

2. ULUSLARARASI REKREASYON ve SPOR YÖNETİMİ KONGRESİ

2nd International Congress on Recreation
and Sport Management

11 - 14 Nisan/April 2019
La Blanche Island Hotel - Bodrum

Rekreasyon: İyi Yönet, İyi Yaşa
Recreation: Manage Well, Live Well



RC
Rekreasyon Çalışmaları
ve Araştırmaları Derneği

2. ULUSLARARASI REKREASYON ve SPOR YÖNETİMİ KONGRESİ

11 - 14 Nisan 2019
La Blanche Island Otel / BODRUM

TAM METİN BİLDİRİ KİTABI

Editörler :

Dr. Bülent GÜRBÜZ

Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	3
ÖNSÖZ	6
KURULLAR	7
DAVETLİ KONUŞMA METİNLERİ	11
Preparing Students for a Dynamic Leisure Industry: Curriculum Architecture Revisited	12
Leisure Education for Well-Being and Growth: Principles, Strategies and Applications	13
Leisure Innovation for Community Development	14
Do We Have a Service Culture in Sport/Leisure Contexts? Current and Future Research Agenda	15
Similarities of and Differences Between European Sports Clubs	16
Sağlığın Geliştirilmesinde Fiziksel Aktivitenin Önemi	18
İyi Yönetim için İzleme ve Değerlendirme: Spor Yönetiminde Toplumsal Cinsiyet Eşitliğinin İzlenmesi Örneği	19
Serbest Zaman Araştırmalarında Sosyal Ağ Analizi: Bibliyometrik Analiz	23
SÖZEL BİLDİRİLER	24
TÜRKÇE SÖZEL BİLDİRİLER	25
Milli Takım Düzeyindeki Elit Kayakçıların Sporcu Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi	26
Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Bilimsel Araştırma Yöntemleri Dersine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi	32
Boş Zaman Tatmini, Yaşam Tatmini ve Mutlulukta Sosyal Medya Bağlılığının Rolü	37
Ciddi Boş zaman Aktivitesine Katılımda Ciddiyet Düzeyi Açısından Psikolojik İyi Oluş ve Mutluluk	40
Serbest Zaman Engelleri ile Baş Etme Stratejileri: (Üniversite Öğrencileri Örneği)	45
Üniversite Öğrencilerinde Boş Zamanın Anlamı	49
Geçmişin Damak Tadı: Retro ve Boş Zaman İlişkisine Kuramsal Bir Bakış	57
Fitness Merkezlerine Devam Eden Kadınların Egzersiz Skorları, Egzersiz Yapma Nedenleri ve Duygu Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	61
Terapötik Rekreasyon: Uyarlanmış Su Egzersizlerinin Engelli Bireyler İçin Faydaları	67
Fitness Salonu Üyelerinin Müşteri Sadakati Düzeylerinin Araştırılması	72
İlaç Değil Besin Desteği! Supplement Tüketim Davranışlarına Yönelik Netnografik Bir Araştırma	75
Spor Merkezi Çalışanlarının Yönetici Liderlik Tarzı ile İlgili Algılarının Araştırılması	79
Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları ve Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Kayak Merkezi Ziyaretçileri Örneği	88
Serbest Zaman Engelleri ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi: Büro Çalışanları Örneği	92

Huzurevinde Kalan Yaşlılarda Rekreatif Etkinliklerin Planlanmasına Yönelik Bir Durum Tespiti.....	98
Genç Sporcuların Ahlaki Karar Alma Tutumlarının Araştırılması.....	104
Ebeveynlerin Buz Hokeyi Hakkında Görüşleri: Engeller ve Kolaylaştırıcılar	108
Rekreasyona Katılım Kısıtlayıcıları: Hiyerarşik Model.....	112
Tenis Turizmi ve Tenis Ekonomisi: Antalya Örneği	115
Manisa Tarzını ve Ekorekreasyon	122
Ege Bölgesi ve Doğu Anadolu Bölgesinde Yaşayan Bireylerin Spora Yönelik Tutumlarının Karşılaştırılması (Aydın- Van İlleri Karşılaştırması)	125
Üniversitede Öğrenim Gören Sporcuların Beslenme Bilgi Düzeyinin İncelenmesi	130
Halk Dansları Topluluk Üyelerinin Aktivite Bağlılıkları.....	135
Park Ziyaret Motivasyonu, Doğaya Bağlılık ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi: Sazova Kültür Parkı Örneği.....	141
Bir Serbest Zaman Etkinliği Olarak Sanal Gerçeklik	147
Serbest Zaman İlgilenimi ve Mutluluk: Macera Rekreasyon Katılımcıları Örneği	153
Serbest Zamanda Sıkılma Algısı, Egzersiz Bağımlılığı ve Mutluluk İlişkisi	158
Sportif Başarı Hikayeleri Spor Medyası Hakkında Bildiklerimizi Değiştirebilir mi? Kadın Hentbolu Örneği	164
Düzeni Sağlamak Mümkün Mü? Kadın Perspektifi ile Fiziksel Aktiviteye Katılım Engelleri ve Çözüm Yolları.....	167
Kayak Merkezelerindeki Hizmet Kalitesi Algısının Araştırılması	171
Serbest Zaman Doyumunun Algılanan Sosyal Yetkinliği ve Psikolojik Sağlamlığı Yordama Gücü.....	178
Rekreasyonel Egzersize Motivasyon ve Sosyal Görünüş Kaygısı İlişkisi: Fiziksel Aktivite Katılımcıları Örneği.....	185
Temel Psikolojik İhtiyaçların Mutluluk Üzerindeki Etkisinde İnternet Bağımlılığının Aracılık Rolü	191
Bilardo Oynayan Bireylerin Profilleri ve Bireyleri Bilardo Oynamaya Motive Eden Faktörler Ölçeği	195
Yerel Yönetimlerde Rekreasyon Hizmeti Sunan İşletmelerde Paydaş Motivasyonunun İncelenmesi	201
Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Etkinliklerden Algıladıkları Sağlık Çıktıları ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki.....	206
Üniversitesi Öğrencilerinin Farklı Değişkenler Açısından Sürekli Kaygı ve Şiddet Eğilim Düzeyleri.....	210
Sporda 'Cinsiyetçi Söylem' Konusunda Yapılan Çalışmaların Analizi.....	214
Olimpik Spor Örgütlerinde Yöneticilik Yapan Bireylerin Kariyer Çapalarının Araştırılması	217
Öğretmen Adaylarında Boş Zamanın Anlamı ve Sosyal Girişimcilik İlişkisinin İncelenmesi	223
Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin İşyeri Rekreasyonu Farkındalık Algısının Ölçülmesi	231
60-69 Yaş Aralığındaki Bireylerde Fiziksel Aktivite ile Depresyon Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Manisa İli Örneği)	236

Huzurevi İle Evde Yaşayan Yaşlı Bireylerin Fiziksel Aktivite, Depresyon Ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Karşılaştırılması	242
60 Yaş ve Üzeri Bireylerde Fiziksel Aktivite Düzeyinin Yorgunluk Düzeyi Ve Uyku Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	248
Spor Bilimleri Fakültesinde Okuyan Öğrencilerin Fiziksel Aktivite Düzeyi ile Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon-Anksetiye-Stres Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	255
Serbest Zaman Motivasyonu ve Serbest Zaman Engelleri ile Baş Etme Stratejilerinin Serbest Zaman Engelleri Üzerindeki Etkisi.....	261
Fotoğrafların Söyledikleri: Kadın Sporcuların Instagramdaki Benlik Sunumlarının Toplumsal Cinsiyet Analizi	265
Normal ve İşitme Engelli Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Spor Yapıp Yapmama Durumuna Göre İncelenmesi....	270
Spor Eğitimi ve Spor Yöneticilerinin Türk Spor Yönetimine İlişkin Görüşlerinin Araştırılması	276
Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Spora Katılım Motivasyonlarının İncelenmesi.....	282
Engelli Birey Ebeveynlerinde Serbest Zaman Tatmini ve Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişki.....	286
Genç Yetişkinlerin İletişim Becerileri ve Yalnızlık Düzeyleri Üzerine Bir Çalışma.....	292
Özel Spor İşletmelerinde Çalışan Personelin Örgütsel Sinizm İle Örgütsel Bağlılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi.....	297
Amatör Spor Kulüpleri Yönetici ve Çalışanların İş Doyumları ve Örgütsel Bağlılık Düzeyi.....	304
Spor Örgütlerinde İş Tatmin Düzeyinin İncelenmesi.....	311
Doğa Sporu Yapan Bireylerin Serbest Zaman Doyum Düzeylerinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi: Serbest Zamanda Algılanan Özgürlüğün Aracılık Rolü	316
İNGİLİZCE SÖZEL BİLDİRİLER	322
Healthy Aging Research: From the Perspective of the Theory of Planned Behavior	323
The Bridge between Neuroscience and Recreation: A Theoretical Study on “Neuro-Recreation”	326
Investigation of the Children’s Attitude for Basketball: A Sample of Child Basketball Players	333
Women Tennis Players Experiences in Serious Leisure Participation: Exploring Sense of Community	336
Analysis of Attitudes Towards Leisure Activities and Levels of Involvement of Individuals Doing Racket Sports With Recreational Purposes	339
POSTER BİLDİRİLER.....	344
Üniversite Öğrencilerinde Boş Zaman Egzersiz Katılımı, İnternet Bağımlılığı ve Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin İncelenmesi (Akdeniz Üniversitesi Örneği).....	345

ÖNSÖZ

Değerli Bilim İnsanları,

Geçtiğimiz Mayıs ayında birincisini gerçekleştirmiş olduğumuz “Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi”nin ikincisini siz sevgili dostlara duyurmaktan çok mutluyuz. Sevincimizi büyük kılan nedenlerin başında bizlere ikinci kongreyi düzenleme cesareti veren 10-13 Mayıs 2018 tarihleri arasında düzenlemiş olduğumuz Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi’nin başarısıdır. Bu başarıyı sağlayan 240 araştırmacının emekleriyle sunulan 287 bildiri, her biri bir değerinden değerli panel ve etkinliklerdir kuşkusuz. İlk olmasına rağmen bir bilimsel şölen havasında gerçekleşen kongremiz Rekreasyon ve Spor Yönetimi’nin her yönüyle gelişmesi adına hepimize tarihsel bir sorumluluğu da yüklemiş oldu. Kongre süreci ve sonrasında gerek sözlü, gerek yazılı, gerekse de katılımcı anketi aracılığıyla bize ulaşan geri bildirimler bu yargının en büyük kanıtları olup, bize böylesi iddialı bir söylemle sizlere yeniden seslenme cesareti de vermiştir.

Değerli dostlar, “II. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongremizi” 2019 yılında, ilkbaharın müjdelendiği güzel Nisan ayının 11. ve 14. günleri arasında yine Bodrum La Blanche Island otelinde gerçekleştireceğiz. “İyi Yönet, İyi Yaşa-Manage Well, Live Well” sloganı ile çıktığımız bu güzel yolda araştırmacı, sektör profesyoneli ve kamu görevlileri başta olmak üzere “iyi yaşam” için kafa yoran tüm paydaşları birlikte yürümeye davet ediyoruz. Rekreasyon ve Spor Yönetimi ile ilişkilendirilebilecek tüm konularda özgün çalışmalarınızı kongremize yönlendirerek desteklerinizi esirgemeyeceğinize olan inancımız tamdır.

Bilginize sunuyor, yönetmede usta, yaşamda esenlik dolu günler diliyoruz, Saygılarımızla,

II. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi Yönetim Kurulu adına

Dr. Bülent Gürbüz

Kongre ve Rekreasyon Çalışmaları ve Araştırmaları Derneği Başkanı

KURULLAR

Kongre Onur Kurulu

Mehmet Muharrem KASAPOĞLU - Gençlik ve Spor Bakanı

Prof. Dr. Uğur ERDENER - TMOK Başkanı, Uluslararası Olimpiyat Komitesi Asbaşkanı

Mehmet BAYKAN - Spor Genel Müdürü

Dr. Veli Ozan ÇAKIR - Spor Genel Müdür Yardımcısı

Esengül CİVELEK - Muğla Valisi

Dr. Osman GÜRÜN - Muğla Büyükşehir Belediye Başkanı

Mehmet KOCADON - Bodrum Belediye Başkanı

Serkan ÖÇALMAZ - Muğla Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürü

Dr. Ümit KESİM - REKÇAD Onursal Başkanı

Prof. Dr. Mehmet GÜNAY - Spor Bilimleri Derneği Başkanı

Prof. Dr. Mitat KOZ - Spor Bilimleri Fakülteleri Dekanlar Konseyi Başkanı

Kongre Organizasyon Kurulu

Dr. Bülent GÜRBÜZ (Kongre Başkanı)

Dr. Tennur YERLİSU LAPA

Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK (Kongre Genel Sekreteri)

Dr. Sırrı Cem DİNÇ

Dr. Metin ARGAN

Dr. Mehmet DEMİREL

Dr. Aydoğın AYDOĞDU

Dr. Funda KOÇAK

Rekreasyon Çalışmaları ve Araştırmaları Derneği (REKÇAD) Yönetim Kurulu

Dr. Bülent GÜRBÜZ (Başkan)

Dr. Tennur YERLİSU LAPA (Başkan Yardımcısı)

Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK (Genel Sekreter)

Dr. Sırrı Cem DİNÇ (Muhasip Üye)

Dr. Metin ARGAN (Üye)

Dr. Mehmet DEMİREL (Üye)

Dr. Aydoğın AYDOĞDU (Üye)

Bilim Kurulu

Dr. Metin ARGAN (Spor Yönetimi Bilim Kurulu Başkanı)
Dr. Tennur Yerlisu LAPA (Rekreasyon Bilim Kurulu Başkanı)

Dr. A. Emre EROL	Dr. Hakan ÜNAL	Dr. Osman İMAMOĞLU
Dr. Abdurrahman KEPOĞLU	Dr. Hakkı ULUCAN	Dr. Osman TUTAL
Dr. Adnan ERSOY	Dr. Haktan SİVRİKAYA	Dr. Ömür DUĞAN
Dr. Agnes SZABO	Dr. Halil SAROL	Dr. Özden TEPEKÖYLÜ ÖZTÜRK
Dr. Ahmet N. BULGURCUOĞLU	Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ	Dr. Özgür Mülazımoğlu BALI
Dr. Ahmet ŞİRİNKAN	Dr. Hanife Banu. A.YANCI	Dr. Pınar GÜZEL
Dr. Akın ÇELİK	Dr. Hasan Birol YALÇIN	Dr. Pınar KARACAN
Dr. Ali AĞİLÖNÜ	Dr. Hasan KASAP	Dr. Recep CENGİZ
Dr. Ali AYCAN	Dr. Hasan ŞAHAN	Dr. Rıdvan EKMEKÇİ
Dr. Ali Dursun AYDIN	Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ	Dr. Rıza DARENDELİOĞLU
Dr. Ali Selman ÖZDEMİR	Dr. Hayri DEMİR	Dr. Sabri KAYA
Dr. Ali TEKİN	Dr. Hüdaverdi MAMAK	Dr. Sadi KURDAK
Dr. Alper ASLAN	Dr. Hüseyin ÇEVİK	Dr. Sami MENGÜTAY
Dr. Alper CENK GÜRKAN	Dr. Hüseyin GÖKÇE	Dr. Sanela SKORIC
Dr. Alper ÇABUK	Dr. Hüseyin GÜMÜŞ	Dr. Savaş DUMAN
Dr. Arslan KALKAVAN	Dr. Hüseyin ÖZTÜRK	Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU
Dr. Aslı Ayşe HONCA	Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU	Dr. Seçkin DOĞANER
Dr. Ayda KARACA	Dr. İbrahim Bülent FİŞEKÇİOĞLU	Dr. Sefa Şahan BİROL
Dr. Aydoğan AYDOĞDU	Dr. İbrahim CAN	Dr. Selahattin AKPINAR
Dr. Ayşe TÜRKSOY	Dr. İlhan ADILOĞULLARI	Dr. Selçuk Mete YAZICI
Dr. Azmi YETİM	Dr. İlhan TOKSÖZ	Dr. Selhan ÖZBEY
Dr. Bergün MERİÇ BİNGÜL	Dr. İlker ÖZMUTLU	Dr. Sema ALAY ÖZGÜL
Dr. Betül BEYAZIT	Dr. İpek Eroğlu KOLAYIŞ	Dr. Serap ÇOLAK
Dr. Bilge DONUK	Dr. İrfan YILDIRIM	Dr. Serdar GERİ
Dr. Bilgehan BAYDİL	Dr. İsmail GÖKHAN	Dr. Serkan BERBER
Dr. Birol DOĞAN	Dr. Kadir PEPE	Dr. Serkan İBİŞ
Dr. Burak GÜRER	Dr. Kadir YILDIZ	Dr. Serkan KURTIPEK
Dr. Burhan CUMRALIĞİL	Dr. Karla A. HENDERSON	Dr. Serkan REVAN
Dr. Bülent GÜRBÜZ	Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK	Dr. Sertaç ERCİŞ
Dr. Canan Koca ARITAN	Dr. Korkmaz YİĞİTER	Dr. Seydi KARAKUŞ
Dr. Caner AÇIKADA	Dr. Kubilay ÖCAL	Dr. Seyhan HASIRCI
Dr. Cem TINAZ	Dr. Kürşad GÜLBEBAYAZ	Dr. Sırrı Cem DİNÇ
Dr. Çetin YAMAN	Dr. Levent ATALI	Dr. Suat KARAKÜÇÜK
Dr. Dilşad ÇOKNAZ	Dr. Linda HEYNE	Dr. Süleyman Erim ERHAN
Dr. Dilşad MİRZEOĞLU	Dr. Lynn JAEMIESON	Dr. Süleyman MUNUSTURLAR
Dr. Douglas Michele TURCO	Dr. M. Zahit SERARSLAN	Dr. Süleyman Murat YILDIZ
Dr. Dursun KATKAT	Dr. Mehmet DEMİREL	Dr. Sümmani EKİCİ
Dr. Duygu DEMİREL	Dr. Mehmet GÜÇLÜ	Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU
Dr. Eddie T.C. LAM	Dr. Mehmet GÜL	Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Dr. Elif AYDIN	Dr. Mehmet M. YORULMAZ	Dr. Timuçin GENCER
Dr. Elif BOZYİĞİT	Dr. Mehmet ÖZDEMİR	Dr. Togay ULUÖZ
Dr. Elif KARAGÜN	Dr. Mehmet Yalçın TAŞMEKTEPLİĞİL	Dr. Tonguç Osman MUTLU

2. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, 11 - 14 Nisan 2019

Dr. Emine BAL	Dr. Mehmet YAZICI	Dr. Tuba SEVİL
Dr. Emrah ATAY	Dr. Melih Nuri SALMAN	Dr. Turgay BİÇER
Dr. Emre BELLİ	Dr. Melike ESENTAŞ	Dr. Turgay ÖZGÜR
Dr. Ercan ZORBA	Dr. Menderes KABADAYI	Dr. Turgut KAPLAN
Dr. Ercüment ERDOĞAN	Dr. Menşure AYDIN	Dr. Türkan Nihan SABIRLI
Dr. Erdal ZORBA	Dr. Meriç ERASLAN	Dr. Uğur ABAKAY
Dr. Erkan ÇETİNKAYA	Dr. Mert AYDOĞMUŞ	Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU
Dr. Ersin ESKİLER	Dr. Mert ERKAN	Dr. Umut D. BAŞOĞLU
Dr. Esin Esra ERTURAN	Dr. Merve Beyza AKGÜL	Dr. Ümid KARLI
Dr. Evren TERCAN	Dr. Metin ARGAN	Dr. Ümit Doğan ÜSTÜN
Dr. Eyyup YILDIRIM	Dr. Metin ŞAHİN	Dr. Ümit KESİM
Dr. Faik ARDAHAN	Dr. Metin YAMAN	Dr. Ünal TÜRKÇAPAR
Dr. Fatih HAZAR	Dr. Milovan BRATIC	Dr. Varol TUTAL
Dr. Fatih MURATHAN	Dr. Mine MÜFTÜLER	Dr. Veli Onur ÇELİK
Dr. Fatih YAŞARTÜRK	Dr. Murat ŞENTUNA	Dr. Velittin BALCI
Dr. Fatih YENEL	Dr. Murat TURGUT	Dr. Volkan UNUTMAZ
Dr. Fatma SAÇLI	Dr. Murat UYGURTAŞ	Dr. Yalçın TAŞMEKTEPLİĞİL
Dr. Ferman KONUKMAN	Dr. Mustafa Ferit ACAR	Dr. Yavuz Selim AĞAOĞLU
Dr. Feyza Meryem KARA	Dr. Mustafa GÜMÜŞ	Dr. Yavuz YILDIZ
Dr. Funda AKCAN	Dr. Mustafa KARAHAN	Dr. Yeliz İLGAR
Dr. Funda KOÇAK	Dr. Mustafa YAŞAR ŞAHİN	Dr. Yeşim KURUOĞLU
Dr. Gazanfer DOĞU	Dr. Mustafa YILDIZ	Dr. Yeter Aytül Dağlı EKMEKÇİ
Dr. Gökhan ACAR	Dr. Mutlu TÜRKMEN	Dr. Yunus YILDIRIM
Dr. Gökhan BAYRAKTAR	Dr. Müberra ÇELEBİ	Dr. Yusuf CAN
Dr. Gökmen KILINÇARSLAN	Dr. Müge AKYILDIZ	Dr. Yücel OCAK
Dr. Gül Eda BURMAOĞLU	Dr. Mürsel BİÇER	Dr. Zafer ÇİMEN
Dr. Gülsüm BAŞTUĞ	Dr. Müslüm BAKIR	Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Dr. Güner EKENCİ	Dr. Necati CERRAHOĞLU	Dr. Zeki COŞKUNER
Dr. Güney ÇETİNKAYA	Dr. Nefertiti WALKER	Dr. Zeynep ONAĞ
Dr. H. Bayram TEMUR	Dr. Nefise BULGU	Dr. Zinnur GEREK
Dr. Hakan KATIRCI	Dr. Nenad STOJILJKOVIC	Dr. Ziya BAHADIR
Dr. Hakan KOLAYIŞ	Dr. Nevzat MİRZEOĞLU	
Dr. Hakan Salim ÇAĞLAYAN	Dr. Oğuz ÖZBEK	
Dr. Hakan SUNAY	Dr. Orcan MIZRAK	

Hakem Kurulu

Dr. A. Azmi YETİM	Dr. Güney ÇETİNKAYA	Dr. Pınar GÜZEL
Dr. Ali Selman ÖZDEMİR	Dr. Halil SAROL	Dr. Recep SOSLU
Dr. Ali ÖZKAN	Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ	Dr. Rıza DARENDELİOĞLU
Dr. Aslı YÜZGENÇ	Dr. Hüseyin ÇEVİK	Dr. Sabri KAYA
Dr. Aydoğan AYDOĞDU	Dr. Hüseyin GÖKÇE	Dr. Seçkin DOĞANER
Dr. Betül BAYAZIT	Dr. Hüseyin GÜMÜŞ	Dr. Sefa Şahan BİROL
Dr. Bülent GÜRBÜZ	Dr. Hüseyin ÖZTÜRK	Dr. Sırrı Cem DİNÇ
Dr. Dilşad ÇOKNAZ	Dr. İrfan YILDIRIM	Dr. Sonnur KÜÇÜK KILIÇ
Dr. Duygu DEMİREL	Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK	Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Dr. Elif AYDIN	Dr. Kubilay ÖCAL	Dr. Tuba SEVİL
Dr. Emine BAL	Dr. Mehmet DEMİREL	Dr. Türkan Nihan SABIRLI
Dr. Emine ÇAĞLAR	Dr. Melike ESENTAŞ	Dr. Umut D. BAŞOĞLU
Dr. Erman ÖNCÜ	Dr. Meryem Akoğlan KOZAK	Dr. Utku IŞIK
Dr. Ersan TOLUKAN	Dr. Metin ARGAN	Dr. Ümit Doğan ÜSTÜN
Dr. Evren TERCAN	Dr. Murat AKYÜZ	Dr. Ümit KESİM
Dr. Ezgi ERTÜZÜN	Dr. Murat TAŞ	Dr. Velittin BALCI
Dr. Fahri AKÇAKOYUN	Dr. Murat UYGURTAŞ	Dr. Yavuz TAŞKIRAN
Dr. Faik ARDAHAN	Dr. Mutlu TÜRKMEN	Dr. Yavuz YILDIZ
Dr. Fatih YAŞARTÜRK	Dr. Müberra ÇELEBİ	Dr. Yeliz İLGAR
Dr. Feyza Meryem KARA	Dr. Müge AKYILDIZ	Dr. Yeşim KURUOĞLU
Dr. Funda AKCAN	Dr. Oğuz ÖZBEK	Dr. Zafer ÇİMEN
Dr. Funda KOÇAK	Dr. Osman GÜMÜŞGÜL	Dr. Ziya BAHADIR
Dr. Gülçin GÖZAYDIN	Dr. Özkan IŞIK	

Ödül Kurulu

Dr. Mehmet DEMİREL (Ödül Kurulu Başkanı)

Tam Metin Bildiri Kitabı Sekreteryası

N. Göksu ÇİNI
R. Kerem GÜRKAN

Serbest Zaman Doyumunun Algılanan Sosyal Yetkinliği ve Psikolojik Sağlamlığı Yordama Gücü

Tülay Avcı Taşkıran^a, Bülent Gürbüz^b

^a Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Ürgüp Sebahat ve Erol Toksöz MYO, Nevşehir, Türkiye

^b Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

Özet

Bu çalışma lise öğrencilerinin serbest zaman doyumlarının algılanan sosyal yetkinliği ve psikolojik sağlamlığı yordama gücünü incelemek amacıyla yapılmıştır. İlişkisel araştırma modelindeki çalışmanın örneklem grubunu 399 kadın, 360 erkek, toplam 759 ($Ort_{yas} = 15.81 \pm 1.10$) lise öğrencisi oluşturmaktadır. Kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen bireyler “Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçeği (ASYÖ)” (Sarıçam ve ark., 2013), “Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ)” (Gökçe & Orhan, 2011), “Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Kısa Formunu (PSÖ-KF)” (Doğan, 2015) cevaplamışlardır. Parametrik testlerin temel varsayımlarının test edilmesinden sonra ANOVA, MANOVA, t-testi, çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Bağımsız örneklem için yapılan t-testi analizi sonuçlarına göre katılımcıların “ASYÖ” ve “PSÖ-KF” puanları cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. MANOVA analizi sonuçları, cinsiyet değişkeninin “SZDÖ” puanları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğunu göstermiştir. Faktör bazında yapılan ANOVA sonuçları, katılımcıların “psikolojik”, “sosyal”, “fiziksel”, “estetik” alt boyut puanlarında cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Analiz sonuçları, “ASYÖ” puanları arasında katılım sıklığı değişkenine göre anlamlı bir fark olduğunu, “KPSÖ” puanları arasında ise farklılaşma olmadığını göstermiştir. MANOVA sonuçları ise katılım sıklığı değişkeninin katılımcıların “SZDÖ” puanları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğunu ve ölçeğin tüm alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu göstermiştir. Yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda, serbest zaman doyumunun algılanan sosyal yetkinliğin ve psikolojik sağlamlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak, serbest zaman aktivitelerine katılımdan elde edilen doyumun katılım sıklığı ile arttığı belirlenmiştir. Ayrıca, serbest zaman doyumunun algılanan sosyal yetkinliği ve de psikolojik sağlamlığı yordama gücünün olduğu da belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Serbest zaman, sosyal yetkinlik, psikolojik sağlamlık

1. Giriş

Genel refah için temel bir bileşen ve yaşam alanı olan serbest zaman (Broughton & Beggs, 2008; Newman, Tay & Diener, 2014) son yıllarda serbest zamanın sosyal psikolojisi olarak bu zaman diliminin insanların hayatındaki rolünü ve etkisini anlamak adına ortaya çıkan önemli bir perspektiftir (Kleiber, Walker & Mannel, 2011). İşten kalan zaman veya içsel memnuniyet için yapılan faaliyetler ile ilişkilendirilerek tanımlanmaya çalışılan serbest zaman olgusu (Haworth & Lewis, 2010), hem bireyler hem de toplumlar için birçok yönüyle önemli bir konu haline gelmiş ve üzerinde sıklıkla çalışmalar yapıldığı bir alana dönüşmüştür (Kaya & Gürbüz, 2015). Tüm bu çalışmalar doğrultusunda bireyin serbest zamanı düşünmesi, bilinçli ve/veya bilinçsiz bir şekilde serbest zamanı nasıl algıladığı önem arz etmektedir (Moore & Driver, 2011). Serbest zamanın algılanan önemi ise sosyal ilişki, işyerinde verimlilik, sağlık ve genel yaşam kalitesi ile ilişkilidir (Choi & Yoo, 2016). Bu bağlamda serbest zaman aktivitelerinin bireylerin sosyal yaşamlarını canlandırmak, fiziksel ve zihinsel sağlıklarını korumalarına yardımcı olmak, yaşam kalitesini arttırmak amaçlı oluşan alanlardan biri olduğunu söylemek mümkündür (Torkildsen, 2005). Ayrıca söz konusu aktivitelerin zihinsel ve sosyal sağlık üzerinde iyileştirici pozitif etkilere sahip olmasının yanı sıra (Özden, 2016, Shin & You, 2013, Wang ve ark., 2008) fiziksel-psikolojik sağlamlığın gelişmesinde etkili olan koruyucu etkenleri de desteklediği görülmektedir (Şahin, Yetim & Çelik, 2012). Bu nedenle rekabet, sağlığın ve fiziksel görünüşün iyileştirilmesi, rahatlama, topluma dahil olma gibi yaşamın motivasyonları, bireylerin serbest zamanlarında düzenli fiziksel aktiviteyi devam ettirmelerine neden olmaktadır (Bartolji & Slabe-Erker, 2015).

Yaşamımız boyunca birçok ihtiyacın karşılanması noktasında serbest zamanın rolü daha önce yapılan çeşitli araştırmalarla ortaya koyulmuştur. Stresinin azaltılması, etkili öğrenmenin artırılması, fizyolojik ve psikolojik sağlık dengesinin kazandırılması bunlardan sadece birkaçıdır (Choi & Yoo, 2016; Du Cap, 2002; Torkildsen, 2005). Bununla birlikte serbest zaman ergenlik dönemindeki bireyler için de farklı sosyal rolleri ve etkinlikleri deneyimleme fırsatı sunmaktadır (Gökçe, 2008). Bireylerin genel veya özel serbest zaman deneyimi ve durumuna dayanan, bu deneyimlerindeki memnuniyet derecesini belirten, fiziksel, duygusal beklentilerin karşılanması ise serbest zaman doyumunu ifade edilmektedir (Choi & Yoo, 2016, Du Cap, 2002). Bir memnuniyet boyutu olarak serbest zaman doyumunu ayrıca bireyin serbest zaman deneyimlerinden ne ölçüde memnun olduğunu gösteren, yaşam doyumunu ve sosyal doyumunu da kapsamaktadır (Yerlisu Lapa, 2013). Serbest zaman katılımı ve serbest zaman doyumunun sosyal yetkinlik algısından etkilenmesi, yaşam doyumunu da etkilemektedir. Bu nedenle algılanan sosyal yetkinliğin serbest zaman etkinliklerine katılım düzeyindeki bir faktör olduğunu söylemek mümkündür (Sneegas, 2018).

Sosyal farkındalık ve ilişki yönetimi becerilerinden oluşan sosyal yetkinlik, ilişkilerin kalitesini arttırmak için diğer insanların ruh hallerini, davranışlarını ve güdülerini (motiflerini) anlama yeteneği olarak ifade edilmektedir (Bradberry & Greaves, 2009; Moreno-Manso ve ark., 2016.). Bireyin sahip olduğu sosyal-iletişim yeteneklerini kullanabilme yetisi olarak da tanımlanan sosyal yetkinlik ayrıca çevresel risklerin olumsuz etkilerini engelleyen koruyucu bir faktör olarak bireyin olumlu etkileşimler yaşayabilmesine ve çatışmaları çözebilmesine imkan tanımaktadır (Lee ve ark., 2010, Raver & Zigler, 1997; Sarıçam ve ark., 2013). Bununla birlikte sosyal yetkinliğin çocukluk döneminde genellikle akademik başarının güçlü bir göstergesi olduğu belirtilmektedir (Wentzel, 1991). Gresham (2016), 1986 da yapmış olduğu bir çalışmada sosyal yetkinlik değerlendirmelerinin (a) bireyin sosyal davranışına ilişkin kararlar (b) sosyal yeterliliğin açık, önceden belirlenmiş kriterlere göre değerlendirilmesi ve (c) normatif bir

standarda göre sosyal davranış performansları olmak üzere üç kritere dayanabileceğini önermiştir. Bu noktada sosyal yetkinliğin, sağlamlık için yeterli ve uygun bir düzeyde geliştirilmesi; çocukların kendilerini toplumlarında sosyal aktör olarak tanıyabilmesi, aile-akran grubunun üyesi olarak kimliklerini, rollerini öğrenebilmesi (Raver & Zigler, 1997), ergenlik döneminde birbirlerini etkileme sürecindeki güven, sağlamlık eksikliği ile nitelendirebilmesi bakımından gereklilik arz edebilir (Childs, Schneider & Dula, 2012; Moreno-Manso ve ark., 2016).

Yetkinlik ve sağlamlık, yoksunluk, travma veya diğer akut-kronik olumsuzlukların hafifletici koşulları altında uyum sağlamaya odaklanması bakımından birbirleri ile ayrılmaz bir şekilde bağlantılıdır (Sameroff, 2005). Psikolojik sağlamlığın ortaya çıkabilmesi için bireylerin herhangi bir risk veya zorluğa maruz kalmasının ardından yaşadığı tüm olumsuzluklara karşın hayatının farklı alanlarında başarılı olması gerekmektedir (Gizir, 2007). Bu bağlamda psikolojik sağlamlık kavramına baktığımızda bireylerin içinde bulunduğu sıkıntı, travma, hastalık, psikolojik problemler, önemli stres kaynakları karşısında iyi uyum sağlama süreci ya da olumsuz koşullardan bir an önce kurtularak kendini toparlama ve yeni duruma adapte olma yeteneği olarak tanımlandığı görülmektedir (Amerikan Psikoloji Derneği, 2019, Doğan, 2015). Serbest zaman ve sağlık çalışmalarına yönelik birkaç yaklaşımda son odaklanılan nokta, stresin, fiziksel ve zihinsel sağlık üzerindeki olumsuz etkilerini önleme de serbest zamanın koruyucu rolü olduğu yönündedir (Denovan & Macaskill, 2017, Iwasaki & Mannell, 2000; Şahin, Yetim & Çelik, 2012).

Bu noktadan hareketle çalışmanın amacı, lise öğrencilerin serbest zaman doyumlarının algılanan sosyal yetkinliği ve psikolojik sağlamlığı yordama gücünü belirlemek ayrıca bazı demografik değişkenlere göre incelemek olarak belirlenmiştir.

2. Yöntem

2.1. Evren ve Örneklem

Çalışmamızın araştırma grubunu Nevşehir ilindeki liselerde öğrenim gören 399 kadın, 360 erkek, toplam 759 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin yaş ortalamaları 15.81'dir. Çalışmamız gönüllü katılım ilkesi esas alınarak 2018-2019 eğitim- öğretim döneminde gerçekleştirilmiştir. Ölçek araştırmacılar tarafından öğrencilere okullardan resmi izinler alınarak ders saati dışında uygulanmıştır. Çalışmada eğitim ve sosyal bilimler alanında sıklıkla kullanılan ve değişkenler arasındaki ilişkileri ve bağlantıları inceleyen ilişkisel araştırma yöntemi kullanılmıştır (Büyüköztürk ve ark., 2008).

2.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak, araştırmaya konu olan bireyler hakkında bilgi toplamak amacıyla bireylerin cinsiyet, yaş, sınıf, serbest zamanı değerlendirme biçimi, serbest zaman faaliyetlerine katılım sıklığı ve şekli gibi demografik bilgilerin yer aldığı kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Katılımcıların algılanan sosyal yetkinlik düzeylerini belirlemek amacıyla Anderson- Butcher ve ark. (2007) tarafından geliştirilen "Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçeği" kullanılmıştır. Türkçe uyarlaması Sarıçam ve ark. (2013) tarafından yapılan ölçek 6 maddeden oluşmakta ve 5'li likert tipinde puanlanmaktadır. Toplam 6 maddeden oluşan ölçek, "Hiç Katılmıyorum (1)" ve "Tamamen Katılıyorum (5)" şeklinde 5' li likert tipinde puanlanmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .80' dir.

Bir diğer veri toplama aracı "Serbest Zaman Doyum Ölçeği"dir. Beard ve Ragheb tarafından (1980) uzun form, (1992) kısa form olarak geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Gökçe ve Orhan (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçek 24 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek "Neredeyse Hiç Doğru Değil (1)" ve "Neredeyse Her Zaman Doğru (5)" şeklinde 5' li likert tipinde puanlanmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .73 ve .93 arasında değişmektedir.

Araştırma'da kullanılan son ölçek ise Smith ve ark. (2008) tarafından geliştirilen "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği"dir. Türkçe uyarlaması Doğan (2015) tarafından yapılan ölçek toplam 6 maddeden oluşmaktadır. " Hiç Uygun Değil (1)" ve "Tamamen Uygun (5)" şeklinde beşli likert tipinde puanlanan ölçeğin 2, 4 ve 6. maddeleri ters kodlanmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .83 olarak tespit edilmiştir.

2.3. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında toplanan veriler parametrik testlerin temel varsayımlarının test edilmesinden sonra, betimsel istatistik yöntemler, t-testi, ANOVA, MANOVA ve regresyon yöntemleri kullanılarak analiz edilmiştir. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için de Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır.

3. Bulgular

Çalışmada kullanılan ASYÖ, KPSÖ ve SZD ölçek puanlarının dağılımı Tablo 1' de gösterilmiştir. Ölçek puanlarının dağılımına bakıldığında, katılımcıların ASYÖ' den aldıkları toplam puanların aritmetik ortalaması 4.10 ve standart sapması 0.59, KPSÖ' den aldıkları toplam puanların aritmetik ortalaması 3.00 ve standart sapması 0.82' dir.

Tablo 1. Ölçek Puanlarının Dağılımı

Ölçekler	Madde sayısı	Alt boyutlar	N	Ort.	Ss.	Çarpıklık	Basıklık	Min.	Maks.
ASYÖ	6		759	4.10	0.59	-.663	1.189	1.00	5.00
KPSÖ	6		759	3.00	0.82	-.200	.078	1.00	5.00
	4	Psikolojik	759	3.38	0.92	-.266	-.296	1.00	5.00
	4	Eğitimsel	759	3.60	0.91	-.557	.105	1.00	5.00
SZDÖ	4	Sosyal	759	3.49	0.90	-.525	-.070	1.00	5.00
	4	Rahatlama	759	3.71	0.98	-.576	-.333	1.00	5.00
	4	Fiziksel	759	3.19	0.94	-.184	-.438	1.00	5.00
	4	Estetik	759	3.41	0.92	-.422	-.090	1.00	5.00

Ayrıca, katılımcıların, SZDÖ'den aldıkları ortalama puanlar faktör bazında ise en düşük ortalamanın 'Fiziksel' boyutunda (3.19), en yüksek ortalamasının ise 'Rahatlama' boyutunda (3.71) olduğu görülmektedir. AYSÖ, KPSÖ ve SZDÖ'nin tüm alt boyutlarından alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde verilerin normal dağılım gösterdiği söylenebilir.

Tablo 2. Cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları

Ölçekler	Kadın (n=399)		Erkek (n=360)		t	P
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
ASYÖ	4.15	0.56	4.04	0.61	2.47	0.01
KPSÖ	2.88	0.84	3.13	0.78	-4.17	0.00

Cinsiyet değişkenine göre ölçek puanlarının dağılımına baktığımızda analizler, ASYÖ ve KPSÖ toplam ölçek puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir. AYSÖ'de kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre, KPSÖ'de ise erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre toplam ölçekten aldıkları puan ortalamaları daha yüksektir.

Tablo 3. Cinsiyet değişkenine göre MANOVA sonuçları

Ölçek	Alt Boyutlar	Kadın (n=399)		Erkek (n=360)		F	p
		Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
	Psikolojik	3.23	0.96	3.54	0.85	20.67	0.00
	Eğitimsel	3.56	0.96	3.65	0.86	1.81	0.17
SZDÖ	Sosyal	3.41	0.93	3.58	0.85	7.10	0.00
	Rahatlama	3.67	1.02	3.75	0.92	1.25	0.26
	Fiziksel	2.96	0.92	3.45	0.90	52.88	0.00
	Estetik	3.29	0.98	3.54	0.83	14.67	0.00

MANOVA analizi sonuçları, cinsiyet değişkeninin "SZDÖ" puanları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğunu göstermiştir. Faktör bazında yapılan ANOVA sonuçlarına göre, katılımcıların "psikolojik", "sosyal", "fiziksel" ve "estetik" alt boyut puanları cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Erkek öğrencilerin bu alt boyutlardaki ortalama puanları kadınlardan daha yüksektir.

Tablo 4. Katılım sıklığı değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçekler	Hiç katılmıyorum (n=93)		Çok nadir katılıyorum (n=194)		Bazen katılıyorum (n=329)		Sık sık katılıyorum (n=143)		F	p	Fark
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.			
ASYÖ	4.03	0.65	4.03	0.56	4.09	0.58	4.24	0.58	3.91	0.00	1-4 2-4
KPSÖ	2.97	0.95	2.91	0.79	2.99	0.79	3.15	0.83	2.34	0.07	-

Analiz sonuçları, "ASYÖ" puanları arasında serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığı değişkenine göre anlamlı bir fark olduğu, "KPSÖ" puanları arasında ise farklılaşma olmadığını göstermiştir. Diğer bir ifadeyle, serbest zaman faaliyetlerine katılım sıklığı arttıkça ASYÖ ortalama puanları da artmaktadır. Buna göre toplam ölçek puanlarında serbest zaman faaliyetlerine "sık sık" katıldığını belirten katılımcıların en yüksek puan ortalamasına sahip olduğu saptanmıştır.

Tablo 5. Katılım sıklığı değişkenine göre MANOVA sonuçları

Ölçek	Alt boyutlar	Hiç katılmıyorum (n=93)		Çok nadir katılıyorum (n=194)		Bazen katılıyorum (n=329)		Sık sık katılıyorum (n=143)		F	p
		Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss		
SZDÖ	Psikolojik	2.93	1.16	3.06	0.88	3.45	0.79	3.93	0.76	36.94	0.00
	Eğitimsel	3.24	1.14	3.38	0.92	3.66	0.82	4.02	0.76	20.30	0.00
	Sosyal	3.12	1.14	3.29	0.85	3.52	0.80	3.95	0.81	22.56	0.00
	Rahatlama	3.18	1.19	3.53	0.93	3.78	0.92	4.15	0.77	23.43	0.00
	Fiziksel	2.63	1.01	2.87	0.89	3.29	0.82	3.76	0.85	43.09	0.00
	Estetik	2.92	1.11	3.25	0.92	3.47	0.82	3.81	0.84	21.40	0.00

MANOVA sonuçları, katılım sıklığı değişkeninin katılımcıların “SZDÖ” puanları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğunu ve ölçeğin tüm alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Aktivitelere sıklıkla katılan bireylerin ortalama puanları diğerlerinden daha yüksektir.

Tablo 6. SZDÖ ve ASYÖ puanları arasındaki regresyon analiz sonuçları

	B	Standart Hata	β	t	p	
Sabit	2.986	0.095	-	31.336	0.000	
SZDÖ	Psikolojik	0.059	0.030	0.092	1.946	0.052
	Eğitimsel	0.014	0.032	0.022	0.434	0.664
	Sosyal	0.192	0.031	0.293	6.221	0.000
	Rahatlama	-0.008	0.027	-0.012	-0.281	0.779
	Fiziksel	0.002	0.026	0.002	0.059	0.953
	Estetik	0.063	0.027	0.099	2.312	0.021

R=0.427, R²=0.182 F_(6,752) =27.891, p=0.000

Serbest zaman doyumunu tüm alt boyut değişkenleri birlikte öğrencilerin algılanan sosyal yetkinlik puanları ile pozitif, düşük-orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermektedir. Serbest zaman doyumunu tüm alt boyut değişkenleri birlikte algılanan sosyal yetkinlikteki toplam varyansın % 18’ini açıklamaktadır.

Tablo 7. SZDÖ ve KPSÖ puanları arasındaki regresyon analiz sonuçları

	B	Standart Hata	β	t	p	
Sabit	2.694	0.145	-	18.587	0.000	
SZDÖ	Psikolojik	0.056	0.046	0.064	1.224	0.221
	Eğitimsel	-0.020	0.049	-0.023	-0.412	0.681
	Sosyal	-0.084	0.047	-0.092	-1.780	0.076
	Rahatlama	-0.008	0.041	-0.009	-0.190	0.849
	Fiziksel	0.073	0.039	0.084	1.865	0.063
	Estetik	0.081	0.042	0.091	1.948	0.052

R=0.141, R²=0.020 F_(6,752) =2.537, p=0.019

Yapılan regresyon analizi sonucuna göre, Serbest zaman doyumunu tüm alt boyut değişkeninin birlikte öğrencilerin psikolojik sağlımlıklarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

Serbest Zaman Doyumu Ölçeği’nin “psikolojik”, “fiziksel”, “estetik” alt boyut değişkenleri ile psikolojik sağlımlık puanları arasında pozitif ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Öğrencilerin serbest zaman doyumunu tüm alt boyut değişkenleri birlikte psikolojik sağlımlıktaki toplam varyansın %2 sini açıklamaktadır.

4. Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmada lisede öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman doyumlarının, algılanan sosyal yetkinliği ve psikolojik sağlamlığı yordama gücü belirlenerek cinsiyet, serbest zaman faaliyetlerine katılım sıklığı ve şekli değişkenlerine göre incelenmiştir. Yapılan araştırma sonuçlarına göre, serbest zaman aktivitelerine katılımdan elde edilen doyumun katılım sıklığı ile arttığı, ayrıca serbest zaman doyumunun algılanan sosyal yetkinliği ve de psikolojik sağlamlığı yordama gücünün olduğu belirlenmiştir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar, katılımcıların algılanan sosyal yetkinlik ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaştığını göstermektedir. Bu bulgular doğrultusunda kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde sosyal yetkinlik algısına sahip olduğunu söyleyebiliriz. Taleb & AlZoubi (2015) çocukların sosyal yetkinliklerinin çeşitli faktörlerden etkilendiğini belirtmişlerdir. Ayrıca okul öncesi dönemde sosyal yetkinliğin gelişmekte ve olgunlaşmakta olduğunu belirterek, bu gelişim evresinde cinsiyet farkının var olduğunu ifade etmişlerdir. Yapılan literatür taramasına göre, araştırma sonuçları ile paralellik gösteren çalışmalara rastlanırken (Koparan ve ark. 2009, Coleman, 2003), cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar saptanmayan araştırmaların da olduğu tespit edilmiştir (Ateş, 2016, Çelikkaleli, 2014; Kara ve ark., 2018). Algılanan sosyal yetkinlik inancı doğrultusunda akademik ve sosyal hayatta kadınların ve erkeklerin benzer imkanlara sahip olmaları, benzer hayatları yaşamalarına neden olmaktadır. Bu noktada ergenlerin de cinsiyet farkı olmaksızın aynı düzeyde yetkinlik inancı geliştirmiş olabileceği ifade edilmektedir (Çelikkaleli, 2014). Yaşamın farklı evrelerinde yaşanan değişim ve gelişmeler sonucunda cinsiyet ayırt etmeksizin kadına ve erkeğe yüklenen sorumlulukların eşdeğer nitelikte olması algılanan sosyal yetkinlik düzeyinin cinsiyet bakımından farklılık yaratmadığı sonucunu doğurabilir. Çalışmanın bir diğer bulgusu ise cinsiyet değişkeninin serbest zaman doyum ölçeğinin tüm alt boyutlarında temel etkisinin anlamlı olduğudur. Alanyazında, araştırma sonuçları ile paralellik göstermeyen çalışmalara rastlanırken (Broughton & Beggs, 2008; Griffin & McKenna, 2009; Lu & Hu, 2005) çalışmamız faktör bazında incelediğinde serbest zaman doyum ölçeğinde yer alan “psikolojik”, “sosyal”, “fiziksel” ve “estetik” alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Ayrıca erkek katılımcıların, kadın katılımcılara göre daha yüksek serbest zaman doyum düzeyine sahip olduğu görülmektedir. Shin ve You (2013) aktivite türünün (aktif ya da pasif) serbest zaman doyum üzerindeki etkisi ile ilgili yaptıkları çalışmada özellikle erkek öğrenciler için sadece aktif serbest zaman etkinliklerinin serbest zaman doyum üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğunu ifade etmişlerdir. Elde edilen bulgular literatürde yer alan araştırmalarla paralellik gösterirken (Biol, 2018, Küçük Kılıç ve ark., 2016; Serdar ve ark., 2018) en fazla “rahatlama” alt boyutunda anlamlı farklılık olduğunu ortaya koyan çalışmalar dikkat çekmektedir (Biol ve ark., 2018, Çakır, 2017; Doğan ve ark., 2019, Küçük Kılıç ve ark., 2016). Katılımcıların psikolojik sağlamlık puanlarını cinsiyet değişkenine göre incelediğimizde ise anlamlı bir farklılık olduğunu görmekteyiz. Araştırmamız Aydın ve ark., (2019), Hoşoğlu ve ark., (2018), Gizir (2007) tarafından yapılan çalışma ile benzerlik gösterse de, çalışmamızda erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek olduğunu tespit edilmesine karşın Gizir’ in (2007) çalışmasında kızların psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Hem erkek hem de kız öğrenciler için serbest zaman ile yaşam doyumunun artmasının, stresin azaltılması ve psikolojik iyi oluş üzerinde boylamsal etkiler yarattığı ifade edilmektedir (Shin & You, 2013). Ergenlerin duygu odaklı başa çıkmalarının psikolojik sıkıntı, sosyal yabacılığa, olumsuz ruh hali ile yüksek düzeyde ilişkilendirilerek (Trainor ve ark., 2010) bununla birlikte psikolojik sağlık düzeyleri yüksek olan bireylerin daha düşük problem davranışlara yöneldiği de ileri sürülmüştür (Arslan & Balkıs, 2016).

Analiz sonuçları serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığı değişkenine göre katılımcıların algılanan sosyal yetkinlik ortalaması puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığını ortaya koymaktadır. Spora, sosyal aktivitelere ve açık hava rekreasyonuna katılan bireylerin, algılanan yetkinliği önemli olarak görme olasılıkları daha yüksek olmakla birlikte serbest zaman, ergenlerin yaşamlarında en etkili deneyimlerden biri olarak kabul edilmektedir (Freire & Texeira, 2018, Gürbüz & Henderson, 2013). Diğer bir araştırma bulgusu ise serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığı değişkeninin katılımcıların serbest zaman doyum ölçeği puanları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğudur. Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin serbest zaman doyumunun, psikolojik iyi oluş üzerinde uzun süreli etkilerinin olduğu, yaşam doyumunu artırdığı ve stresi azalttığı ifade edilmektedir (Shin & You, 2013). Doğan ve ark., (2019) yaptıkları çalışma araştırmamızla paralellik gösterirken, Çelik ve ark., (2014) yaptığı çalışma sonuçları araştırmamızla örtüşmemektedir. Pek çok insan, sürekli artan uzun saatlerdeki iş yoğunluğu nedeniyle serbest zaman aktivitelerinden giderek daha fazla soyutlandıklarını belirtmişlerdir (Haworth & Lewis, 2010). Serbest zaman etkinliklerine katılımının az olması dışadönüklüğün ve heyecan arayışının da az olması ile birlikte daha az serbest zaman doyumunu oluşturmaktadır. Bu nedenle serbest zaman doyumunun dışadönüklüğü artırabileceği, duygusal dengesizliği önleyebileceği ifade edilmiştir (Lu & Kao, 2009). Ayrıca serbest zaman ve yaşam doyumunun mutluluğun boyutlarını belirleyen faktör olduğu Argan ve ark., (2018) tarafından yapılan çalışma sonucunda ortaya konulmuştur.

Regresyon analizi sonuçları serbest zaman doyumunu tüm alt boyutlarının algılanan sosyal yetkinliğin ve psikolojik sağlamlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte serbest zaman doyumunu ile algılanan sosyal yetkinlik düzeyleri arasında pozitif ve düşük-orta düzeyde, psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında ise pozitif yönde ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Aktivite, deneyim ve zamanın bir fonksiyonu olarak tanımlanan serbest zaman (Du Cap, 2002) ve sağlık konusundaki mevcut literatüre göre serbest zamanın ergenlerin olumsuz yaşam olaylarıyla başa çıkma yeteneklerini geliştirme kapasitelerinde önleyici bir etkisi olduğu belirtilmiştir. (Shin & You 2013). Serbest zaman etkinliklerine katılımdan elde edilen doyum ve serbest zamana yönelik olumlu tutumun özgüveni artırırken, stresi, yalnızlığı azaltarak psikolojik iyi oluş düzeyini de etkilediği ifade edilmektedir (Denovan & Macaskill, 2017; Freire & Teixeira, 2018, Kim ve ark., 2015). Bireylerin birbirleriyle iletişim kurması ve sosyal bakımdan yeterli olması psikolojik sağlamlığın geliştirilmesi adına önemli bir faktördür (Şahin ve ark., 2012). Serbest zaman aktivitelerinden edinilen olumlu duyguların, ergenlerin uzun süreli yaşam doyumunu deneyimlerini sağlayan, psikolojik sağlamlık gibi uzun vadeli kaynaklar yaratmalarına yardımcı olduğunu görülmektedir (Shin & You 2013). Bu bağlamda serbest zaman aktivitelerine katılım aracılığıyla fiziksel ve psikolojik durumların iyileştirebileceğini, stresle başa çıkma kabiliyetinin de arttırabileceğini söylemek mümkündür (Denovan & Macaskill, 2017, Kim ve ark., 2015).

Sonuç olarak, serbest zaman aktivitelerine katılımdan elde edilen doyumun katılım sıklığı ile arttığı, serbest zaman doyumunun algılanan sosyal yetkinliği ve de psikolojik sağlamlığı yordama gücünün olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle, bireylerin serbest zaman doyumlarının artırılmasının sosyal yetkinliği ve psikolojik sağlamlığı artırmada katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Abu Taleb, T.F. & AlZoubi, R.R. (2015). Jordanian mothers' perceptions of their children's social competence: an examination of family factors and demographic variables, *Early Child Development and Care*, 185 (6), 895-908, DOI:10.1080/03004430.2014.963067
- Amerikan Psikoloji Derneği, (2019). <https://www.apa.org/helpcenter/road-resilience>
- Anderson-Butcher, D., Iachini, A.L. & Amorose, A.J. (2007). Initial reliability and validity of perceived social competence scale, *Research on Social Work Practice*, 18 (1), 47-54.
- Argan, M., Tokay Argan, M. & Dursun, M.T. (2018). Examining relationships among well-being, leisure satisfaction, life satisfaction, and happiness, *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 7 (4), 49-59.
- Arslan, G. & Balkıs, M. (2016). Ergenlerde duygusal istismar, problem davranışlar, özyeterlik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki, *Sakarya University Journal of Education*, 6 (1), 8-22.
- Ateş, B. (2016). Lise öğrencilerinin algılanan sosyal yetkinlik puanlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi, *Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (ERZSOSDER) IX-I*, 185-194.
- Aydın, İ., Öncü, E., Akbulut, V. & Küçük Kılıç, S. (2019). Öğretmen adaylarında boş zaman sıkılma algısı ve psikolojik sağlamlık ilişkisi, *Atatürk Üniversitesi Beden eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21 (1).
- Bartolj T. & Slabe-Erker R. (2015). Differences in leisure time physical activity predictors in Europe, *Polish Sociological Review*, 190, 239-254.
- Beard, J.G. & Ragheb, M.G. (1980). Measuring leisure satisfaction, *Journal of Leisure Research*, 12 (1), 20-33.
- Bırol, S.Ş., Aydın, E. & Bahadır, Z. (2018). The examination of early and mid-term adolescents' levels of leisure satisfaction. <https://www.researchgate.net/publication/324006884>
- Bradberry, T. & Greaves, J. (2009). Emotional intelligence 2.0, TalentSmart; Har/Dol En edition, 23-24. <https://www.forbes.com/sites/travisbradberry/2014/01/09/emotional-intelligence/#67e65a4f1ac0>
- Broughton, K. & Beggs, B.A. (2008). Leisure satisfaction of older adults, *Activities, Adaptation & Aging*, 31 (1), 1-18, DOI: 10.1300/J016v31n01_01
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2008). Bilimsel Araştırma Yöntemleri, 1. Baskı, Pegem Akademi.
- Childs, H.F., Schneider, H.G. & Dula, C.S. (2012). Adolescent adjustment: Maternal depression and social competence, *International Journal of Adolescence and Youth*, 9 (2-3), 175-184. DOI: 10.1080/02673843.2001.9747875
- Choi, S. & Yoo, Y. (2016). Leisure attitude and satisfaction with leisure and life: Proposing leisure prioritization and Justification, *World Leisure Journal*. DOI: 10.1080/16078055.2016.1216886
- Coleman, P.K. (2003). Perceptions of parent-child attachment, social self-efficacy, and peer relationships in middle childhood, *Infant and Child Development*, 12, 351-368. DOI: 10.1002/icd.316
- Çakır, V.O. (2017). Üniversite öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki, *Gaziantep Uni J Sport Sci*, 2 (3), 17-27.
- Çelik, G., Tercan, E. & Yerlisu Lapa, T. (2014). Leisure constraints and leisure satisfaction in the recreational activities of employees with disabilities, *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 36 (2), 33-46.
- Çelikkaleli, Ö. (2014). Ergenlerde bilişsel esneklik ile akademik, sosyal ve duygusal yetkinlik inançları arasındaki ilişki, *Eğitim ve Bilim*, 39 (176), 347-354.
- Denovan, A., Maacaskill, A. (2016). Building resilience to stress through leisure activities: a qualitative analysis, *Annals of Leisure Research*, 20 (4), 446-466. DOI:10.1080/11745398.2016.1211943
- Doğan, M., Elçi, G. & Gürbüz, B. (2019). Serbest zaman doyumunu, serbest zamanda sıkılma algısı ve iş tatmini ilişkisi: akademisyenler üzerine bir araştırma, *SPORMETRE*, 17 (1), 154-164. DOI: 10.33689/spormetre.521555
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3 (1), 93-102.
- Du Cap, M.C. (2002). The perceived impact of the acadia advantage program on the leisure lifestyle and leisure satisfaction of the students at Acadia University (Master Thesis), *Acadia University*, Ottawa, Canada.
- Freire, T. & Teixeira, A. (2018). The influence of leisure attitudes and leisure satisfaction on adolescents' positive functioning: The role of emotion regulation, *Frontiers in Psychology*, 9 (1349). DOI: 10.3389/fpsyg.2018.01349.
- Gizir, C.A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerinde bir derleme çalışması, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (28), 113-128.
- Gökçe, H. & Orhan, K. (2011). Serbest zaman doyum ölçeğinin Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 22 (4), 139-145.
- Gökçe, H. (2008). Examining of the leisure satisfaction with the relation between life satisfaction and socio-demographic variables (Master Thesis). *Pamukkale University*, Denizli, Turkey.
- Gresham, F.M. (2016). Social skills assessment and intervention for children and youth, *Cambridge Journal of Education*, 46 (3), 319-332. DOI: 10.1080/0305764X.2016.1195788.
- Griffin, J. & McKenna, K. (2009). Influences on leisure and life satisfaction of elderly people, *Physical & Occupational Therapy In Geriatrics*, 15 (4), 1-16. DOI: 10.1080/J148V15n04_01

- Gürbüz, B. & Henderson, K. (2013). Exploring the meanings of leisure among Turkish university students, *Croatian Journal of Education*, 15 (4), 927-957.
- Haworth, J., Lewis, S. (2010). Work, leisure and well-being. *British Journal of Guidance & Counselling*, 33 (1): 67-79. <https://www.tandfonline.com/loi/cbjg20>.
- Hoşoğlu, R., Fırınçı Kodaz, A., Yılmaz Bingöl, T. & Vural Batık, M., (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlık, *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8 (14), 217-239.
- Iwasaki, Y. & Mannell, R.C. (2000). Hierarchical dimensions of leisure stress coping, *Leisure Sciences*, 22 (3), 163-181. DOI: 10.1080/01490409950121843.
- Jónsdóttir, S.R., Arnarson, E.Ö. & Smári, J. (2012). Body esteem, perceived competence and depression in Icelandic adolescents. <http://www.tandfonline.com/loi/rnpy20>
- Kara, F.M., Gürbüz, B. & Sarol, H. (2018). Yetişkinlerde serbest zamanda sıkılma algısı, algılanan sosyal yetkinlik ve benlik saygısı düzeyinin incelenmesi, *International Journal of Human Science*, 15 (1).
- Kaya, S. & Gürbüz, B. (2015). An examination of university students' attitudes towards leisure activities. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 6 (3), 46-59.
- Kim, S., Sung, J., Park, J. & Dittmore, S.W. (2015). The relationship among leisure attitude, satisfaction, and psychological wellbeing for college students, *Journal of Physical Education and Sport*, 15 (1), 70-76. DOI: 10.7752/jpes.2015.01012.
- Kleiber, D.A., Walker, G.J. & Mannell, R.C. (2011). Asocial psychology of leisure. <http://www.sagamorepub.com/products/social-psychology-leisure?src=lipdf>
- Koparan, Ş., Öztürk, F., Özkılıç, R. & Şenşık, Y. (2009). An investigation of social self-efficacy expectations and assertiveness in multi-program high school students, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 1, 623-629.
- Küçük Kılıç, S., Lakot Atasoy K., Gürbüz B. & Öncü E. (2016). Rekreasyonel tatmin ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi, *İ.Ü. Spor Bilimleri Dergisi*, 6 (3), 56-70.
- Lee, A., Hankin, B.L. & Mermelstein, R.J. (2010). Perceived social competence, negative social interactions, and negative cognitive style predict depressive symptoms during adolescence, *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 39 (5), 603-615. DOI: 10.1080/15374416.2010.501284
- Lu, L. & Hu, C.H. (2005). Personality, leisure experiences and happiness, *Journal of Happiness Studies*, 6, 325-342. DOI 10.1007/s10902-005-8628-3
- Lu, L. & Kao, S.F. (2009). Direct and indirect effects of personality traits on leisure satisfaction: evidence from a national probability sample in Taiwan. *Social behavior and personality*, 37 (2), 191-192.
- Moore, L.R. & Driver, L.B. (2011). Introduction to outdoor recreation: Providing and managing natural resource based opportunities, ISBN / ISSN: 978-1-89213-250-5, 1-19. <https://www.sagamorepub.com/products/introduction-outdoor-recreation>
- Moreno-Manso, J.M., García-Baamonde, E., Guerrero-Barona, E., Godoy-Merino, J., Blázquez-Alonso, M. & González-Rico, P. (2016). Perceived emotional intelligence and social competence in neglected adolescents, *Journal of Youth Studies*, 19 (6), 821-835. DOI: 10.1080/13676261.2015.1112883
- Newman, D.B., Tay, L. & Diener, E. (2014). Leisure and subjective well-being: A model of psychological mechanisms as mediating factors, *J Happiness Study*, 15, 555-578. DOI 10.1007/s10902-013-9435-x
- Özden, A. (2016). Psikososyal sağlık ve egzersiz, *Türkiye Klinikleri J Physiother Rehabil-Special Topic*, 2 (1), 122-6.
- Raver, C.C. & Zigler, E.F. (1997). Social competence: An untapped dimension in evaluating head start's success, *Earl Childhood Research Quarterly*, 12, 363-385.
- Sameroff, A. (2005). Early resilience and its developmental consequences. In: Tremblay RE, Barr RG, Peters RDeV, (Eds). *Encyclopedia On Early Childhood Development* [online]. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.505.5238&rep=rep1&type=pdf>
- Sarıçam, H., Akın, A., Akın, Ü. & Çardak, M. (2013). Algılanan sosyal yetkinlik ölçeğinin türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *International Journal of Social Science*, 6 (3), 591-600.
- Serdar, E., Demirel, M., Harmandar Demirel, D. & Donuk, B. (2018). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyum düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki, *The Journal of Social Science*, 5 (28), 429-438.
- Shin, K. & You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing, *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7 (2), 53-62. DOI: 10.1017/prp.2013.6
- Smith, W.B., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back, *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200.
- Sneegas, J.J. (2018). Components of life satisfaction in middle and later life adults: perceived social competence, leisure participation, and leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 18(4). <https://doi.org/10.1080/00222216.1986.11969663>
- Şahin, M, Yetim, A.A. & Çelik, A. (2012). Psikolojik sağlamlığın gelişiminde koruyucu bir faktör olarak spor ve fiziksel aktivite, *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5 (8), 373-380.
- Torkildsen, G. (2005). Leisure and recreation management, 5th edition. *Taylor & Francis e-Library*.
- Trainor, S., Delfabbro, P., Anderson, S. & Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being, *Journal of Adolescence*, 33, 173-186. DOI: 10.1016/j.adolescence.2009.03.013.
- Wang, E., Chen, L., Lin, J. & Wang, M.C. (2008). The relationship between leisure satisfaction and life satisfaction of adolescents concerning online games. *Adolescence*, 43 (169), 177-184.
- Wentzel, R.K. (1991). Relations between social competence and academic achievement in early adolescence, *Wiley on behalf of the Society for Research in Child Development*, 62 (5), 1066-1078.
- Yerlisu Lapa, T. (2013). Life satisfaction, leisure satisfaction and perceived freedom of park recreation participants, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 93, 1985-1993.