çıkması öğrencilerin içinde bulunduğu sosyal ortamların farklılık göstermesinden kaynaklandığı olduğu düşünülebilir.

Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile yükseköğrenim yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $t=2,551$   $p<0,05$ ). Literatür incelendiğinde yaşam doyum düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında çalışmayı destekleyen sonuçlar tespit edilmiştir (30-43). Literatürdeki diğer araştırmalarda ise cinsiyet değişkeni ile yaşam doyum düzeyi arasında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir (44-58). Bu çalışmaların sonucu araştırmamız ile zıtlık göstermekte olup cinsiyet değişkenine göre yaşam doyum düzeyinin belirli bir grup üzerinde baskın olduğunu söylemek zor olacaktır. Bu yüzden yaşam doyum kavramını doğrudan veya dolaylı olarak etkileyen rekreasyonel etkinlikler, akademik başarı, sosyo-ekonomik faktörler, çevresel etkiler, motivasyon, stres veya öznel iyi oluş gibi birçok somut ve soyut kavramın etkisi bulunmaktadır.

Katılımcıların yaş değişkeni ile rekreasyon farkındalık toplam ve alt boyut puanları incelendiğinde sosyal başarı alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Kadınlar üzerine yapılan çalışmalarda yaş değişkeni ile rekreasyon farkındalık düzeyi arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir (59,60). Üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir çalışmada rekreasyon farkındalık ile yaş değişkeni arasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir (20). Bu çalışmaların aksine literatür incelendiğinde rekreasyon farkındalık ve yaş değişkeni arasında anlamlı ilişki tespit edilmeyen çalışmalarda yer almaktadır (26,61,62).

Katılımcıların yükseköğrenim yaşam doyumları ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $f=11,761$   $p<0,05$ ). Konuyla ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde; yaşam doyum düzeyi ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilen çalışmalar literatürde ağırlıklı olduğu görülmektedir (23,28,35,47,63,64). Buna karşın yapılan diğer çalışmalarda da katılımcıların yaşam doyum düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmeyen bulgular literatürde yer almaktadır (65,66).

Katılımcıların sınıf değişkeni ile rekreasyon farkındalık toplam puanları ve alt boyut puanları incelendiğinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada rekreasyon farkındalık ile sınıf değişkeni arasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir (20). Araştırmanın aksine üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir çalışmada ise öğrencilerin sınıf değişkenine göre rekreasyon farkındalık düzeylerinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (22). Bu araştırmada katılımcıların sınıf düzeyi arttıkça sorumluluk, baskı ve gelecek kaygısı düzeylerinin arttığından dolayı 1. sınıf öğrencilerinin farkındalık düzeyinin daha yüksek olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların sınıf değişkeni ile yükseköğrenim yaşam doyumunu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Yapılan çalışmalar incelendiğinde sınıf düzeyi yükseldikçe yaşam doyum düzeyi düşmektedir. Bu bağlamda çalışma literatürün geneline göre paralellik göstermektedir. Üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir araştırmada, yaşam doyum ile öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkeni arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir (67).

Astsubay öğrencileri üzerine yapılan bir çalışmada da yaşam doyum düzeyi ile sınıf değişkeni arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (68). Çalışmada birinci sınıf öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Rekreasyon bölümü öğrencileri üzerine yapılan bir çalışmada sınıf düzeyi değişkeni ile yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur (69). Beden eğitimi öğrencileri üzerine yapılan araştırmada, öğrencilerin sınıf düzeyi ile yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (36). Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde yaşam doyum ile sınıf değişkeni arasında anlamlı farklılıklar tespit edilen farklı çalışmalar bulunmaktadır (70-75). Ayrıca araştırmamız sonuçları aksine üniversite öğrencileri üzerine yapılan çalışmalarda katılımcıların yaşam doyum düzeyleri ile sınıf değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmeyen çalışmalar da mevcuttur (76,34,77). Lise düzeyindeki öğrenciler üzerinde yapılan bir çalışmada da yaşam doyum ile sınıf değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (78). Yükseköğrenim yaşam doyum düzeyi sınıf değişkenine göre 1. sınıflar lehine anlamlı olarak farklılık göstermesinin sebebi olarak; üniversiteye yeni katılan öğrencilerin haz, eğlence, sosyal ortam gibi olgulara daha fazla önem vermesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların okudukları bölüm değişkeni ile rekreasyon farkındalık toplam puanları ve alt boyut puanları incelendiğinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Bu bağlamda; haz- eğlence alt boyutunda rekreasyon bölümü okuyan öğrencilerin ortalaması diğer bölümlere göre yüksektir. Kendini geliştirme alt boyutunda rekreasyon bölümü öğrencilerinin öğretmenlik bölümü öğrencilerine göre ortalamaları yüksektir. Rekreasyon farkındalık toplam puanlarında da rekreasyon bölümü öğrencilerinin öğretmenlik bölümü öğrencilerine göre ortalamalarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada rekreasyon bölümü öğrencilerinin rekreasyon farkındalık düzeylerinin diğer bölüm öğrencilerine göre yüksek çıkmasının sebebi olarak; rekreasyon derslerini diğer bölüm öğrencilerine göre daha yoğun görmesi, rekreasyonel etkinliklere daha fazla katılması olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların yükseköğrenim yaşam doyumları ile okudukları bölüm değişkeni arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $p<0,05$ ). Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde öğrencilerin yaşam doyum düzeyleriyle bölüm değişkenleri arasında anlamlı farklılık tespit edilen çalışmalar mevcuttur (36,79,81). Bu sonuçlar çalışma ile zıtlık gösterirken paralellik gösteren bulgular da mevcuttur (82,84). Bu çalışmada Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri yer almaktadır. Bu bağlamda katılımcıların gördükleri eğitim ve sosyal ortamlar benzerlik göstermesi sebebiyle yükseköğrenim yaşam doyumları arasında farklılık olmadığı düşünülmektedir.

Katılımcıların gelir düzeyi değişkeni ile rekreasyon farkındalık toplam ve alt boyut puanları incelendiğinde sosyal-başarı alt boyutu ile gelir değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Buna göre; sosyal-başarı alt boyutunda düşük gelir düzeyi ile yüksek gelir düzeyi arasında düşük gelir düzeyinin puan ortalamaları daha fazladır. Orta gelir düzeyi ile yüksek gelir düzeyi arasında orta gelir düzeyi puan ortalamaları daha fazladır. Rekreasyon etkinliklerine katılımında en önemli etkenler

arasında para yer almaktadır (85). Bu bağlamda yapılan bir çalışmada katılımcıların refah düzeyi ile rekreasyon etkinliklerine katılımı arasında yüksek refaha sahip katılımcıların daha düşük refaha sahip katılımcılara göre daha az etkilendiğini tespit edilmiştir (86). Kadınlar üzerine yapılan bir çalışmada katılımcıların aylık gelir seviyesi arttıkça rekreasyon farkındalık düzeylerinin de arttığı gözlemlenmiştir (52).

Katılımcıların yükseköğrenim yaşam doyumları ile gelir değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Fark yaratan grubu bulmak amacıyla Post Hoc testlerinden Bonferroni testi uygulanmıştır. Bu sonuçlara göre; gelir düzeyi orta olan katılımcılar ile gelir düzeyi düşük olan katılımcılar arasında gelir düzeyi orta olan katılımcıların ortalamaları daha yüksektir. Yüksek gelir durumuna sahip olmak her ne kadar yaşam doyumunu arttıracak düşünülse de yüksek geliri elde etme amacıyla bireyler gerektiğinden fazla efor sarf edebilmektedir. Düşük gelirli bireylerin de yaşam doyum düzeyleri düşük olması olağan bir sonuç olarak görülmekte ve bu bağlamda orta gelirli bireylerin yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu düşünülmektedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde elde edilen sonuçların çalışmamızla paralellik gösterdiği görülmektedir. Literatürdeki çalışmalar incelediğinde bireylerin gelir düzeyleri ile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık tespit edildiği görülmektedir (24,35,48,51,87,93). Ayrıca bazı çalışmaların sonuçları incelendiğinde araştırmaya zıtlık gösteren araştırmalar bulunmaktadır (43, 94).

Çalışmada kullanılan ölçekler arasındaki ilişkiyi bulmak amacıyla spearman korelasyon testi sonuçlarına göre, yükseköğrenim yaşam doyumunu ile haz-eglençe alt boyutu,

## Kaynaklar

1. Roberts K. Leisure in contemporary society. Cabi; 2006.
2. Özkan A, Yaşartürk F, Elçi G. The relationship between leisure satisfaction, physical activity level and healthy life-style behaviors of sport science students during the COVID-19 pandemic. Physical Education of Students. 2021;25(5):257-264. Erişim adresi: <https://doi.org/10.15561/20755279.2021.0501>
3. Yerlisu Lapa T, Ardahan F. Akdeniz Üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve değerlendirme biçimleri. Hacettepe Journal of Sport Sciences. 2009;20(4):132-144.
4. Akay B, Ceylan M, Arslan S. The relationship between: leisure preferences and problem solving skills of university students. Uluslararası Hakemli Beşeri ve Akademik Bilimler Dergisi. 2022;28:27-47. Erişim adresi: <https://doi.org/10.17368/uhbab.2022.28.03>
5. Akay B, Ayhan B, Yaşartürk F. Boş zaman yoluyla stresle baş etme stratejisi ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişki. Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi. 2022;8(2):593-607.
6. Karaküçük S, Gürbüz B. Rekreasyon ve kentlileşme. Ankara: Gazi Kitabevi; 2007.
7. Yetim AA. Sosyoloji ve spor. Ankara: Berikan Yayınevi; 2011.
8. Akay B, Yaşartürk F. Beden eğitimi öğretmenlerinin serbest zaman doyumunu ile öz-yeterlik inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Trakya Eğitim Dergisi. 2023;13(1): 318-330 Erişim adresi: <https://doi.org/10.24315/tred.1032955>
9. Barnett LA. Measuring the ABCs of leisure experience: Awareness, boredom, challenge, distress. Leisure Sciences. 2005;27(2):131-155. Erişim adresi: <http://dx.doi.org/10.1080/01490400590912051>
10. Mannell RC, Stynes DJ. A retrospective: The benefits of leisure. Venture Publishing; 1991.
11. Er Y, Kılıçman İ. Üniversite öğrencilerinin yaşam tatminine ulaşmaları yolunda, rekreasyonel farkındalık ve sosyal medya bağımlılığının olası etkileri. İstanbul: Efe Akademi Yayıncılık; 2021.
12. Tümlü ÜG, Receptoğlu E. Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumunu arasındaki ilişki. Yükseköğretim ve Bilim Dergisi. 2013;3(3):205-213. Erişim adresi: <https://doi.org/10.5961/jhes.2013.078>
13. Suldo SM, Hueber ES. Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous?. Social Indicators Research. 2006;78(2):179-203. Erişim adresi: <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-005-8208-2>
14. Sarıgöz OA, Yaşartürk F. Investigation of the relationship between healthy lifestyle behavior, quality of life and leisure constraint levels of amputee individuals who take sports

sosyal-başarı alt boyutu, kendini geliştirme alt boyutu ve rekreasyon farkındalık toplam puanlarında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu bilgiler doğrultusunda sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin çeşitli etkinliklere katılımı sonucunda rekreasyon farkındalık düzeyi arttıkça yükseköğrenim yaşam doyum düzeyinin de artacağı söylenebilir.

## Öneriler

- Üniversiteye yeni başlayan öğrencilere yönelik rekreasyon farkındalıklarını yükseltmek amacıyla çeşitli çalışmalar üniversite tarafından düzenlenebilir. (RFÖ ve sınıf değişkeninde 2. Sınıfların 1. Sınıflara yönelik puanının yüksek olması bulgusuna yönelik öneri)

- Spor bilimlerinde rekreasyon bölümü dışında öğrenim gören öğrencilerin rekreasyon farkındalık düzeylerini yükseltmeye yönelik eğitim çizelgesi genişletilebilir. (RFÖ ve bölüm değişkeni arasında rekreasyon bölümünün diğer tüm bölümlere oranla yüksek çıkması bulgusuna yönelik)

- Araştırmada Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri katılım göstermiştir. Çalışmanın örneklem grubu yeterli olduğu düşünülse de çeşitliliği geliştirilebilir.

**Etik Metni:** Bu makalede araştırma sürecinde, dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazara aittir. 30.12.2020 tarihli ve 25 toplantı numaralı Bartın Üniversitesi Etik Kurul onayı alınmıştır.

**Çıkar Çatışması:** Bu çalışmada yazarlar arasında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Yazar Katkı Oranı:** Bu çalışmada bütün yazarların katkı oranları eşittir.

- education. *International Journal of Sport Culture and Science*. 2020;8(4):286-301. Erişim adresi: <https://doi.org/10.14486/IntJSCS.2020.617>
15. Huang CY, Carleton B. The relationship among leisure participation leisure satisfaction and life satisfaction of college students in Taiwan. *Journal of Exercise Science & Fitness*. 2003;1(2):129-132.
  16. Dirlik R, Köroğlu Ö. Açık alan rekreasyon faaliyetlerinin yaşam doyumuna etkisi. *Journal of Recreation and Tourism Research*. 2021;8(1):48-72. Erişim adresi: <https://doi.org/10.31771/jrtr.2021.91>
  17. Wang EST, Chen LSL, Lyin JYC, Wang MCH. The relationship between leisure satisfaction and life satisfaction of adolescents concerning online games. *Libra Publishers*. 2008;43:169.
  18. Öztürk Y. Rekreasyon fayda farkındalığı ve yaşam doyum düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*. 2022;13(36):1237-1250. Erişim adresi: <https://doi.org/10.21076/vizyoner.1096705>
  19. Aaker DA, Kumar V, Day GS. *Marketing research*. USA: John Wiley & Sons; 2007.
  20. Ekinci NE, Özdilek Ç. Investigation of university students' awareness of recreational activities. *International Online Journal of Educational Sciences*. 2019;11(2):53-66. Erişim adresi: <https://doi.org/10.15345/iojes.2019.02.004>
  21. Erol M, Yıldırım İ. Yükseköğrenim yaşam doyumunu ölçeğinin geliştirilmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*. 2016;12(1):221-243.
  22. Kılıçman İ. Rekreasyon farkındalığı ve sosyal medya bağımlılığının yaşam doyumuna üzerine etkilerinin incelenmesi: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. [Yüksek Lisans Tezi]. Karaman: Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi; 2020.
  23. Ekinci NE. Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinlikler hakkındaki farkındalıklarının araştırılması. [Doktora Tezi]. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi; 2017.
  24. Yılmaz A, İnce G, Akaydın Ş, Koç S. A study on the attitudes and awareness of gifted and typically developing children toward sports. *Journal of Gifted Education and Creativity*. 2022;9(4):339-349.
  25. Demirel M, Kaya A, Budak D, Bozoğlu MS, Er Y. Effect of Covid-19 pandemic on recreational awareness and quality of life. *Turkish Journal of Sport and Exercise*. 2021;23(2):197-207. Erişim adresi: <https://doi.org/10.15314/tsed.947795>
  26. Uzun ME, Turgut S. Üstün zekalı ortaöğretim öğrencilerinin rekreasyonel farkındalık düzeylerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*. 2023;6(1):604-616. Erişim adresi: <https://doi.org/10.38021asbid.1361034>
  27. Durhan TA, Kayhalak F, Kurtipek S. Rekreasyon farkındalığının rekreasyonel satın alma tarzları üzerine etkisi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*. 2022;2(8):460-477.
  28. Cöhce B, Duygun S, Öztürk EN, Kırşanlıoğlu AE. Lise öğrencilerinin rekreasyonel farkındalık düzeylerinin incelenmesi. *Anatolia Social Research Journal*. 2022;1(1):52-62.
  29. Üstün ÜD, Üstün NA. Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklerin faydaları hakkındaki farkındalıklarının incelenmesi. *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*. 2020;7(7-8):38-48. Erişim adresi: <https://doi.org/10.33468/sbsebd.128>
  30. Joshanloo M, Jovanović V. The relationship between gender and life satisfaction: Analysis demographic groups and global regions. *Arch Womens Ment Health*. 2020;23(3):331-338. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1007/s00737-019-00998-w>
  31. Tuzgöl Dost M. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2007;2(22):132-143.
  32. Gençay S. Beden eğitimi öğretmeni adaylarının umutsuzluk ve yaşam doyumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 2009;8(27):380-388.
  33. Özyayın N. Mesleki müzik eğitimi alan öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının ve yaşam doyumlarının incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. Konya: Selçuk Üniversitesi; 2011.
  34. Tümkaya S. Türk üniversite öğrencilerinde önel iyi oluşu yordayan sosyodemografik değişkenler ve mizah tarzları. *Eğitim ve Bilim Dergisi*. 2011;36(160):158-170.
  35. Eryılmaz S. Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordalama yaşam doyumunu benlik saygısı iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. Muğla: Muğla Üniversitesi; 2012.
  36. Kong F, Zhao J, You X. Emotional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Personality and Individual Differences*. 2012;53(8):1039-1043. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.07.032>
  37. Gündoğdu R, Yavuzer Y. Eğitim fakültesi öğrencilerinin önel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2012;12(23):115-131.
  38. Gülcan A, Bal N. Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumuna üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*. 2014;2(1):41-52.
  39. Kanat S, Dikkaya A. Sanat eğitimi alan ve almayan üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinin karşılaştırılması. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2015;29:145-158.
  40. Bulut C, Bulut SN. Öğretmen adaylarının üniversite yaşamına uyum düzeyleri ile yaşam doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of New Trends In Arts, Sports & Science Education*. 2016;5(4):1-7.
  41. Bibi F, Chaudhry AG, Awan EA. Impact of gender, age and culture on life satisfaction. *Pakistan Association of Anthropology, Islamabad*. 2015;27(2):1649-1652.
  42. Moksnes UK, Espnes GA. Self-esteem and life satisfaction in adolescents-gender and age as potential moderators. *Quality of Life Research*. 2013;22(10):2921-2928. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1007/s11136-013-0427-4>
  43. Gigantesco A, Fagnani C, Toccaceli V, Stazi MA, Lucidi F, Violani C, et al. The relationship between satisfaction with life and depression symptoms by gender. *Front Psychiatry*. 2019;10:460236. Erişim adresi: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00419>
  44. Diener E. Subjective well-being. *Psychol Bulletin*. 1984;95(3):542-575. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>



45. Hampton NZ, Marshall A. Culture, gender, self-efficacy, and life satisfaction: A comparison between Americans and Chinese people with spinal cord injuries. *Journal of Rehabilitation*. 2000;66(3):21-29.
46. Hintikka J. Religious attendance and life satisfaction in the Finnish general population. *Journal of Psychology and Theology*. 2001;29(2):158-164. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1177/009164710102900207>
47. Katja R, Paivi ÅK, Marja-Terttu T, Pekka L. Relationships among adolescent subjective well-being, health behavior, and school satisfaction. *Journal of School Health*. 2002;72(6):243-250. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2002.tb07337.x>
48. Fugl-Meyer AR, Merlin R, Fugl-Meyer KS. Life satisfaction in 18-to 64-year-old Swedes: in relation to gender, age, partner and immigrant status. *Journal of Rehabilitation Medical*. 2002;34(5):239-246. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1080/165019702760279242>
49. Diener E, Oishi S, Lucas RE. Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*. 2003;54:403-425. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1146/ANNUREV.PSYCH.54.101601.145056>
50. Seligman MEP, Diener E. Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*. 2004;5(1):1-31. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1111/J.0963-7214.2004.00501001.X>
51. Shek DTL. Perceived parental control processes, parent-child relation qualities and psychological well-being in Chinese adolescents with and economic disadvantage. *Journal of Genetic Psychology*. 2005;166(2):171-188. Erişim adresi: <https://doi.org/10.3200/GNTP.166.2.171-188>
52. Chow HPH. Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*. 2005;70(2):139-150. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1007/s11205-004-7526-0>
53. Ye S, Yu L, Li KK. A cross-lagged model of self-esteem and life satisfaction: Gender differences among Chinese university students. *Personality and Individual Differences*. 2012;52(4):546-551. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.11.018>
54. Şahin E, Göröl M, Demirel M, Demirel DH, Arslan F. Spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin eğitim hizmetlerine ilişkin doyum düzeylerinin belirlenmesi. *Turkish Journal of Education*. 2014;3(2):38-45.
55. Özkara B, Kalkavan A, Çavdar S. Spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinin araştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport*. 2015;3(11):336-346. Erişim adresi: <https://doi.org/10.14486/ijscs293>
56. Özdemir Topaloglu A. The relationship between university students' self perception, life satisfaction and various variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2015;205(349):349-355. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.096>
57. Şahin C. Examination of the relationship between life satisfaction level and internet addiction of the students in guidance and psychological counseling department. *International Journal of Contemporary Education Studies*. 2016;2(1):1-13.
58. Akçit V, Barutçu E. Examination of life satisfaction of university students: Honaz vocational school case. *Route Education and Social Science Journal*. 2017;18:115-126.
59. Bebek S, Çakmak Yıldızhan Y. Researching of the relationship between women's body attitudes, recreational awareness levels of women. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*. 2022;5(Özel Sayı 1):636-652. Erişim adresi: <https://doi.org/10.38021/asbid.1215512>
60. Bülbül A, Olcucu B, Akyol G. Spor elemanlarının rekreasyon fayda farkındalığı ile bedenlerini beğenme düzeyleri arasındaki ilişki. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*. 2021;1(50):110-123. Erişim adresi: <https://doi.org/10.17498/kdeniz.934526>
61. Keleş KZ. Üniversite öğrencilerinde rekreasyonel farkındalık ve yaşam doyum ilişkisi (Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi örneği). [Yüksek Lisans Tezi]. Karaman: Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi; 2023.
62. Bebek S. Kadınların bedeni beğenme tutumları rekreasyon farkındalık düzeyleri ve arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. Erzincan: Binali Yıldırım Üniversitesi; 2020.
63. Reçepoğlu E. Öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2013;1(1):311-326.
64. Bartram D. Age and life satisfaction: Getting control variables under control. *Sociology*. 2021;55(2):421-437. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1177/0038038520926871>
65. Siedlecki KL, Tucker-Drob EM, Oishi S, Salthouse TA. Life satisfaction across adulthood: Different determinants at different ages? *Journal of Positive Psychology*. 2008;3(3):153-164. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1080/17439760701834602>
66. Ağyar E. Life satisfaction, perceived freedom in leisure and self-esteem: The case of physical education and sport students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2013;93:2186-2193. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.10.185>
67. Bektaş E. Üniversite öğrencilerinde duygusal zeka ve yaşam doyum ilişkisi (Facebook kullananlar üzerine bir araştırma). [Yüksek Lisans Tezi]. Mersin: Toros Üniversitesi; 2014.
68. Kaya Ö. Askeri öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri üzerine bir araştırma. [Yüksek Lisans Tezi]. Ankara: Gazi Üniversitesi; 2006.
69. Gencel N. Rekreasyon bölümü öğrencilerinin yalnızlık yaşam doyum ve özsaygı düzeylerinin incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. Kayseri: Erciyes Üniversitesi; 2019.
70. Karatzias A, Power KG, Flemming J, Lennan F, Swanson V. The role of demographics, personality variables and school stress on predicting school satisfaction/dissatisfaction: Review of the literature and research findings. *Educ Psychol (Lond)*. 2002;22(1):33-50. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1080/01443410120101233>
71. Park N. Life Satisfaction among Korean children and youth: A developmental perspective. *School Psychology International*. 2005;26(2):209-223. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1177/0143034305052914>

72. Flouri E, Buchanan A. Life satisfaction in teenage boys: The moderating role of father involvement and bullying. *Aggressive Behavior*. 2002;28(2):126-133. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1002/ab.90014>
73. Lubin B, Van Whitlock R. Psychometric properties of the brief life satisfaction scales. *Journal of Clinical Psychology*. 2004;60(1):11-27. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1002/jclp.10190>
74. Zhang L, Leung JP. Moderating effects of gender and age on the relationship between self-esteem and life satisfaction in mainland Chinese. *International Journal of Psychology*. 2002;37(2):83-90. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1080/00207560143000252>
75. Wardle J, Steptoe A, Guliş G, Sartory G, Sêk H, Todorova I, et al. Depression, perceived control, and life satisfaction in university students from central-eastern and western europe. *International Journal of Behavioral Medicine*. 2004;11(1):27-36. Erişim adresi: [https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm1101\\_4](https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm1101_4)
76. Göker Y. Türkiye’de öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. [Ankara: Gazi Üniversitesi; 2013.
77. İlhan G. Üniversite öğrencilerinin günlük davranış alanları ve doyum düzeyleri. [Yüksek Lisans Tezi]. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi; 1994.
78. Ünal AÖ, Şahin M. Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*. 2016;2(3):46-63.
79. Ulucan H, Kiliç M, Kaya K, Türkçapar Ü. Beden eğitimi spor yüksekokullarında öğrenimlerine devam eden öğrencilerin umutsuzluk ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*. 2011;13(3):349-356.
80. Toçoğlu S. Spor bilimleri öğrencilerinin öz yeterlilik ve psikolojik sağlamlıklarının yaşam doyumları üzerine etkisi. [Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya: Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi; 2020.
81. Özel B. Üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine yönelik yaşam doyum, tatmin ve benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. Bartın: Bartın Üniversitesi; 2019.
82. Berkaş S. İnönü üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumları düzeylerinin incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. Malatya: İnönü Üniversitesi; 2019.
83. Ardahan F. Sosyal sermaye, yaşam doyum ve akademik başarı ilişkisi: BESYO örneği. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 2014;11(1):1213-1226. Erişim adresi: <https://doi.org/10.14687/ijhs.v11i1.2754>
84. Aktağ I, Alpay DD. Abant İzzet Baysal Üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2015;15(0):15-24. Erişim adresi: <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2015.15.1-5000128592>
85. Gratton C, Taylor P. *Economics of sport & recreation*. 3rd ed. *Economics of Sport & Recreation*. London: Sport Press; 2005.
86. Özşaker M. Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*. 2012;14(1):126-131.
87. Yıldırım T. Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile algılanan sosyal destek ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul: Haliç Üniversitesi; 2017.
88. Dilmaç B, Ekşi H. Meslek yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 2008;20:279-289.
89. Tuzgöl Dost M. Güney Afrika ve Türkiye’deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre özlü iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*. 2010;35(158):75-89.
90. Ergin A, Hatipoğlu C, Bozkurt Aİ, Bostancı M, Atak BM, Kısaoğlu S, et al. Tıp fakültesi öğrencilerinin yaşam doyum ve öz-bakım gücü düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Pamukkale Tıp Dergisi*. 2011;4(3):144-151.
91. Kabasakal Z, Baş AU. Öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordalayıcısı olarak problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*. 2013;2(1):27-35.
92. Güler K. Beden imajının üniversite öğrencilerinde yaşam doyum ve umutsuzluk üzerine etkisi. [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul: Beykent Üniversitesi; 2015.
93. Yıkılmaz M, Demir Gündül M. Üniversite öğrencilerinde yaşam doyum, yaşamda anlam ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişkiler. *Ege Eğitim Dergisi*. 2015;16(2):297-305. Erişim adresi: <https://doi.org/10.12984/eed.09530>
94. Frieters P, Haisken-DeNew JP, Shields MA. Money does matter! Evidence from increasing real income and life satisfaction in East Germany following reunification. *American Economic Review*. 2004;94(3):730-740. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1257/0002828041464551>

## EXTENDED ABSTRACT

**Purpose of the research:** This study aimed to examine the relationship between recreational awareness and the level of life satisfaction among university students in higher education.

**Research Problem:** Is there a relationship between recreation awareness and higher education life satisfaction levels among university students?

**Literature Review:** Leisure activities are activities carried out by an individual during their free time, characterized by

personalized methods and purposes and are entirely dependent on individual preferences (2). When university students spend their leisure time more efficiently, it is observed that they possess stronger, more dynamic and robust personal qualities compared to other employees in both social and professional aspects of life (3). The concept of recreation is expressed as activities that take place within leisure time, encompassing the activities individuals engage in during this time (6). Recreation includes activities that allow individuals to move freely, enjoy themselves, meet new people and renew themselves (8). The concept of

awareness, as a factor that either triggers the need for recreation or contributes to the formation of this concept, is considered an influential element in the planning and programming of recreational activities (9). With the positive effects gained from leisure activities, recreational awareness is developing and, in this context, both qualitatively and quantitatively, the increase in recreational areas enables us to achieve societal recreational awareness (11). The realization of an individual's desired aspirations and desires in life is expressed as life satisfaction (12). Participation in recreational activities contributes to the individual's level of life satisfaction by acquiring strong personality traits, willpower, pleasure and various positive emotions (15). The life satisfaction levels of individuals engaging in recreational activities are positively influenced (16). Considering that recreational activities will have a positive impact on students' life satisfaction, it is important for university students to do various activities in this context. It is thought that the studies to be carried out in this sense will contribute to university students and therefore to the next generation. In line with this information, the aim of our study to examine the recreation awareness and higher education life satisfaction levels of university students according to various variables and to test the relationship between the two variables.

**Methods:** The research group consists of 978 volunteer students, 351 women and 627 men, studying in Bartın University Faculty of Sports Sciences and Gazi University Faculty of Sports Sciences in the 2020-2021 academic year. The study data were collected using several instruments: a "Personal Information Form" designed by the researcher to gather demographic information about the participants,

"Recreation Awareness Scale (RAS)" to assess the level of recreational awareness, and the "Higher Education Life Satisfaction Scale (HELSS)" to measure higher education life satisfaction level. The obtained data were recorded in the SPSS 25.0 package program and error checks, tables and statistical analyzes were made through this program. Skewness-kurtosis values of the data were examined to determine the tests to be used for the analysis of the research. In the analysis, t-Test was used if the distribution of frequency (f), percentage (%) and two-choice independent variables was normal, otherwise Mann Whitney-U test was used. Similarly, in independent groups with more than two options, one-way variance ANOVA analysis was used if the distribution was normal, and if it was not, Kruskal Wallis test was used if it was non-parametric. Additionally, Spearman Correlation analysis was used to determine the relationship between the scales used. The results were evaluated at the 95% confidence interval and the significance level was  $p < 0.05$ .

**Result and Conclusions:** The analysis results revealed significant differences in the scores for recreational awareness and higher education life satisfaction among university students based on various demographic variables. Furthermore, the Spearman Correlation test conducted between the scales uncovered a significant positive relationship between higher education life satisfaction and the sub-dimensions of pleasure-fun, social-success, self-improvement, and the total scores for recreational awareness. As a result, it can be said that as the recreation awareness level of university students increases because of their participation in various activities, their higher education life satisfaction level will also increase.