



Araştırma Makalesi (Research Article)

SERBEST ZAMAN TATMİNİNİN VE YAŞAM DOYUMUNUN KUŞAKLARA GÖRE İNCELENMESİ (ANALYSIS OF LEISURE SATISFACTION AND LIFE SATISFACTION BY THE GENERATIONS)

Yasin Emre OĞUZ^{1*} (orcid.org/ 0000-0002-2139-4278)

Elif ŞENEL² (orcid.org/ 0000-0002-0374-6962)

¹ Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Turizm İşletmeciliği Bölümü, Eskişehir, Türkiye

² Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği A.B.D., Eskişehir, Türkiye

Özet

Bu araştırmanın amacı serbest zaman tatmini ve yaşam doyumu olgularının kuşaklara göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesidir. Bu bağlamda öncelikle serbest zaman tatmini ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler yapısal eşitlik modellemesi aracılığıyla incelenmiştir. Araştırmanın evrenini Eskişehir’de ikamet eden yerel halk oluşturmaktadır. Buradan hareketle de 395 kişiden online anketler aracılığıyla veri toplanmıştır. Araştırmanın analizleri toplanan bu veriler üzerinden incelemeye tabii tutulmuştur. Araştırmanın sonuçları doğrultusunda, eğitim, fizyolojik ve sosyolojik boyutlarının kuşaklara göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Buradan hareketle serbest zaman tatmininin kuşaklara göre anlamlı farklılık gösterdiği savı desteklenmiştir. Bu farklılıkların ise daha çok X ve Z gruplarından kaynaklandığı belirlenmiştir. Ayrıca eğitim ve sosyolojik boyut faktörleri Z kuşağı açısından serbest zaman tatmininin en önemli belirleyicileri olarak tespit edilmiştir. Diğer taraftan, yaşam doyumunun kuşaklara göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Serbest Zaman Tatmini, Yaşam Doyumu, Yaş Kuşakları

Abstract

The purpose of this research is to examine whether the leisure satisfaction and the life satisfaction indicates a significant difference according to generations. In this context, structural equation modelling was used to test the relationships between leisure satisfaction and life satisfaction. The population of this research consists of the residents in Eskişehir. The research data were collected from 395 participants via online surveys. These data were also used in the analysis of the study. As a result of the research, it has been determined that educational, physiological, and sociological dimensions differ significantly according to generations. From this point of view, it has been determined that leisure satisfaction differs significantly according to generations. These differences are due to X and Z generations. In addition, education and sociological dimension factors were determined as the most important determinants of leisure satisfaction for the Generation Z. On the other hand, no significant difference was found regarding life satisfaction.

Key words: Leisure satisfaction, Life Satisfaction, Generations

* Sorumlu yazar: yeoguz@ogu.edu.tr

DOI: 10.33083/joghat.2021.69

1. Giriş

Teknolojide yaşanan gelişmeler insanların boş zamanlarının artmasını sağlamıştır. Bu durum artan boş zamanın verimli kullanılması isteğini daha da önemli bir hale getirmiştir. Serbest zaman en genel ifadeyle, bireyin iş ve sorumlulukları dışında kalan süre içerisinde kendi isteği doğrultusunda katılım gösterdiği faaliyetler olarak tanımlanmaktadır (Tezcan, 1993). Serbest zaman faaliyetleri, kişilerin yaşamları içerisindeki bir takım problemlerden ve sıkıntılardan uzaklaşmasını sağlamakla birlikte bireyin kendisine, ikili ilişkilerine ve toplumsal uyum sürecine olumlu etkilerde bulunmaktadır (Axelsen, 2009). Her bireyin serbest zaman etkinliklerine katılma amacı farklı olsa da temelde herkes bir noktaya odaklanmaktadır. Bu noktada insanların serbest zamanlarında yaptıkları etkinliklerden haz alması ve tatmin olmasıdır. Bu doğrultuda serbest zaman tatmini serbest zaman etkinliklerine katılım sonucunda meydana gelen pozitif duygu ve doyum hissiyatı olarak tanımlanmaktadır (Çelik, 2011).

İnsanların hayatları ile ilgili önem verdikleri diğer bir durum ise yaşamdan keyif alma ve doyuma ulaşma istekleridir. Bu noktada da insanların karşısına yaşam doyumu kavramı çıkmaktadır. Yaşam doyumu kişinin yaşantısı hakkında sahip olduğu değerlendirmeler ve yargılar bütünü olarak tanımlanmaktadır. Yaşam doyumu subjektif özellik göstermekte ve kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Diğer bir ifadeyle bireyin kendi durumunu standart durumlarla karşılaştırması ile ortaya çıkmaktadır (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985). İnsanların yaşam doyumlarının artmasında yaşadıkları deneyimlerin önemli etkileri bulunmaktadır. Bireyin ihtiyaçlarının karşılanması doğal olarak yaşamdan aldığı tatminin ve memnuniyetin de artmasını sağlamaktadır.

Yaşam doyumu olarak ifade edilen kavram serbest zaman etkinliklerindeki olumlu algılamaların sonucu olarak gelişmekle beraber deneyim açısından kişinin ihtiyaçlarının giderilmesine yönelik memnuniyet seviyesinin de göstergesi olarak değerlendirilmektedir. Literatür incelendiğinde, serbest zaman etkinliklerine katılım sonucunda oluşan tatminin yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu görülmüştür (Beard ve Ragheb, 1992; Rojek, 2013). Ancak her yaş kategorisine ait bireyin serbest zaman içerisinde gerçekleştirmiş olduğu faaliyetler, bu faaliyetler doğrultusunda oluşan haz ve tatmin duygusunun, bireyin serbest zaman faaliyetlerinden edinmiş olduğu doyum derecesinin farklılıklar gösterdiği unutulmamalıdır. Bu araştırmada serbest zaman etkinliklerine katılım sonucunda oluşan tatminin katılımcıların yaşam doyumlarına etkisi yapısal eşitlik modellemesi aracılığıyla incelenmiştir. Araştırma kapsamında üzerinde durulan diğer bir husus ise serbest zaman tatmini ve yaşam doyumu algılarının kuşaklar açısından değerlendirilmesidir. Bu hususlarda yapılan çok fazla çalışma olmaması ve bu değişkenlerin tek bir model içerisinde ele alınmamış olması bu araştırmanın hem özgün değerini hem de önemini oluşturmaktadır.

2. Kavramsal Çerçeve

Araştırmanın kavramsal çerçeve başlığı altında serbest zaman tatmini, yaşam doyumu, kuşaklar ve bu kuşakların özellikleri üzerinde durulmuştur.

2.1. Serbest Zaman Tatmini

Bireylerin yaşamlarını devam ettirebilmek için gerçekleştirmek zorunda oldukları işlerden arda kalan zaman dilimi olarak kabul edilen serbest zaman, değişen yaşam koşulları ve teknolojinin ilerlemesiyle birlikte toplumsal yapı içerisinde oldukça önemli bir hale gelmiştir (Mull, Bayless ve Jamiesson, 1997; Henderson, 2010). Serbest zaman içerisinde bulunan bütün faaliyetlere katılım bireysel istek doğrultusunda olmakla birlikte bu etkinlikler kişide yenilenme ve dinlenme sürecinin başlangıcı olarak da değerlendirilmektedir. Bu noktada serbest zaman; kişinin zihinsel ve fiziksel gelişimi, bir gruba ait olabilmesi ve kendisini ifade edip sosyalleşebilmesine imkân sağlayan kaliteli bir yaşam döngüsünün ilk adımını oluşturmaktadır (Ardahan ve Yerlisu Lapa, 2010).

Serbest zaman tatmini serbest zamanlarında etkinliklerine katılan bireylerin deneyimleri, hissettiği duygular ve pozitif doyumun toplamı olarak ifade edilmektedir (Beard ve Ragheb, 1980). Bu faaliyetlerde katılma, karar verme veya seçme; yaş, cinsiyet, eğitim, meslek, gelir düzeyi gibi birçok değişkene göre farklılıklar gösteren bir yapıdadır (Kır, 2007). Ancak unutulmamalıdır ki serbest zaman faaliyetlerine katılan bireylerin ilk amacı tatmin olmak ve doyurucu olarak nitelendirilebilecek bir deneyim yaşamaktır. Bunun yanı sıra serbest zaman faaliyetlerinde karşılaşılan tatmin düzeyine göre bu etkinliklere katılımların iyi veya kötü olmak üzere değerlendirilmeleri de yapılabilmektedir (Mannell, 1999; Stebbins, 2012).

Serbest zaman içerisinde oluşan tatmin olgusu bir algı durumunu ifade etmekle birlikte bu tatmini oluşturan algıların tespit edilebilmesi deneyimler ve tecrübeler sayesinde oluşabilmektedir. Burada söz edilen deneyim

faaliyetin kendisinden kaynaklı olarak değil kişide oluşturduğu algı ile bir anlam kazanmaktadır (Ayyıldız, 2012; Sevil, 2015). Bireyin yalnızca kişisel olarak algıladığı memnuniyet ve iç huzuru ifade etmek için kullanılan tatmin duygusu da kişilerin memnuniyeti algılama derecesine göre farklılıklar göstermektedir. Burada tatmin duygusunun artışı bireyler üzerinde olumlu etkiler yaratırken azalışında ise memnuniyetsizlik veya huzursuzluk gibi duygular ortaya çıkarabilmektedir (Amestoy, Rosal ve Toscano, 2008).

Kişilerin serbest zaman etkinliklerinden beklentilerini elde edip etmediklerini tespit etmede bir takım sorulara cevap aranması gerekmektedir. Bu sorulara verilen cevaplar ile bireylerin tatmin ve mutluluk seviyesi belirlenebilir ve memnuniyet seviyelerini artırıcı düzenlemeler gerçekleştirilebilir. Ayrıca bu düzenlemeler ve alınan tedbirler sayesinde serbest zaman etkinliklerinin geliştirilmesi ve çeşitlendirilmesi de mümkün hale gelmektedir (Karlı, Polat, Yılmaz ve Koçak, 2008).

2.2. Yaşam Doymu

İnsanların hayata dair istekleri, beklentileri ve arzularının mevcut durumları ile karşılaştırması sonucunda ortaya çıkan durum yaşam doyumu olarak tanımlanmaktadır (Vara, 1999). Bu durum moral, mutluluk ve tatmin gibi soyut özelliklere bağlı bir iyilik durumunu ifade etmektedir. Diğer bir ifadeyle yaşam doyumu bireyin kendi yaşantısını değişik ölçütler ile yargılamasına dayalı olarak oluşan bilişsel bir değerlendirme olarak tanımlanmaktadır (Özer ve Karabulut, 2003). Temelde yaşam doyumunu kişinin yaşamdan beklentileri ile yaşamdan elde ettikleri arasındaki benzerlikleri belirlemektedir. Bu benzerliklerin birbirine olan yakınlığı kişinin yaşamdan aldığı doyum miktarını artıran bir etki yaratmaktadır (Diener, Oishi ve Lucas, 2003). Ancak yaşam doyumu birçok farklı faktörden etkilenebilen bir yapı olarak ifade edilmektedir. Bu faktörler arasında yaşam içerisindeki anlamlar, mutluluklar, uyum, pozitif bir kimlik, iyi hissetme, sosyal ilişkiler ve güvenlik bulunmaktadır (Schmitter, 2003).

Yaşam doyumu kavramı kişilerin yaşantılarını ve bu yaşantının içerisindeki bütün evreleri kapsamaktadır. Burada kişilerin belirli bir duruma, sürece özgü doyumları değil, genel olarak tüm yaşantılarının içerisinde meydana gelen doyumun anlaşılması gerekmektedir. Özellikle bu süreç kişilerin duygularının ve ruh sağlıklarının da bir belirleyicisi olarak değerlendirilmektedir (Milgram ve Atzil, 1988). Yaşam doyumu bireyin refah ve mutluluk düzeyinin subjektif bir şekilde değerlendirilmesi olarak da tanımlanmaktadır. Bunun temel nedeni yapılan araştırmalarda bireylere açık ve net bir şekilde yaşamlarının bütününden tatmin olup olmadıklarının sorulmasıdır (Yiğit, Dilmaç ve Deniz, 2011). Yaşamın tamamına ilişkin zihinsel ve bilişsel algılamalardan oluşan yaşam doyumu kavramı temelde üç ana bölümden oluşmaktadır. Bunlardan ilki kişinin yaşantısını dış faktörlerle kıyaslaması sonucunda elde ettiği iyi oluş halidir. İkincisi kişinin yaşamını tahlil etmesi sonucu oluşan duyu halidir. Sonuncu ise kişinin günlük yaşamındaki ilişkilerden meydana gelen memnuniyet hali olarak ifade edilmektedir (Serin ve Özbülak, 2006).

2.3. Kuşaklar ve Özellikleri

Bu başlık altında X, Y ve Z kuşaklarının tanımları ve özellikleri üzerinde durulmuştur.

2.3.1. X Kuşağı (1965-1979)

Kriz dönemlerine denk gelmesinden ötürü kayıp kuşak olarak da ifade edilen X kuşağı, 1965 ile 1979 yılları arasında doğan insanları kapsamaktadır (Adıgüzel, Batur ve Ekşili, 2014). Dünya dinamiklerinde yaşanan değişimlere şahit olan X kuşağı kendisinden önceki nesillerin çok sayıda çocuk sahibi olmalarından ötürü aileleri tarafından ihmal edilmiş bir kuşak olarak ifade edilmektedir. Kanaatkâr, bireyselliğe önem veren ve sadık tavırları ile ön planda olan X kuşağı, teknoloji ile sonradan tanışmış olsa da bu duruma çok çabuk ayak uyduran bir kuşak olma özelliğine de sahiptir (Acılioğlu, 2015). Yaşamdan edindiği tecrübeler doğrultusunda kendi geleceğini garantilemek isteyen X kuşağı için tasarruf çok önemli bir unsur olmakla birlikte rekabetçi denilebilecek bir yapıları da bulunmaktadır. Ayrıca X kuşağı için serbest zaman ve serbest zaman içerisinde gerçekleştirilen etkinlikler oldukça önem arz etmektedir (Gürbüz, 2015).

2.3.2. Y Kuşağı (1980-1999)

1980-1999 yılları arasında doğan insanları kapsayan Y kuşağı teknoloji hakkında bilgileri yüksek olan, kuşaklar arasındaki farklılığın belirgin olarak hissedildiği bir nesil olarak ifade edilmektedir. X kuşağı ile kıyaslandığında sayısal açıdan daha kalabalık olan Y kuşağı, teknolojik gelişmelerin çok hızlı bir şekilde yaşandığı ve toplum içerisinde önemli bir yere sahip olduğu dönemde dünyaya gelmiş ve büyümüş bir nesildir. Bu nedenle Y kuşağı dijital dünya ile büyüyen ilk kuşak olarak kabul edilmektedir (Korkmaz ve Ceng, 2014). Diğer kuşaklar ile kıyaslandığında en eğitilmiş jenerasyon olarak kabul edilen Y kuşağı gerekli koşullar

oluşturduğunda sıklıkla seyahat eden ve serbest zaman etkinliklerine katılan bir topluluk olarak tanımlanmaktadır (Crampton ve Hodge, 2007).

2.3.3. Z Kuşağı (2000 Sonrası)

2000’li yılların başında doğan bireyleri kapsayan Z kuşağı teknolojik ilerlemelerin hızlı bir şekilde yaşandığı ve küçük yaşlardan itibaren teknolojik araçlarla iç içe olmalarından ötürü internet kuşağı olarak da geçmektedir. Z kuşağı internetsiz yaşamın mümkün olamayacağını düşünen, mekân ve zaman gibi kavram kısıtlamalarını kabul etmeyen bir kuşak olma özelliğini taşımaktadır (Saruhan ve Yıldız, 2014). Bu kuşağa ait bireyler sanal ve fiziksel dünyayı birbirinden ayırmadan bir bütün olarak değerlendirip teknoloji ve sosyal medya aracılığı ile iletişim kurmayı diğer yöntemlere göre daha çok tercih etmektedir. Ayrıca Z kuşağı bireyleri açısından sanal ortamda vakit geçirmek, dışarıda vakit geçirmekten çok daha önem arz etmekte olup bu bireyler için mesafe kavramı önem arz etmemektedir (Kırık ve Köyüstü, 2018).

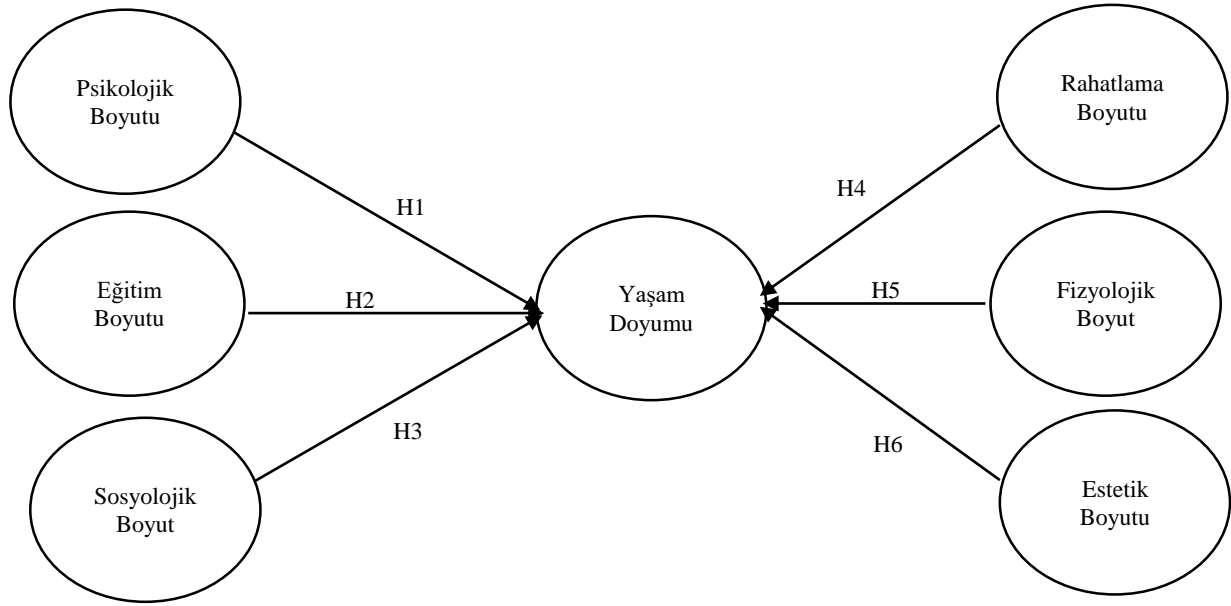
3. Yöntem

Araştırmanın yöntem bölümünde öncelikle araştırma modeli ve hipotezleri verilmiştir. Devamında ise araştırmanın evren, örneklem ve veri toplama süreçlerinden bahsedilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada serbest zaman tatmininin alt boyutları olarak ifade edilen; psikolojik boyut, eğitim boyutu, sosyolojik boyut, rahatlama boyutu, fizyolojik boyut ve estetik boyutu faktörlerinin yaşam doyumuna olan etkileri yapısal eşitlik modellemesi aracılığıyla incelenmiştir.

Şekil 1. Araştırma Kapsamında Önerilen Çalışma Modeli



Şekil 1’de araştırma modelinin sembolik gösterimi yer almaktadır. Buna göre araştırma kapsamında doğruluğu sınanacak hipotezler aşağıdaki gibidir:

H1: Psikolojik boyutun yaşam doyumuna etkisi vardır.

H2: Eğitim boyutunun yaşam doyumuna etkisi vardır.

H3: Sosyolojik boyutun yaşam doyumuna etkisi vardır.

H4: Rahatlama boyutunun yaşam doyumuna etkisi vardır.

H5: Fizyolojik boyutun yaşam doyumuna etkisi vardır.

H6: Estetik boyutunun yaşam doyumuna etkisi vardır.

H7: Serbest zaman tatmini kuşaklara göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H8: Yaşam doyumunu kuşaklara göre anlamlı farklılık göstermektedir.

3.2. Çalışmanın Evreni ve Örneklemi

Bu çalışmanın evreni Eskişehir’de yaşayan yerel halktan oluşmaktadır. Yerel halkın sayısının belirlenmesinde Türkiye İstatistik Kurumu’nun 2021 yılı verilerinden yararlanılmıştır. Buna göre Eskişehir nüfusunun 888,828 kişiden oluştuğu görülmüştür. Büyüklüğü bilinen araştırma evreni için en az 384 katılımcıya anket uygulanması gerekmektedir (Çingir, 2009). Bu kapsamda da toplam 395 kişiden online anketler aracılığıyla veri toplanmıştır. Araştırmanın analizleri de bu veriler üzerinden incelemeye tabii tutulmuştur.

3.3. Veri Toplama Aracı

Bu çalışmada araştırma verilerin toplanması amacıyla anket tekniğinden yararlanılmıştır. Çalışmada kullanılan anket için Beard ve Ragheb (1980) ve Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından yapılan çalışmalardan yararlanılmıştır. Bu kapsamda da 44 ifadeden oluşan bir ölçek oluşturulmuştur. Ölçekte yer alan ifadeler 5’li Likert tipinde (1: Hiç Katılmıyorum; 2: Katılmıyorum; 3: Orta Düzeyde Katılıyorum; 4 Katılıyorum; 5: Tamamen Katılıyorum) derecelendirilmiştir.

4. Bulgular

4.1. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Araştırma analizi aşamasında öncelikle katılımcıların demografik özellikleriyle ilgili bilgiler incelenmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Cinsiyet	Sayı	Yüzde (%)
Kadın	201	50,9
Erkek	194	49,1
Medeni Durum	Sayı	Yüzde (%)
Bekâr	174	44,1
Evlü	221	55,9
Yaş	Sayı	Yüzde (%)
Z Kuşağı (2000+)	105	26,6
Y Kuşağı (1980-1999)	171	43,3
X Kuşağı (1979-1965)	119	30,1
Eğitim Durumu	Sayı	Yüzde (%)
İlköğretim Mezunu	13	3,3
Lise Mezunu	107	27,2
Üniversite Mezunu	217	54,8
Lisansüstü Mezunu	58	14,7
Gelir Durumu	Sayı	Yüzde (%)
3000TL Altı	155	39,2
3001 – 6000TL Arası	122	30,9
6001TL Üstü	118	29,9
TOPLAM	395	100

Tablo 1’de yer alan bulgular incelendiğinde, araştırmaya katılanların %49,1’inin erkeklerden (194), %50,9’unun kadınlardan (201) oluştuğu belirlenmiştir. Katılımcıların %44,1’i bekâr (174), %55,9’u evlidir (221). Araştırmaya katılanların eğitim durumları incelendiğinde %54,8’inin üniversite mezunlarından (217), %27,2’sinin lise mezunlarından (107), %14,7’sinin lisansüstü mezunlarından (58), %3,3’ünün ilköğretim mezunlarından (13) oluştuğu tespit edilmiştir. Katılımcıların gelir durumları ile ilgili bulgular incelendiğinde %39,2’si 3000TL altı (155), %30,9’u 3001-6000TL arası (122), %29,9’u 6001TL ve üstü (118) şeklinde dağılım göstermiştir.

4.2. Faktör Analizi Bulguları

Araştırmanın analiz aşamasında öncelikle ölçeğin güvenilirliğine yönelik incelemeler yapılmıştır. Yapılan güvenilirlik analizi sonucunda ölçek güvenilirliği 0,962 olarak belirlenmiştir. Buna göre araştırmada kullanılan ölçek güvenilir bir seviyededir (Alpar, 2013). Güvenilirlik analizi sonrasında ise değişken sayısının azaltılması ve değişkenler arasındaki ilişkilerden yararlanılarak yeni yapılar ortaya konulması amacıyla açıklayıcı faktör

analizi ile ilgili çalışmalara geçilmiştir (Özdamar ve Dinçer, 1987). Bu kapsamda verilere öncelikle Açıklayıcı Faktör Analizi devamında ise Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Açıklayıcı Faktör Analizi öncesinde Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett's testleri bulguları incelenmiştir (KMO: 0,942 - Bartlett's: 0,00 ve $p < 0,01$). Elde edilen bulgular doğrultusunda da verilerin faktör analizine uygun olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2. Açıklayıcı Faktör Analizi Bulguları

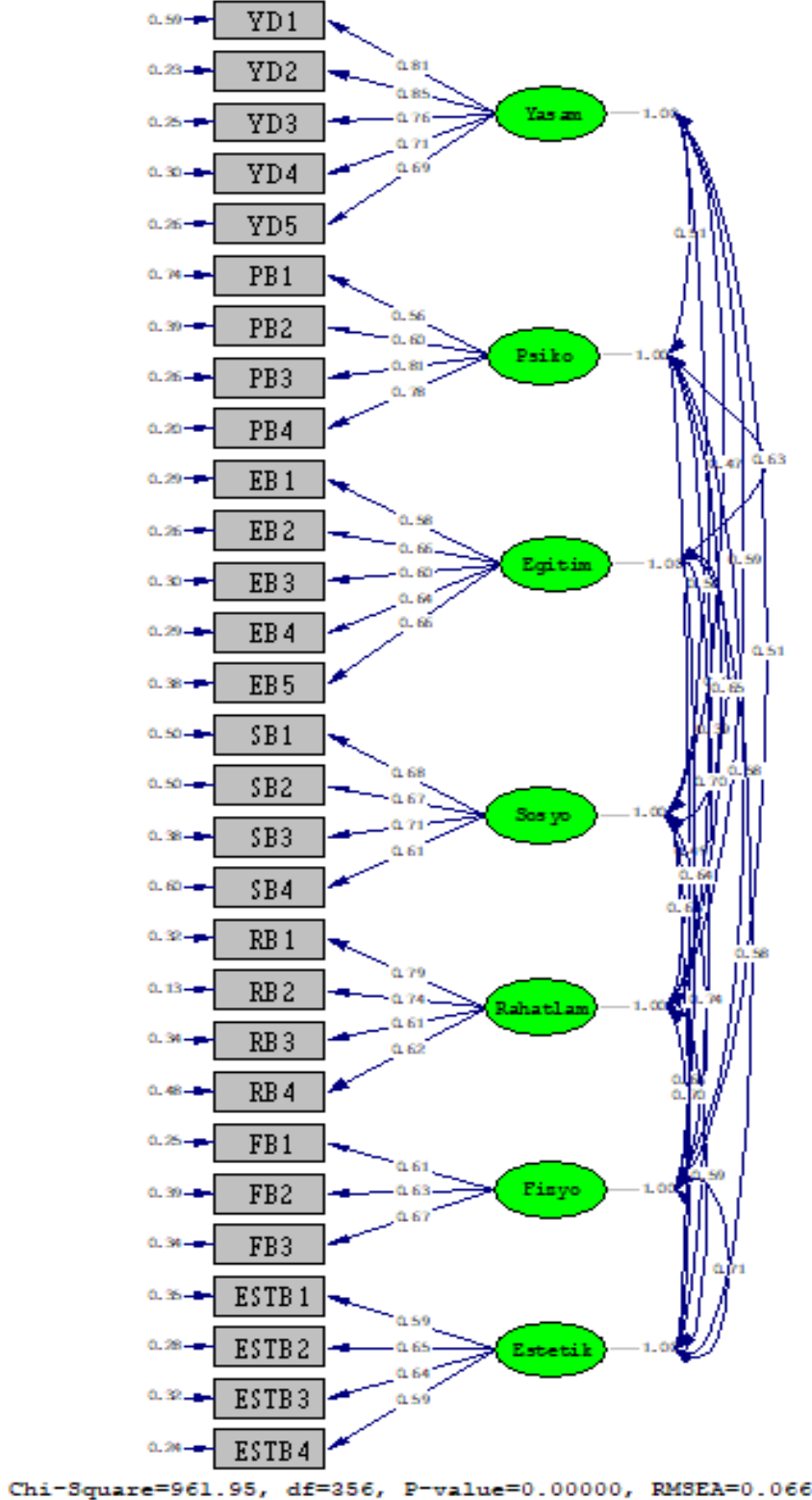
İfadeler	Faktör Yüğü	Açıklanan Varyans %	Faktör Güvenilirliğı
Psikolojik Boyut			
Serbest zaman etkinliklerimin hayatım üzerinde olumlu etkileri vardır.	0,768	4,765	0,824
Serbest zaman etkinliklerim bana başarı hissi veriyor.	0,767		
Serbest zaman etkinliklerim bana özgüven sağlar.	0,652		
Serbest zaman etkinliklerim benim için ilgi çekicidir.	0,556		
Eğitim Boyutu			
Serbest zaman etkinliklerim toplumu tanımamda bana yardımcı olur.	0,802	18,279	0,866
Serbest zaman etkinliklerim kendimi tanımamda bana yardımcı olur.	0,742		
Serbest zaman etkinliklerim merakımı gidermede bana yardımcı olur.	0,683		
Serbest zaman etkinliklerim yeni şeyler denemem için bana olanaklar sağlar.	0,676		
Serbest zaman etkinliklerim doğa ile ilgili daha çok şey öğrenmemde bana yardımcı olur.	0,620		
Sosyolojik Boyut			
Serbest zaman etkinliklerim diğer insanlarla sıkı ilişkiler kurmamda bana yardımcı oluyor.	0,773	4,285	0,782
Serbest zaman etkinliklerim esnasında genellikle eğlenceli insanlarla bir araya gelirim.	0,670		
Serbest zaman etkinliklerimi birlikte yaptığım insanlara karşı güçlü bağlılık hissi duyarım.	0,627		
Serbest zaman etkinliklerim esnasında tanıştığım insanlar genellikle arkadaş canlısıdır.	0,611		
Fizyolojik Boyut			
Serbest zaman etkinliklerim beni fiziksel olarak rahatlatıyor.	0,800	4,092	0,791
Serbest zaman etkinliklerinin fiziksel sağlığımı artırdığını düşünüyorum.	0,636		
Serbest zaman etkinlikleri kilomu kontrol etmemde bana yardımcı olur.	0,583		
Rahatlama Boyutu			
Serbest zaman etkinlikleri rahatlama yardımcı oluyor.	0,779	3,356	0,854
Serbest zaman etkinlikleri stresten kurtulmama yardımcı oluyor.	0,729		
Serbest zaman etkinlikleri duygusal olarak kendimi iyi hissetmemde yardımcı olur.	0,652		
Serbest zaman etkinliklerine katılmaktan keyif alıyorum.	0,556		
Estetik Boyutu			
Serbest zaman etkinliklerimi yaptığım yerler ilgi çekicidir.	0,763	15,336	0,835
Serbest zaman etkinliklerimi yaptığım yerler iyi dizayn edilmiştir.	0,737		
Serbest zaman etkinliklerimi yaptığım yerler beni mutlu eden yerlerdir.	0,721		
Serbest zaman etkinliklerimi yaptığım yerler temizdir.	0,705		
Yaşam Doyumu			
Yaşam şartlarım mükemmeldir.	0,831	19,261	0,898
Genel olarak hayatımdan memnunum.	0,808		
Yaşamım boyunca istediğim birçok şeyi elde ettim.	0,792		
Hayatıma yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmek istemezdim.	0,789		
Hayatım birçok yönden idealimdekine yakındır.	0,753		

Toplam Açıklanan Varyans

69,373

Tablo 2’de açıklayıcı faktör analizi ile ilgili bulgular yer almaktadır. Buna göre 7 faktörlü bir yapı tespit edilmiştir. Bu ilgili yapılar ise alanyazına uygun olarak; psikolojik boyut, eğitim boyutu, sosyolojik boyut, rahatlama boyutu, fizyolojik boyut, estetik boyutu ve yaşam doyumu olarak isimlendirilmiştir. İlgili 7 faktörün toplam açıklanan varyans değeri ise 69,373 olarak tespit edilmiştir. Sosyal bilimler açısından yaklaşık %70’lik bir açıklama derecesinin tatmin edici seviyede olduğunu söylemek mümkündür. Araştırmanın faktör analizi aşamasında üzerinde durulan önemli bir konu ise literatürde faktör analizinin temel amaçlarından biri olarak kabul edilen yapıların sadeleştirme işlemidir (Özdamar ve Dinçer, 1987). Bu bağlamda anketin 44 ifadesi açıklanan varyansı düşürmeden sadeleştirmeye çalışılmıştır.

Şekil 2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Bulguları



Şekil 2’de doğrulayıcı faktör analizi bulgularına yer verilmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda faktörlerin alanyazına uygun şekilde dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Analizin devamında doğrulayıcı faktör analizi sonucu elde edilen bulgular literatürde yer alan uyum ölçütlerine göre değerlendirilmiştir (Tablo 3).

Tablo 3. Önerilen Modelin Uyum Değerleri ve Standart Uyum Ölçütleri

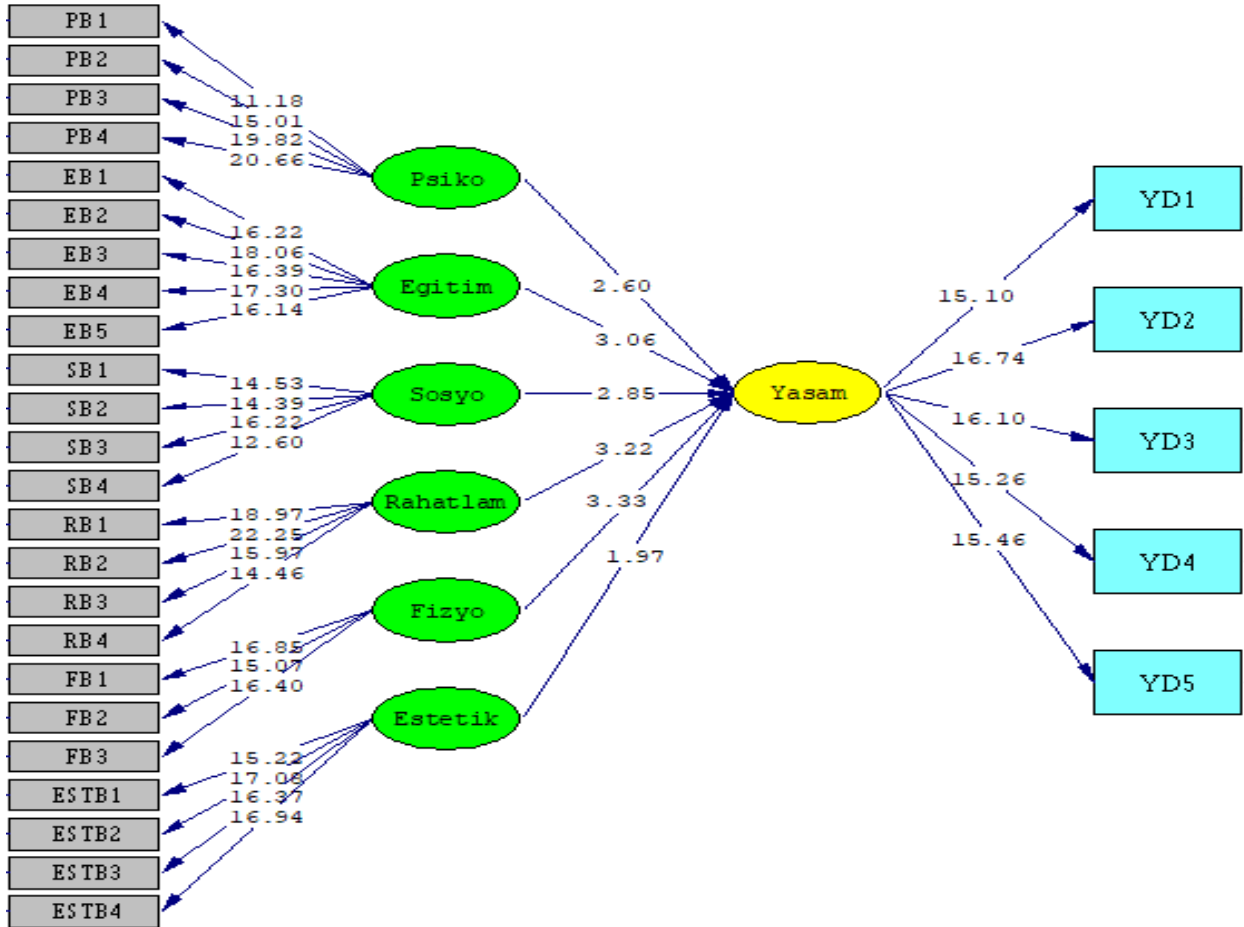
Uyum Ölçütleri	İyi Uyum	Model Değeri	Uyum
χ^2 / sd	$0 \leq \chi^2 / sd < 5$	2,70	Uyumlu
RMSEA	$0 \leq RMSEA < 0,10$	0,066	Uyumlu
SRMR	$0 \leq SRMR < 0,10$	0,042	Uyumlu
NFI	$0,90 < NFI \leq 1,00$	0,97	Uyumlu
NNFI	$0,95 < NNFI \leq 1,00$	0,97	Uyumlu
RFI	$0,90 < RFI \leq 1,00$	0,96	Uyumlu
IFI	$0,90 < IFI \leq 1,00$	0,97	Uyumlu
CFI	$0,95 < CFI \leq 1,00$	0,98	Uyumlu
GFI	$0,90 < GFI \leq 1,00$	0,93	Uyumlu
AGFI	$0,85 < AGFI \leq 1,00$	0,89	Uyumlu

Tablo 3’te yer alan bulgular incelendiğinde önerilen modelin standart uyum ölçütlerine uygun olduğu tespit edilmiştir.

4.4. Yapısal Eşitlik Modellemesi Bulguları

Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda araştırma kapsamında önerilen modelin test edilmesi aşamasına geçilmiştir (Şekil 3).

Şekil 3. Yapısal Eşitlik Modellemesi Bulguları



Chi-Square=961.95, df=356, P-value=0.00000, RMSEA=0.066

Şekil 3’te yer alan bulgular incelendiğinde elde edilen t değerleri 1,96’nın üzerinde olduğu için araştırma kapsamında önerilen 6 adet hipotez desteklenmiştir ($p < 0,050$).

4.5. Kuşaklara Göre Anlamlı Farklılık Bulguları

Araştırma analizlerinin son aşamasında serbest zaman tatmininin ve yaşam doyumunun X, Y ve Z kuşaklarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği varyans analizleri aracılığıyla incelenmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Varyans Analizi Bulguları

Faktör	Varyans Kaynağı	Ortalamaların Karesi	F Değeri	Olasılık (p)
Psikolojik	Gruplar arası	0,370	0,369	0,692
Boyut	Grup içi	1,003		
Estetik	Gruplar arası	0,142	0,142	0,688
Boyut	Grup içi	1,004		
Sosyolojik	Gruplar arası	3,529	3,575	0,029
Boyut	Grup içi	0,987		
Rahatlama	Gruplar arası	0,420	0,419	0,658
Boyutu	Grup içi	1,003		
Fizyolojik	Gruplar arası	6,855	7,006	0,001
Boyut	Grup içi	0,970		
Eğitim	Gruplar arası	4,787	4,881	0,008
Boyutu	Grup içi	0,981		
Yaşam	Gruplar arası	0,764	0,763	0,467
Doyumu	Grup içi	1,001		

Tablo 4 incelendiğinde, serbest zaman tatmininin alt boyutları olan; eğitim boyutu, fizyolojik boyut ve sosyolojik boyutun kuşaklara göre anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir ($p < 0,050$). Bu bağlamda da H7 desteklenmiştir. Her üç faktör içinde anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığının tespiti adına Tukey testi yapılmıştır. Tukey testi bulgularına göre anlamlı farklılıklar X ve Z gruplarından kaynaklanmaktadır. Buna göre; eğitim ve sosyolojik boyut faktörleri Z kuşağı açısından serbest zaman tatmininin en önemli belirleyicileri olarak tespit edilmiştir. Fizyolojik boyut ise X kuşağının serbest zaman tatminlerinin önemli bir kısmı olarak belirlenmiştir. Yine Tablo 4'te yer alan bulgulara göre katılımcıların yaşam doyumu algılarının kuşaklara göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu nedenle de H8 desteklenmemiştir ($p > 0,050$).

5. Sonuç ve Öneriler

Bu araştırma, serbest zaman tatmininin yaşam doyumu üzerindeki etkisini açıklarken aynı zamanda serbest zaman tatmini ve yaşam doyumunun kuşaklara göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine odaklanmıştır. Serbest zaman tatmini ve yaşam doyumu teorisi çerçevesinde hipotezler geliştirilerek test edilmiştir.

Araştırmanın bulguları doğrultusunda öncelikle serbest zaman tatmini ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler yapısal eşitlik modellemesi aracılığıyla incelenmiştir. Bu kapsamda serbest zaman tatmininin alt boyutları olan; psikolojik boyut, eğitim boyutu, sosyolojik boyut, rahatlama boyutu, fizyolojik boyut ve estetik boyutu egzozjen değişken olarak belirlenmiş olup katılımcıların yaşam doyumu algısı ise araştırmanın endojen değişkeni olarak belirlenmiştir. Araştırmanın analiz aşamasında öncelikle ilgili yedi değişken için yapıların tespit edilmesi amacıyla açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam varyansın yaklaşık %70'ini açıklayan yedi faktörlü bir yapı tespit edilmiştir.

Araştırmanın devamında açıklayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen yapıların doğruluğunun incelenmesi amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi bulguları alanyazında yer alan standart uyum ölçütlerine göre değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde de istatistiki açıdan geçerli bir yapı oluşturulduğuna karar verilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizinin devamında araştırma kapsamında kurulan modelin doğrulanması ve hipotezlerin test edilmesi amacıyla yapısal eşitlik modellemesi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda da kurulan 6 adet hipotez alanyazına uygun şekilde desteklenmiştir (Beard ve Ragheb, 1980; Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985; Beard ve Ragheb, 1992; Rojek, 2013).

Günümüzde gerçekleştirilen birçok çalışma serbest zaman etkinliklerinin ve bu etkinliklere her yaşta bireyin katılımının ne derece önemli olduğunu kanıtlar niteliktedir. Özellikle bu etkinliklere katılım son dönemlerde literatürde sosyal bir fobi olarak değerlendirilmekte ve bu durum yaşam kalitesi ve mutluluk ile ilişkilendirilmektedir. Araştırmanın son aşamasında ise serbest zaman tatmininin ve yaşam doyumunun X, Y ve Z kuşaklarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği varyans analizi aracılığıyla incelenmiştir. Serbest zaman tatmininin alt boyutları olan; eğitim boyutu, fizyolojik boyut ve sosyolojik boyutun kuşaklara göre

anlamli farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Buradan hareketle H7 hipotezi de desteklenmiş olup serbest zaman tatmininin yaş kuşaklarına göre anlamli bir farklılık gösterdiği ifade edilebilir. Ancak yaşam doyumunun kuşaklara göre anlamli farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu nedenle ise H8 hipotezi desteklenmemiş olup yaşam doyumunu olgusunun yaş kuşaklarına göre anlamli farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır.

Kaynakça

- Acılıoğlu, İ. (2015). *İş'te Y kuşağı*. İstanbul: Elma Yayınevi.
- Adıgüzel, O., Batur, H.Z., Ekşili, N. (2014). Kuşakların değişen yüzü ve y kuşağı ile ortaya çıkan yeni çalışma tarzı: Mobil yakalılar. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(1), 165-182.
- Alpar, R. (2013). *Uygulamalı çok değişkenli istatistiksel yöntemler*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Amestoy V.C., Rosal R.S., Toscano E. V. (2008). The leisure experience. *The Journal of Socio-Economics*, 37, 64-78.
- Ardahan, F., Yerlisu Lapa, T.Y. (2010). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin cinsiyete ve gelire göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 21(4), 129-136.
- Ayyıldız, T. (2015). *Rekreatif dans faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Axelsen M. (2009). The power of leisure: I was an anoexic; I'm now a healthy triathlete. *Lesiure Sciences*, 31, 330-346.
- Beard, J.G., Ragheb, M.G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20-33.
- Beard, J.G., Ragheb, M.G. (1992). Measuring leisure interests. *Journal of Park and Recreation Administration*, 10(2), 1-13.
- Crampton, S.M., Hodge, J.W. (2007). Generations in the workplace: Understanding age diversity. *The Business Review*, 9(1), 16-22.
- Çelik G. (2011). *Kamu kuruluşlarında çalışan engelli bireylerin serbest zaman engellerinin ve tatmin düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya
- Çingir, H. (2009). *Örnekleme kuramı*. Ankara: Bizim Büro Basımevi.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(19), 71-75.
- Diener, E., Oishi, S., Lucas, R.E. (2003). Personality, culture, and subjective wellbeing: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review Psychological*, 54, 403-425.
- Gürbüz, S. (2015). Kuşak farklılıkları: Mit mi gerçek mi. *İş ve İnsan Dergisi*, 2(1), 39-57.
- Henderson, K. (2010). Leisure studies in the 21st Century: The sky is falling. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 32(4), 391-400.
- Karlı, Ü., Polat, E., Yılmaz, B., Koçak, S. (2008). Serbest zaman tatmin ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 80-91.
- Kır, İ. (2007). Yükseköğretim gençliğinin boş zaman etkinlikleri: KSÜ örneği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 307-328.
- Kırık, A.M., Köyüstü, S. (2018). Z kuşağı konusunda yapılmış tezlerin içerik analizi yöntemi ile incelenmesi. *E-Gifder*, 6 (2), 1497-1517.
- Korkmaz, A., Ceng, E. (2014, Mayıs). Y kuşağını anlamak. Gençlik ve Kültürel Mirasımız Uluslararası Kongresinde sunulmuş bildiri, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Mannell, R.C. (1989). *Leisure satisfaction*. PA: Venture Publishing.
- Milgram, N.A., Atzil, M. (1988). Parenting Stress in Raising Autistic Children. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 18(3), 415-424.

- Mull, F.R., Bayless, G.K., Jamiesson, L.Y. (1997). *Recreational sport management*. USA: Human Kinetics.
- Özdamar, K., Dinçer, S. (1987). *Bilimsel araştırmalarda bilgisayarla istatistik değerlendirme ve veri analizi*. İstanbul: Bilim Teknik Yayınevi.
- Özer, M., Karabulut, Ö.Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumunu. *Geriatrici*, 6(2), 72-74.
- Rojek, C. (2013). *Capitalism and leisure theory*. New York: Routledge.
- Saruhan, Ş.C., Yıldız, M. L. (2014). *İnsan kaynakları yönetimi*. İstanbul: Beta Basım.
- Sevil T. (2015). *Terapatik rekreasyonel aktivitelere katılımın yaşlıların algıladıkları boş zaman tatmini, yaşam tatmini ve yaşam kalitesine etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Serin, N.G., Özbek, B. (2006). Okul idarecilerinin duygusal zekâ beceri düzeyleri ile yaşam doyumunu yöneticilik deneyimleri ve cinsiyet açasından incelenmesi. Uluslararası Duygusal Zekâ ve İletişim Kongresinde sunulmuş bildiri, İzmir: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi, İzmir.
- Stebbins, R.A. (2012). *The idea of leisure*. New York: Routledge.
- Tezcan, M. (1993). *Boş zaman sosyolojisi*. Ankara: Yargıçoğlu Matbaa.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2021). Erişim Tarihi: 14.02.2021. http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id1072
- Vara, Ş. (1999). *Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumunu ve genel yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yiğit, R., Dilmaç, B., Deniz, E.M. (2011). İş ve yaşam doyumunu: Konya emniyet müdürlüğü alan araştırması. *Polis Bilimleri Dergisi*, 13(3), 1-18.
- Yılmaz, V., Çelik, H.E. (2016). *Lisrel 9.1 ile yapısal eşitlik modellemesi*. Ankara: Anı Yayıncılık.