



T.C.

Ardahan Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Sanat ve Tasarım Ana Bilim Dalı

Sanat ve Tasarım Bilim Dalı

**TÜRK HALKOYUNLARINA KATILIM GÖSTEREN BİREYLERİN
SERBEST ZAMAN DOYUMUNUN İNCELENMESİ: DİYARBAKIR
İLİ MERKEZ HALK EĞİTİM KURUMLARI ÖRNEĞİ**

Fatih IŞIK

Doç. Dr. Selami AKIŞ

Yüksek Lisans Tezi

Ardahan, 2025

TÜRK HALKOYUNLARINA KATILIM GÖSTEREN BİREYLERİN SERBEST
ZAMAN DOYUMUNUN İNCELENMESİ: DİYARBAKIR İLİ MERKEZ HALK
EĞİTİM KURUMLARI ÖRNEĞİ

Fatih IŞIK

Danışman

Doç. Dr. Selami AKIŞ

Eş Danışman

Doç. Dr. Abdulmenaf KORKUTATA

Ardahan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Sanat ve Tasarım Ana Bilim Dalı

Sanat ve Tasarım Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Ardahan, 2025

KABUL VE ONAY

Fatih IŞIK tarafından hazırlanan “Türk Halkoyunlarına Katılım Gösteren Bireylerin Serbest Zaman Doyumunun İncelenmesi: Diyarbakır İli Merkez Halk Eğitim Kurumları Örneği” başlıklı bu çalışma, 15.09.2025 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Doç. Dr. Zeynel TURAN

Doç. Dr. Selami AKIŞ

Prof. Dr. Mustafa ŞAHİN

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen ve yukarıda adları yazılı jüri üyeleri tarafından kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Mustafa ŞENEL
Enstitü Müdürü

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Ardahan Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinleri yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayınlanan *“Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge”* kapsamında tezim aşağıda belirtilen koşullar haricince YÖK Ulusal Tez Merkezi / Ardahan Üniversitesi Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

- Enstitü / Fakülte yönetim kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren 2 yıl ertelenmiştir. ⁽¹⁾
- Enstitü / Fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren ay ertelenmiştir. ⁽²⁾
- Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir. ⁽³⁾

15/09/2025

Fatih IŞIK

“Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge”

- (1) *Madde 6. 1. Lisansüstü teze ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez **danışmanının** önerisi ve **enstitü anabilim dalının** uygun görüşü üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulu** iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.*
- (2) *Madde 6. 2. Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internetten paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç imkanı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez **danışmanının** önerisi ve **enstitü anabilim dalının** uygun görüşü üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulunun** gerekçeli kararı ile altı ayı aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.*
- (3) *Madde 7. 1. Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, **tezin yapıldığı kurum** tarafından verilir *. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, **ilgili kurum ve kuruluşun önerisi** ile **enstitü** veya **fakültenin** uygun görüşü üzerine **üniversite yönetim kurulu** tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir.*

Madde 7.2. Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir.

** Tez **danışmanının** önerisi ve **enstitü anabilim dalının** uygun görüşü üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulu** tarafından karar verilir.*

ETİK BEYAN

Bu çalışmadaki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, kullandığım verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, yararlandığım kaynaklara bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu, tezimin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu, Tez Danışmanının **Doç. Dr. Selami AKIş** danışmanlığında tarafımdan üretildiğini ve Ardahan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Yazım Yönergesine göre yazıldığını beyan ederim.

Fatih IşIK

TEŞEKKÜR

Bu araştırmanın hazırlanma sürecinde, bilgi ve tecrübeleriyle bana rehberlik eden, değerli katkıları ve yönlendirmeleriyle çalışmamın her aşamasında desteklerini esirgemeyen kıymetli danışmanlarım Sayın Doç. Dr. Selami AKIŞ ve Sayın Doç. Dr. Abdulmenaf KORKUTATA' ya en içten teşekkürlerimi sunarım.

Araştırmanın yürütülmesinde gerekli izinleri sağlayan, veri toplama sürecinde iş birliği gösteren Diyarbakır İl Millî Eğitim Müdürlüğü'ne, Diyarbakır ili merkez halk eğitim kurumlarının yetkililerine ve çalışanlarına; ayrıca araştırmaya gönüllü olarak katılan tüm kursiyerlere katkılarından dolayı şükranlarımı ifade ederim.

Çalışmam süresince manevi destekleri, sabırları ve anlayışlarıyla her zaman yanımda olan değerli dostum Dr. Öğretim Üyesi Ramazan ÖZAVCI'YA, beni büyüten ve emek veren annem Fatma IŞIK ve babam Askeri IŞIK'a; sevgileri ve güvenleriyle bana güç veren tüm aileme en derin şükranlarımı sunarım. Onların varlığı, çalışmamı sürdürmemdeki motivasyon kaynağım olmuş, akademik ve kişisel gelişimime büyük katkı sağlamıştır.

Bu çalışmanın, halkoyunlarının bireylerin serbest zaman doyumu üzerindeki etkilerinin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacağına ve kültürel mirasın korunması ile gelecek nesillere aktarılması adına yeni araştırmalara ilham olacağına inanıyorum.

ÖN SÖZ

İçinde bulunduğumuz modern çağ dünyasında teknolojik gelişmeler, dijitalleşme ve kentleşme süreci, bireylerin yaşam biçimlerini ve serbest zaman alışkanlıklarını derinden etkilemektedir. Yoğun iş ve eğitim temposu içerisinde, bireylerin serbest zamanlarını nasıl değerlendirdikleri, yaşam kalitesi, psikolojik iyilik hâli ve toplumsal bağlar açısından önemli bir konu hâline gelmiştir. Bu bağlamda, bireylerin serbest zamanlarını yalnızca dinlenme amacıyla değil, aynı zamanda kendilerini ifade etme, sosyalleşme ve kültürel değerleri yaşatma amacıyla değerlendirmesi hem bireysel hem de toplumsal gelişim açısından önem taşımaktadır.

Halkoyunları, kültürel kimliği ve topluluk ruhunu yansıtan, bireylere fiziksel, ruhsal ve sosyal anlamda çok yönlü kazanımlar sunan bir etkinlik türüdür. Diyarbakır ili, sahip olduğu zengin folklorik miras ve kültürel çeşitlilik ile halkoyunlarının yaşatıldığı ve gelecek nesillere aktarıldığı önemli merkezlerden biridir. Halk eğitim kurumlarında düzenlenen halkoyunu kursları, bu kültürel mirasın korunmasına katkı sağlamakla birlikte, katılımcıların serbest zaman doyumunu da olumlu yönde etkileyebilmektedir.

Bu çalışmada, Diyarbakır ili merkez ilçe halk eğitim kurumlarında halkoyunları kurslarına katılan bireylerin serbest zaman doyum düzeyleri incelenmiş; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve kursa katılım süresi gibi değişkenlere göre farklılıklar değerlendirilmiştir. Elde edilen bulguların, halk eğitim politikalarının geliştirilmesine, kültürel etkinliklerin yaygınlaştırılmasına ve bireylerin serbest zamanlarını daha verimli değerlendirmelerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın gerçekleştirilmesinde katkı sunan, desteklerini esirgemeyen ve süreç boyunca yol gösteren değerli hocalarıma, kurum yetkililerine ve araştırmaya gönüllü olarak katılan tüm bireylere teşekkür ederim. Ayrıca, araştırmanın her aşamasında bana güç veren aileme ve yakın çevreme de minnettarlığımı sunarım.

Araştırmamın, kültürel mirasın korunması ve serbest zamanın anlamlı bir şekilde değerlendirilmesi konularında yeni çalışmalara ilham vermesini temenni ederim.

ÖZET

İŞİK, Fatih. *Türk Halkoyunlarına Katılım Gösteren Bireylerin Serbest Zaman Doyumunun İncelenmesi: Diyarbakır İli Merkez Halk Eğitim Kurumları Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Ardahan, 2025.

Günümüz yaşam koşulları, bireylerin serbest zamanlarını daha bilinçli ve verimli değerlendirmesini gerekli kılmakta; Bu bağlamda, serbest zaman etkinliklerinden elde edilen doyum düzeyi, bireyin yaşam kalitesini doğrudan etkilemektedir. Halkoyunları, yalnızca bir kültürel ifade biçimi olmanın ötesinde, bireylerin fiziksel, sosyal ve duygusal gelişimlerine katkı sağlayan çok boyutlu bir serbest zaman etkinliği olarak öne çıkmaktadır. Diyarbakır gibi kültürel zenginliği ile ön plana çıkan bir ilde halkoyunlarına yönelik yapılan çalışmaların sınırlı olması yeni araştırmaların önemine işaret etmektedir. Dolayısıyla bu araştırmanın amacı, Diyarbakır ili merkez ilçeleri halk eğitim kurumlarında Türk halkoyunları kursuna katılan bireylerin serbest zaman doyum düzeylerini incelemektir. Araştırma, nicel yöntemlere dayalı betimsel tarama modeli çerçevesinde tasarlanmıştır. Veriler, Diyarbakır ili merkez ilçeleri halk eğitim kurumlarına katılmış bireylerden anket yoluyla toplanmıştır. Elde edilen verilere yönelik SPSS programında çeşitli analizler uygulanmıştır. Bu kapsamda öncelikle hipotezlere bağlı olarak ikili grup ortalamalarının karşılaştırılması adına bağımsız gruplar t testi (IndependentSamples t test), ikiden fazla grup ortalamalarının karşılaştırılmasında (OneWayANOVA) tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır. Çoklu grup ortalamalarının karşılaştırılmasında farkı meydana getiren grubun hangisi olduğunu belirlemek amacıyla Post hoc testlerinden Tukey uygulanmıştır. İstatistiksel analiz sonuçları için $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Yapılan analiz sonuçlarına göre, cinsiyet değişkeninde estetik, yaş değişkeninde psikolojik ve estetik, gelir değişkeninde psikolojik, günlük boş zaman süresi değişkeninde psikolojik boyutu puan ortalamasının karşılaştırılmasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ayrıca halkoyunları ile ilgilenme süresi değişkenine göre serbest zaman doyumunun tüm alt boyutlarında anlamlı bir farklılığa rastlanılmıştır. Ancak eğitim ve medeni durum değişkenlerine göre serbest zaman doyumunun tüm alt boyutlarında yapılan karşılaştırmalı analizde anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Sonuç olarak araştırma, Diyarbakır'daki halk oyunları faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman doyumlarının genel olarak yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, halk oyunlarının serbest zamanın değerlendirilmesinde önemli bir kültürel ve sosyal alanı temsil ettiğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler:

Serbest Zaman, Serbest Zaman Doyumu, Halkoyunları, Rekreasyon, Diyarbakır.



ABSTRACT

IŞIK, Fatih. *An Examination of Leisure Satisfaction Among Individuals Participating in Turkish Folk Dances: The Case of Public Education Centers in Central Diyarbakır*, Master's Thesis, Ardahan, 2025.

Contemporary living conditions necessitate a more conscious and efficient use of leisure time, and in this context, the level of satisfaction derived from leisure activities directly affects an individual's quality of life. Folk dances, beyond being merely a form of cultural expression, emerge as multidimensional leisure activities that contribute to individuals' physical, social, and emotional development. In a culturally rich province such as Diyarbakır, the limited number of studies on folk dances underscores the need for further research. Accordingly, the aim of this study is to examine the leisure satisfaction levels of individuals attending Turkish folk dance courses at public education centers in central Diyarbakır.

The research was designed within the framework of a descriptive survey model based on quantitative methods. Data were collected via questionnaires administered to individuals who participated in public education centers in Diyarbakır. The data were analyzed using SPSS software. In this context, independent samples t-tests were employed to compare the means of two groups, while one-way ANOVA tests were used for comparisons involving more than two groups. To determine which groups accounted for significant differences in multiple comparisons, Tukey's post hoc test was applied. A significance level of $p < 0.05$ was adopted for all statistical analyses.

According to the analysis results, a significant difference was found for the aesthetic dimension in relation to gender, for psychological and aesthetic dimensions in relation to age, for psychological satisfaction in relation to income, and for psychological satisfaction in relation to daily leisure time. Furthermore, significant differences were observed across all sub-dimensions of leisure satisfaction based on the duration of engagement with folk dances. However, no significant differences were found in any sub-dimensions when compared according to education level or marital status.

In conclusion, the study demonstrates that individuals participating in folk dance activities in Diyarbakır generally exhibit high levels of leisure satisfaction. This finding

indicates that folk dances represent an important cultural and social domain in the evaluation of leisure time.

Keywords:

Leisure, Leisure Satisfaction, Folk Dances, Recreation, Diyarbakır.



SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

Akt.	Aktaran
TMTB	Türk Milli Talebe Birliği
İTÜ	İstanbul Teknik Üniversitesi
THOF	Türkiye Halk Oyunları Federasyonu
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
TDK	Türk Dil Kurumu
SZDÖ	Serbest Zaman Doyumu Ölçeği
LSS	LeisureSatisfactionScale

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1. Betimsel Sonuçlar	33
Tablo 2. Serbest zaman doyum ölçeği maddelerine yönelik tanımlayıcı sonuçlar	34
Tablo 3. Serbest Zaman Doyum Ölçeğine alt boyutlarına yönelik tanımlayıcı sonuçlar	36
Tablo 4. Cinsiyet değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması	37
Tablo 5. Yaş değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması	38
Tablo 6. Eğitim düzeyi değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması	39
Tablo 7. Gelir düzeyi değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması	40
Tablo 8. Günlük boş zaman süresi değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması	41
Tablo 9. Medeni durum değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması	42
Tablo 10. Halkoyunları ile ilgilenme süresi değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması	42
Tablo 11. Halkoyunları yarışmalarına katılma durumu değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması	44
Tablo 12. Halkoyunları türdeğişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması	45

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI	ii
ETİK BEYAN	iv
TEŞEKKÜR.....	v
ÖN SÖZ.....	vi
ÖZET.....	vii
ABSTRACT	ix
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ.....	xi
TABLolar DİZİNİ	xii
İÇİNDEKİLER.....	xiii
GİRİŞ	1
1. BÖLÜM.....	4
GENEL BİLGİLER.....	4
1.1. HALK OYUNLARININ TANIMI	4
1.2. HALK OYUNLARININ TARİHSEL GELİŞİMİ.....	6
1.3. HALK OYUNLARININ SINIFLANDIRILMASI	9
1.4. HALK OYUNLARININ ÖNEMİ VE FAYDALARI	12
2. BÖLÜM.....	16
TANIM VE KAVRAMLAR.....	16
2.1. ZAMAN TANIMI.....	16
2.2. SERBEST ZAMAN KAVRAMI	18
2.3. SERBEST ZAMANTARİHSEL GELİŞİMİ	19
2.4. SERBEST ZAMAN DOYUMU.....	21
2.5. SERBEST ZAMANA DOYUMUNA YÖNELİK ARAŞTIRMALAR	23
3. BÖLÜM.....	29
ANALİZ VE YORUM	29
3.1. YÖNTEM.....	29
3.2. ARAŞTIRMANIN MODELİ VE HİPOTEZLERİ	29

3.3. EVREN VE ÖRNEKLEM	30
3.4. VERİ TOPLAMA SÜRECİ	30
3.5. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	30
3.5.1. Demografik Bilgi Formu.....	31
3.5.2. Serbest Zaman Doyum Ölçeği.....	31
3.6. VERİ ANALİZİ	32
3.7. BULGULAR	33
SONUÇ.....	51
KAYNAKÇA.....	54
EKLER.....	65
EK 1. ORJİNALLİK RAPORU FORMU	65
EK 2. ETİK KURUL İZNİ	66
EK 3. SERBEST ZAMAN DOYUM ÖLÇEĞİ.....	67
EK 4. MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ İZİN BELGESİ	68
ÖZ GEÇMİŞ	69

GİRİŞ

Günümüz dünyasında teknolojik gelişmeler, dijitalleşme ve kentleşme süreci, bireylerin günlük yaşam alışkanlıklarını önemli ölçüde dönüştürmüştür. Hızla değişen yaşam temposu ve iş ile eğitim hayatının yoğunluğu, bireylerin günlük rutinleri içerisinde serbest zamana ayırdıkları sürenin önemini artırmıştır. Bu çerçevede serbest zaman, bireyin zorunlu görev ve sorumluluklarından uzaklaştığı; kendi tercihleri doğrultusunda dinlenme, eğlenme, öğrenme veya kişisel gelişim gibi amaçlarla değerlendirdiği bir zaman dilimi olarak tanımlanabilir. Literatürde serbest zaman etkinliklerinin, bireyin yaşam kalitesini artırmada, stresle baş etmede, sosyal ilişkileri geliştirmede ve psikolojik dengeyi sağlamada önemli katkılar sunduğu sıklıkla vurgulanmaktadır. Ancak serbest zamanın varlığı tek başına bireye katkı sağlamaz; önemli olan bu zamanın birey tarafından nasıl değerlendirildiği ve bu süreçten ne derece tatmin sağlandığıdır. Bu noktada “serbest zaman doyumu” kavramı öne çıkmaktadır. Serbest zaman doyumu, bireyin serbest zaman etkinliklerinden elde ettiği haz, anlam ve memnuniyet düzeyini ifade eder. Bireyin ilgi ve ihtiyaçlarına uygun, gönüllülük esasına dayalı ve kendini ifade etmesine olanak tanıyan etkinlikler serbest zaman doyumunu olumlu yönde etkilerken; zorunlu, monoton veya beklenti dışı etkinlikler bu doyumunu düşürebilmektedir. Dolayısıyla, serbest zaman doyumu bireyin yaşam doyumu, psikolojik iyilik hâli ve toplumsal aidiyet duygusu ile yakından ilişkilidir.

Bu bağlamda kültürel, sanatsal ve sportif etkinlikler, serbest zamanın etkili bir şekilde değerlendirilmesinde önemli rol oynamaktadır. Özellikle halkoyunları, bireylere yalnızca fiziksel hareketlilik değil, aynı zamanda kültürel kimlik, topluluk hissi, estetik zevk ve duygusal tatmin gibi çok boyutlu kazanımlar sunan bir etkinlik türü olarak öne çıkmaktadır. Türk halkoyunları, yüzyıllardır kuşaktan kuşağa aktarılan geleneksel yapısıyla bireylerin aidiyet duygusunu güçlendiren, sosyal etkileşimi artıran ve yerel kültürel değerlerin yaşatılmasına katkı sağlayan bir ifade biçimidir. Ritmik yapısı, grup içinde gerçekleştirilen figürleri ve estetik unsurlarıyla halkoyunları, bireylerin serbest zamanlarını hem anlamlı hem de doyurucu biçimde geçirmelerine katkıda bulunmaktadır.

Türkiye genelinde olduğu gibi Diyarbakır ili, zengin folklorik yapısı ve kültürel çeşitliliğiyle halkoyunlarının canlı bir şekilde yaşatıldığı önemli merkezlerden biridir. Diyarbakır’a özgü halk oyunları, bölgenin tarihsel ve kültürel kimliğini yansıtırken; bu

oyunlara katılım gösteren bireyler için kültürel mirasa sahip çıkma, sosyal bağ kurma ve topluluk içinde kendini ifade etme fırsatı sunmaktadır. Diyarbakır merkez ilçelerinde faaliyet gösteren halk eğitim kurumları, her yaştan bireye açık kurslarla bu kültürel etkinliklerin sürdürülebilirliğini sağlamaktadır. Bu kurslara katılan bireylerin, hem fiziksel hem de ruhsal açıdan çeşitli kazanımlar elde ettiği, toplumsal etkileşim düzeylerinin arttığı ve yaşamdan aldıkları genel doyumun olumlu yönde etkilendiği düşünülmektedir. Ancak halkoyunları gibi kültürel etkinliklerin, bireylerin serbest zaman doyumunu üzerindeki etkilerini sistematik biçimde inceleyen çalışmalar sınırlıdır. Özellikle halk eğitim merkezlerinde sunulan bu kursların bireysel düzeyde yarattığı etkilerin anlaşılması, hem halk eğitim politikalarının geliştirilmesi hem de kültürel etkinliklerin yaygınlaştırılması açısından önem taşımaktadır. Bireylerin bu tür etkinlikleri neden tercih ettikleri, bu süreçten nasıl bir doyum elde ettikleri ve serbest zamanlarını ne ölçüde anlamlı bulduklarının ortaya konulması, halk eğitimi uygulamalarının yeniden değerlendirilmesine katkı sağlayacaktır.

Bu doğrultuda, çalışmanın amacı Diyarbakır ili merkez ilçe halk eğitim kurumlarında halkoyunu kurslarına katılım sağlayan bireylerin serbest zaman doyum düzeylerini incelemek ve yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ile kursa katılım süresi gibi değişkenler doğrultusunda bu düzeydeki farklılıkları ortaya koymaktır. Araştırma sonucunda elde edilecek veriler, halkoyunlarının bireylerin yaşam kalitesine katkılarını daha somut biçimde ortaya koyacak ve bu tür etkinliklerin toplumsal düzeyde desteklenmesi gerektiğine dair öneriler geliştirilmesine zemin hazırlayacaktır.

Halkoyunları, Türkiye'nin kültürel mirasının önemli bir parçası olup toplumsal kimlik, kültürel süreklilik ve sosyal bağların korunmasında belirleyici bir rol oynamaktadır. Serbest zaman doyumunu üzerine yapılan çalışmaların çoğu spor veya genel rekreasyon etkinliklerine odaklanmışken, halkoyunları gibi yerel ve kültürel yönü güçlü etkinliklerin bu bağlamda incelenmesi sınırlı kalmıştır. Diyarbakır ili, zengin folklorik yapısı ve halk eğitim merkezlerinde sürdürülen faaliyetleriyle, kültürel etkinliklerin serbest zaman bağlamındaki yerinin anlaşılması açısından öz-gün bir örnek sunmaktadır. Öte yandan serbest zaman doyumunu, bireylerin psikolojik ve sosyal yaşamlarında önemli bir yer tutmasına rağmen, halkoyunları faaliyetlerine katılan bireylerin bu doyum düzeylerine ilişkin betimsel veriler yeterince incelenmediği düşünülmektedir. Diyarbakır'daki halk eğitim merkezlerinde halkoyunlarına katılan bireylerin serbest

zaman doyum düzeyleri ve bu düzeylerin demografik özelliklere göre nasıl bir görünüm sergilediği bu araştırmanın temel problemini oluşturmaktadır. Dolayısıyla bu araştırmanın amacı, Diyarbakır ili merkez ilçe halk eğitim kurumlarında Türk halkoyunları kursuna katılım gösteren bireylerin serbest zaman doyum düzeylerini incelemektir.



1. BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

1.1. HALK OYUNLARININ TANIMI

Halk, aynı devletin sınırları içerisinde yaşayan; ortak bir dil, kültür, gelenek ve değerlere sahip bireylerden oluşan insan topluluğu olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2025). Bu topluluk, bir milleti meydana getiren temel unsurlardan biri olmasına rağmen, her halkın mutlaka aynı etnik kökene sahip olması gerekmez. Ekici'ye (1999: 14) göre halk; tarihsel süreç içerisinde şekillenmiş, zamanla biçim ve içerik bakımından gelişmiş, gelenek, görenek, inanç anlayışını sürdür-en ya da sürdürmeye çalışan tüm toplulukları, yani milleti kapsayan bir yapıdır. Bu bağlamda halk, yalnızca sosyopolitik bir birliktelik değil, aynı zamanda kültürel bir sürekliliğin taşıyıcısıdır.

Oyun kavramı ise, TDK'ye göre; zekâ ve beceriyi geliştiren, belirli kurallar çerçevesinde gerçekleştirilen ve hoşça vakit geçirilmesini sağlayan etkinlik olarak tanımlanmaktadır (Erişim tarihi: 21.09.2025). Oyun; oyuncuyu, oyunun kurgusunu ve işlevsel yönlerini içeren, belirli kurallar çerçevesinde ve içerik özelliklerine bağlı olarak, bireylerin eğlenme amacıyla gerçekleştirdiği çok yönlü bir kültürel etkinliktir (Sarpkaya, 2022: 85). Nitekim Huizinga (2019), oyunu kültürün temel yapı taşlarından biri olarak değerlendirmekte; oyunun gönüllülük esasına dayanan, kurallarla çevrili ve kendi içinde anlam barındıran özgün bir etkinlik olduğunu ifade etmektedir.

Toplumların sahip olduğu kültür ve sanatın harmanlanmasıyla oluşan halk oyunları, insanlık tarihi boyunca estetik bir yapı içinde taklit, yaratma ve oyun üçgeninde varlığını kormuş, insanoğlunun yaşamı içerisindeki duyguların dışa vurulmasında önemli bir araç olmuştur (Akış, 2024, s. 66). Halk oyunları, geçmişin kültürel hafızasını bugüne taşıyan bir canlandırma biçimi olarak Türk folklorunun temel yapı taşlarından biri hâline gelmiştir (Keskin, 1988, s. 102). Bu oyunlar, bireyin duygularını, düşüncelerini ve estetik beğenisini belirli hare-ket kalıpları aracılığıyla dışa vurmasına olanak tanır ve geleneksel yaşam tarzlarını yansıtmaları bakımından kültürel belleğin korunmasında vazgeçilmez bir unsur olarak değerlendirilir (Gülbeyaz, 2018, s. 57). Ayrıca bu oyunlar, toplumun

yaşam biçimini ve kültürel değerlerini yansıtan, bunları kuşaktan kuşağa aktaran önemli bir özellik taşımaktadır (Akış, 2024, s.17).

Genellikle halk müziği eşliğinde sergilenen bu oyunlar, ahenkli, ölçülü ve estetik açıdan etkileyici hareketlerden oluşur. Ritmik yapısı ve görsel çekiciliği sayesinde hem göze hem kulağa hitap eder. Sevinç, keder, toplumsal olaylar veya inanç temelli duygular, bu oyunlar aracılığıyla birey veya topluluk tarafından sembolik biçimde dile getirilir. Halk oyunlarının kökeni incelendiğinde, kimi zaman dini törenler veya büyüsel inanışlarla ilişkili olduğu da görülmektedir (Bali, 2017, s. 81).

Türk halkı, tarihsel ve coğrafi koşullar çerçevesinde kendi yaşam dinamiklerine uygun olarak halk oyunlarını şekillendirmiştir. Devinim yoluyla duygu ve düşüncelerin ifade edilmesi, bu dansları yalnızca bir eğlence unsuru olmaktan çıkarıp, bir anlatı formuna dönüştürmüştür. Halk dansları, bireyin geleneksel değerlerini ve kültürel yapısını anlamlı beden hareketlerine dönüştürerek kendini ortaya koyduğu güçlü bir sanatsal dil olarak öne çıkar (Karademir, 2016, s.6). “Milli danslar” ya da “halk oyunları” olarak adlandırılan bu geleneksel anlatım biçimi, bir topluluğun kimliğini, yaşam tarzını ve ortak değerlerini yansıtan güçlü bir sembol niteliği taşır. Her toplumun kendine özgü özellikleri, bu oyunların yapısına ve yorumuna yansıtılmıştır (Tanyol, 1961, s.2489). Halk oyunları, yalnızca eğlence amacıyla değil; özel günlerde, ritüel niteliği taşıyan anlarda ve toplumsal belleği canlı tutma amacıyla da oynanmaktadır. İnanca dayalı duyguların ritmik hareketlerle ve müzikle bulunduğu bu oyunlar, zamanla belirli kalıplar içinde birlikte oynanır hâle gelmiş, bölgesel kimlikler kazanmış ve somut olmayan kültürel mirasın birer taşıyıcısı olmuştur (Aslan, 2023, s.8). Bu yönüyle halk oyunları, estetik bir performans olmanın öte-sinde, ait olduğu topluma özgü kültürel değerlerin, geleneklerin ve kimliğin dışavurumudur. Halk oyunları, bir toplumun sevinç ve hüznün gibi duygularını, kültürel kimliğini ve inanç sistemini içinde barındıran; kimi zaman büyüsel (majik) ve ritüel (kültik) bir yapıya sahip anlatım biçimleridir. Bu oyunlar, bireysel veya toplu olarak; müzik eşliğinde veya sessiz bir düzende, el ve ayak hareketleriyle, ilahiler veya halk şarkıları eşliğinde belirli kurallara doğrultusunda gerçekleştirilir (Eroğlu, 1999, s. 33).

İnsan bedeninin hareket hâlindeki estetik potansiyeli, halk oyunlarında en üst seviyeye ulaşır. Bu yönüyle halk oyunları, ritim ve müziği bir araya getirerek sadece bedensel değil, aynı zamanda ruhsal ve estetik bir deneyim sunan performatif bir anlatım

biçimi olarak öne çıkar (Ertural, 2006, s. 2). Dansçının bakış açısından değerlendirildiğinde, halk oyunları sıradan motor hareketlerden ayrılan; sözsüz ancak anlam yüklü, ritmik yapısı ve kültürel temsiliyle belirginleşen estetik hareketlerden oluşur. Bu hareketler, toplumun ortak belleğinde yer etmiş ve zaman-la kalıplaşarak kültürel normlara dönüşmüş anlatım araçlarıdır (Hanna, 1987, s. 19).

Halk oyunları, bir milletin sosyal yaşam tarzını, tarihsel birikimini, millî kimliğini ve dini değerlerini estetik ve kültürel bir anlatım yoluyla dışa vuran önemli bir sanatsal ifade biçimidir. Geçmişten günümüze uzanan geleneksel çizgide, toplumların ortak hafızasında yer etmiş duygu ve düşünceler, müzik, ritim ve hareketle bütünleşerek sahnelendiği özgün performanslar hâline gelmiştir. Müzik eşliğinde ya da kimi zaman müziksiz olarak icra edilen halk oyunları, yalnızca eğlence amacı taşımaz; bir toplumun yaşadığı sevinçleri, acıları, inanç sistemini, törelerini ve günlük yaşamda önemli yer tutan olayları sembolik biçimde ifade eder. Bu yönüyle halk oyunları, bireyin ve toplumun duygusal dünyasını yansıtan, sosyal yapıyı ve kültürel kodları gelecek kuşaklara aktaran güçlü bir iletişim aracıdır. Her bir figür ve ritmik adım, o toplumun tarihsel süreci içinde şekillenmiş yaşam deneyimlerinin, toplumsal normların ve değer yargılarının bir yansımasıdır. Dolayısıyla halk oyunları, bir milletin yalnızca kültürel mirası değil, aynı zamanda kolektif ruhunun ve kimliğinin sahneye yansıyan tezahürüdür.

1.2. HALK OYUNLARININ TARİHSEL GELİŞİMİ

Oyun, insanın var oluşuyla beraber ortaya çıkmış ve ilk dönemlerden günümüze kadar insan yaşamında önemli bir yere sahip kutsal bir eylem olmuştur. Huizinga'ya göre, “oyun, kültürden önce gelir; farklı kültürlerin ürünü ya da tesadüfî bir oluşum değil, tam tersine, kültürel biçimlerin doğuşunda belirleyici bir unsurdur” (And, 2003, s. 27). Halk dansları olarak bilinen halk oyunlarının ilk biçimi, insanların topluluk hâlinde yaşamaya başladıkları döneme kadar uzanmaktadır. O dönemde bilim henüz insan aklında yer almamaktaydı; insanlar çevrelerini ve doğayı mistik ve tasavvufî bir bakış açısıyla anlamlandırmaktaydı. Antik toplumlarda dini ritüeller, yalnızca bir sanat formu olarak işlev görebilmekteydi; çünkü sanat ve dini tasavvur, doğanın ve insanın yaratılışına, insanlar tarafından kazandırılan değer ve eylemlere benzemektedir. Bu nedenle antik toplumlarda sanat, çoğu zaman dinsel uygulamalar biçimini almıştır. İlk insanlar, duygu ve düşüncelerini ifade etmek amacıyla çevrelerinde gözlemledikleri canlıları farklı yüz

ifadeleri ve hareketlerle taklit etmişlerdir. Zamanla bu yüz ifadeleri ve hareketler, oyun hâline dönüşmüştür (Şiraz, 2008, s.6–7).

Halk oyunları, kökeni çok eski çağlara uzanan ve temeli oyuna dayanan kültürel unsurlardır. Oyunun, insanlığın var oluşundan bu yana onun ayrılmaz bir parçası olduğu kabul edilmektedir. Türk halk oyunlarının bugünkü biçimine ulaşması ise zamanla geçirdiği değişim ve yenilenmelerin, coğrafya, tarih, kültür ve sanat öğeleriyle harmanlanmasının bir sonucudur. Bu oyunlar, yüzyıllar boyunca etkileşim ve hareketlilik içinde sürekli gelişmiş ve toplumların en önemli kültürel değerlerinden biri hâline gelmiştir (Akış, 2024c, s. 842). Yazının ortaya çıkışın-dan önce, insanlığın geçmişine ilişkin yapılan çalışmaların çoğu arkeolojik kalıntılara dayan-maktadır; bunun dışındaki bilgiler ise büyük ölçüde tahminlere dayanmaktadır. Bu bağlamda, halk oyunlarının başlangıcı, çok eski dönemlerden beri insanlar tarafından iletişim kurma amacıyla geliştirilen bir teknik olarak değerlendirilmektedir (Koçkar, 1998).

And (1977), Türk halk oyunlarının köklerinin Orta Asya’da yaşayan Türk topluluklarının kül-türel yaşantısına dayandığını belirtir. Bu oyunların, dini ritüeller, savaş öncesi hazırlıklar, avcılıkla ilgili törenler ve doğa olaylarına dair inançlarla şekillendiğini ifade eder. Bu yönüyle, halk oyunlarının başlangıçta ritüel karakter taşıdığı ve göçler aracılığıyla Anadolu’ya taşındığı görülmektedir. Öztürkmen (1998) ise Osmanlı döneminde halk oyunlarının, kırsal bölgelerde halk arasında olduğu kadar, saray dışındaki sosyal yaşamda da yer bulduğunu vurgular. Zeybek, horon ve halay gibi oyun türlerinin çeşitli bölgelerde yaygınlaştığını; her yörenin kendine özgü müzik, giysi ve figür yapıları geliştirdiğini dile getirir. Ancak bu süreçte halk oyunlarının genellikle sözlü kültür aracılığıyla aktarıldığı için yazılı kaynakların sınırlı kaldığını da belirtir.

Türk halk oyunları çalışmalarına ilişkin bilinen ilk metinlerden biri, Rıza Tevfik Bölükbaşı’na ait “Nevsâlî Âfiyet Salnameî Tıbbî” adlı çalışmadır. Almanak’ta “Raks” adıyla geçen bu belge, popüler danslarla ilgili yazılar içermekte olup, günümüzde de geçerliliğini koruyan konuları ele almaktadır. Bu metin, Türk halk oyunları araştırmaları açısından bir başlangıç noktası olarak kabul edilmektedir (Öztelli, 1987, s.118; akt. , 2017, s. 68).

Cumhuriyet’in ilanıyla birlikte Türk halk kültürünün korunması ve yayılması amacıyla önemli adımlar atılmıştır. 1923 yılında İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi bünyesinde kurulan Türk Halk Dansları ve Folklor Enstitüsü, bu alandaki bilimsel

çalışmalara öncülük etmiştir. 1926 yılında İstanbul Belediye Konservatuarı'nda başlatılan folklor çalışmaları, halk oyunları ve halk müziği koleksiyonlarının derlenmesini sağlamış ve filmler aracılığıyla halk oyunlarının tespit edilmesine zemin hazırlamıştır. 1932 yılında kurulan Halkevleri, halk oyunlarının ve diğer kültürel miras öğelerinin geniş halk kitlelerine ulaşmasında önemli bir rol oynamıştır. Bu merkezlerde kurulan halk oyunları grupları, gösteri ve şenliklerde performans sergileyerek halk oyunlarını topluma tanıtmıştır (Tan, 1985, s.23,31).

1935 yılında Atatürk'ün önderliğinde düzenlenen 1. Uluslararası Halk Dansları Festivali ise Türk halk oyunlarının uluslararası arenada tanıtılmasına katkıda bulunmuştur (Ekmekçioğlu ve diğerleri, 2001).

1944 yılında öğretmen okulları ve köy okullarında halk oyunları eğitiminin verilmesi, genç nesillere kendi kültürlerini tanıma fırsatı sunmuş ve halk oyunlarını bir kültürel eğitim aracı olarak güçlendirmiştir. 1955'te Yapı Kredi Bankası tarafından kurulan "Türk Halk Danslarını Yaşatma ve Yaygınlaştırma Merkezi" ise halk oyunlarının yaygınlaştırılması için çeşitli faaliyetler yürütmüş ve 14 halk oyunları festivali düzenleyerek bilincin artmasını sağlamıştır (Çelebi, 1991).

1957'de Türk Milli Talebe Birliği'nin (TMTB) kurulması ve 1966'da Türk Folklor Birliği'nin faaliyete geçmesi, halk oyunlarının daha organize biçimde yayılmasına imkân tanımıştır. 1967'de Turizm ve Tanıtma Bakanlığı tarafından düzenlenen halk oyunları yarışmaları, bu kül-türel mirasın geniş kitlelere ulaşmasını desteklemiştir. 1968 yılında Adana, Kayseri, Afyon ve Elazığ'da gerçekleştirilen şenlikler ve izleme gezileri, Türkiye'nin farklı köy ve kasabalarında yerel halk oyunlarının incelenmesine katkı sağlamıştır (Cönger, 1987).

1984 yılında İstanbul Teknik Üniversitesi'nde (İTÜ) Türk Ulusal Musikisi Konservatuarı bünyesinde açılan Türk Halk Dansları Bölümü, halk oyunlarının akademik düzeyde öğretilmesine olanak sağlamıştır. Ardından Ege Üniversitesi'nde benzer bir bölüm açılarak halk oyunları alanında eğitimler yaygınlaştırılmıştır (Çelebi, 1991).

2001 yılında Türkiye Halk Oyunları Federasyonu (THOF) kurulmuş ve halk oyunları resmi bir çatı altında örgütlenmiştir. Günümüzde Türkiye'de 4.000'den fazla yerel halk oyunu bulun-makta ve bu durum ülkeyi dünya çapında en zengin halk oyunları repertuarına sahip ülke hâli-ne getirmektedir (www.thof.gov.tr).

Halk oyunları, insanlık tarihinin erken dönemlerinden günümüze kadar geleneksel bir kültürel ifade biçimi olarak varlığını sürdürmüştür. İlk toplumlarda doğa ve çevre gözlemleriyle şekillenmiş bu oyunlar, estetik ve ritüel unsurları bir araya getirerek hem bireysel hem de toplumsal iletişim işlevi görmüştür. Türk halk oyunları, din, coğrafya ve toplumsal yapının etkisiyle biçimlenmiş, geçmişin kültürel hafızasını bugüne taşıyan ve bireylere hem sosyal hem de estetik kazanımlar sağlayan bir kültürel miras niteliğindedir. Cumhuriyet dönemiyle birlikte halk oyunlarının korunması, yayılması ve akademik düzeyde öğretilmesi için sistematik çalışmalar yapılmış; günümüzde Türkiye, dünya çapında zengin bir halk oyunları repertuarına sahip olmuştur. Halk oyunları, yalnızca eğlence amacı taşımamakta; aynı zamanda bireylerin toplumsal kimliklerini güçlendiren, kültürel değerleri aktaran ve serbest zamanlarını anlamlı biçimde değerlendirmelerini sağlayan çok boyutlu bir etkinlik olarak öne çıkmaktadır.

1.3. HALK OYUNLARININ SINIFLANDIRILMASI

En genel anlamıyla tür, bir objenin başka bir objeden ayırt edilebilmesini sağlayan en az iki farklı ayırt edici özelliğe sahip olması durumunda tanımlanabilir. Bu yaklaşıma dayalı olarak gerçekleştirilen sınıflandırma ve kategorileştirme çalışmalarında, bir üst tür, kendisine bağlı alt türlere göre "cins" niteliği taşımaktadır. Başka bir ifadeyle, aynı özellikleri taşıyan ve ortak paydada birleşen objeler cinsi oluştururken; bu cins içerisinde yer alan ve kendine özgü en az iki farklı ayırtıcı niteliğe sahip olan objeler, türü meydana getirir (Akış 2009, s. 26). Herhangi bir oyun grubunun tür olarak değerlendirilebilmesi için, diğer oyunlardan ayırt edici birtakım öz-gün özellikler taşıması gerekmektedir. Bu farklılıklar ya diğer oyunlarda hiç bulunmamalı ya da mevcut olsa dahi, bu özelliklerin birleşimiyle başka hiçbir türde rastlanmayan, tamamen özgün bir nitelik ortaya koymalıdır. Altılı, yedili ya da sekizli sekme örneği, Anadolu'nun bir-çok bölgesinde gözlemlenebilen ortak bir oyun adıdır. Ancak bu adım, üslup, yöresel müzik (ki bu müzik usul ve makam açısından diğer bölgelerde de görülebilir) ve tavır gibi unsurların etkisiyle bazı oyunlarda belirleyici ve ayırt edici bir nitelik kazanabilmektedir. Buna karşılık, tersine bir durum da mümkündür. Yani, belirli bir türe ait olan herhangi bir oyunda, o türe özgü en karakteristik hareketlerin yer almadığı da görülebilir. Bu gibi durumlarda ise, devreye oyunun ait olduğu yörenin üslubu, toplumsal yapısı ve kültürel

işlevleri girer; böylece ortaya çıkan folklorik yapı, o toplum tarafından benimsenerek kabul görür (Akış,2009, s. 40).

Cemal Orhan Çetinkalp, Türk halk oyunlarının tür ve özelliklerine ilişkin sınıflandırmaların, farklı araştırmacı, kuramcı ve akademisyenler tarafından çeşitli yaklaşımlarla ele alındığını ifa-de etmekte; ancak bu çalışmaların bilgilerinin sistematik biçimde derlenmesinde ve genel ilkelerin belirlenmesinde yeterli düzeye ulaşamadığını vurgulamaktadır. Türk halk oyunları, tarih boyunca hem kültürel hem de sosyal bir anlatım biçimi olarak ele alınmış; ancak türlerinin sis-tematik sınıflandırılması konusunda Alanyazında çeşitli eksiklikler ortaya çıkmıştır. Oyunların doğru biçimde sınıflandırılması, tarihsel kökenlerinin, bölgesel farklılıklarının ve kültürel işlevlerinin sağlıklı şekilde anlaşılabilmesi açısından büyük önem arz etmektedir.

Bu doğrultuda, 1977 yılında Ulusal Halk Dansları Araştırma Dairesi Başkanlığı tarafından yürütülen ve Dewey sistemine dayanan “Türk Halk Danslarının Sınıflandırılması” adlı çalışma, ulusal ve uluslararası literatürde önemli bir kaynak olarak öne çıkmaktadır (Soykan, 2019, s. 16). Türk halk dansları, ülkenin farklı coğrafi bölgelerinde yaşayan toplulukların tarihsel biri-kimlerinden ve kültürel zenginliklerinden beslenmektedir. Her bölge, kendine özgü yaşam biçimini, müzik anlayışını ve toplumsal değerlerini halk oyunlarına yansıtmaktadır. Örneğin, Doğu ve Güneydoğu Anadolu'da yaygın olan halaylar, toplulukların coşkulu birlikteliğini simgelerken; Ege bölgesinde sembolleşen zeybekler, bireysel duruşu ve özgürlük duygusunu yansıtmaktadır. Karadeniz'in tipik oyun türü olan horon ise, bölgenin zorlu doğa koşullarını ve hızlı yaşam temposunu ritmik ve hareketli figürlerle ortaya koymaktadır. Bu oyun türleri, yöresel müzik ve enstrümanlarla sahnelenmekte, böylece icracılar arasında ortak bir duygusal bağ kurulmaktadır (Özbilgin, 1995, s.8). Halk oyunlarının adlandırılması sürecinde ise zaman zaman karmaşalar yaşanmaktadır. Aynı oyun farklı bölgelerde farklı adlarla anılabilirken, aynı ad da farklı oyunlara karşılık gelebilmektedir. Örneğin "Halay" kavramı, bazı bölgelerde çok sayıda farklı oyunun üst başlığı olarak kullanılmaktadır. Bu durum, halk oyunları adlandırmalarının çoğunlukla yöresel geleneklere bağlı olduğunu ve kültürel çeşitliliği tam anlamıyla yansıtmakta yetersiz kaldığını göstermektedir (Eroğlu, 2010, s.110).

Türkiye'nin çok kültürlü yapısı, halk oyunlarının türsel çeşitliliğini artıran temel unsurlardan biridir. Halay, Bar, Horon ve Zeybek gibi ana türler, farklı bölgelerde çeşitli

varyantlarla sahnelenmekte; bu oyunlar, toplumların ortak değerlerini, geleneklerini ve duygusal ifade biçimlerini yansıtan güçlü kültürel temsiller olarak ortaya çıkmaktadır. Bar ve Halay türleri toplulukların birlikte sergilediği, dayanışmayı öne çıkaran oyunlar iken; Zeybek ve Horon gibi oyunlarda bireysel ya da küçük grup performansları öne çıkmaktadır. Coğrafi koşullar ve yerel kültürel faktörler, bu oyunların estetik özelliklerini doğrudan etkilemektedir (Aydın, 2019, s. 2). Halk oyunlarının bu denli zengin ve çeşitlenmiş yapısı, yalnızca yerel kimliklerin korunmasına değil, aynı zamanda evrensel kültürel mirasın oluşmasına da katkı sunmaktadır. Anadolu'nun tarih boyunca çok sayıda kültüre ev sahipliği yapması, halk danslarına farklı kültürel unsurların yan-sımasını mümkün kılmış ve halk oyunlarını çok katmanlı bir kültürel yapı hâline getirmiştir (Soykan, 2019, s. 16). Türk halk oyunlarında “tür” kavramı; belirli bir coğrafyada yaygın şekil-de oynanan, yöresel çalgılar eşliğinde icra edilen, oyuncular arasında ortak duygular uyandıran ve farklı ritim özellikleri taşıyan dans topluluklarını ifade etmektedir. Oyunculuk, karakter yapısı, sahne düzeni ve tutum birliği gibi unsurlar da tür tanımının içeriğine dâhildir (Özbilgin, 1995, s. 8). Mustafa Şahin'in “Asma Davulu Türk Halk Oyunları Türlerine Göre Yapı ve Çalış Tekniği Açısından İncelenmesi” başlıklı çalışmasında, halk oyunları Halay, Bar, Horon, Karşı-lama ve Zeybek olarak sınıflandırılmıştır (Şahin, 2011, s.1). Öte yandan, halk oyunları yalnızca coğrafi bölgelere değil; kullanılan araçlara (örneğin kaşık oyunları) veya oyun formlarına (ör-neğin Karşılama) göre de adlandırılabilir. Ancak aynı adın farklı oyunlara karşılık gelmesi, bu tür adlandırmaların her zaman isabetli olmadığını göstermektedir (Eroğlu, 2010, s.110). Bu nedenle, halk oyunlarının sınıflandırılmasında yaygın biçimde kabul gören Halay, Bar, Horon, Zeybek ve Karşılama gibi temel türler esas alınmaktadır (Gülbeyaz, 2018, s.181). Halk danslarını temalarına göre beş ana türe ayırmıştır: Bar, Halay, Horon, Karşı-lama ve Zeybek. Türkiye’de yaygın biçimde oynanan diğer türler arasında ise Hora, Köçek ve Kafkas dansları yer almakta; bu oyunlar, etnik ve kültürel gruplar arasındaki etkileşimin bir sonucu olarak çeşitli bölgelerde benzer figürlerle icra edilmektedir (Aydın, 2019, s. 2). Halk oyunları derneklerinde genellikle Bar, Halay, Horon, Karşılama ve Zeybek gibi türler öğretilmekte; repertuarlarda toplumun en çok bilinen ve tercih edilen oyunlarına yer verilmektedir (Korkutata ve Sönmez, 2016, s.2827).Türk halk oyunlarının temel türlerinde (örneğin Karşılama ve Hora, Bar, Halay, Horon, Zeybek) beden kullanımı teknikleri ve devinim özellikleri farklılık

göstermektedir. Ancak tüm bu türlerde ayak devinimlerinin ön planda olduğu görülmektedir. Bu nedenle, özellikle ayak hareketlerine ilişkin terminolojik sorunlar araştırmalarda yoğun şekilde ele alınmaktadır (Gülbeyaz, 2021, s. 314). Özbilgin'in "Türk Halk Oyunlarında Tür ve Bi-çim Sorunu" adlı eserinde, Cahit Obruğu'nun halk oyunlarını Halay, Zeybek, Bar, Hora ve Horon olmak üzere sınıflandırdığı aktarılmaktadır (Özbilgin, 1995, s. 30). Karadağ (2019) ise oyun türlerini Bar, Halay, Horon, Karşılama, Kaşık ve Zeybek şeklinde gruplandırmıştır (Karadağ, 2019, s. 20).

Alanyazındaki tanımlamalara bakıldığında Sonuç olarak, Türk halk oyunlarının mevcut çeşitliliği içerisinde, farklı yörelere ait olmalarına rağmen benzer yapısal ve işlevsel özellikler sergile-yen oyunların, zamanla ortak bir tür çatısı altında toplanması olanaklıdır. Bu olası ortak tür, yalnızca teknik unsurlar (örneğin devinim, ritim, figür yapısı) değil; aynı zamanda kültürel bağ-lam, toplumsal işlev ve icra biçimleri temelinde de biçimlenebilir. Nitekim Halay, Bar, Horon, Zeybek ve Karşılama gibi yaygın ana türler arasında; ayak devinimleri, figür dizilişleri, müzikal yapı ve toplu ya da bireysel oynanış biçimleri açısından bazı örtüşen yapılar gözlemlenmektedir. Aynı şekilde, Hora, Köçek, Kafkas, Kaşık ve Selam gibi daha sınırlı bölgelerde oynanan ancak belirli ortak özellikleri taşıyan oyun türleri de, bu potansiyel ortak tür yapılanması içinde değerlendirilebilir. Dolayısıyla, halk oyunlarının gelecekteki sınıflandırmalarında yalnızca coğrafi ölçütlere dayalı bir yaklaşım yeterli olmayacak; çok boyutlu, disiplinler arası ve işlev temel-li değerlendirmelere dayanan yeni tür yapılandırmaları kaçınılmaz hâle gelecektir.

1.4. HALK OYUNLARININ ÖNEMİ VE FAYDALARI

Halk oyunları, toplumsal yaşamın ve kültürel aktarımın en eski ve etkili anlatım araçlarından biridir. İnsanlık tarihinin başlangıcından günümüze kadar biçim ve içerik açısından çeşitli dönüşümlere uğramış ve her dönemin toplumsal, ekonomik ve kültürel dinamikleriyle şekillenmiştir. Özellikle sanayi öncesi dönemde, tarımsal üretimin egemen olduğu toplumlarda ortaya çıkan halk oyunları, ilkel dans biçimlerinin gelişmiş ve kurumsallaşmış bir devamı olarak değerlendirilebilir. Bu oyunlar, bireylerin doğumdan ölüme kadar olan yaşam döngüsünde deneyimledikleri maddi ve manevi öğelerden beslenir. İnsanların kendisiyle, toplumla ve doğayla olan ilişkileri halk oyunlarının yapısına ve içeriklerine doğrudan yansırken, farklı toplumsal yapılar, sosyo-ekonomik koşullar, coğrafi özellikler ve iklim farklılıkları oyunların biçim ve ritimlerinde

çeşitlenmeye yol açmaktadır. Bu bağlamda, mahalli oyunlar, toplumun sosyal yapısını ayrıntılı biçimde yansıtabilen temel folklor unsurlarından biri olarak öne çıkar (Turan, 2001, s.1).

Halk oyunlarının ortaya çıkışı ve gelişimi, bireylerin duygu, düşünce ve inanç sistemleriyle doğrudan ilişkilidir. İnsanların temel içgüdülerinden kaynaklanan bu oyunlar, güvenlik, beslenme ve üreme gibi hayati ihtiyaçların etkisiyle şekillenmiş ve sergilenmiştir. Bu nedenle halk oyunları, yalnızca eğlence amacı taşımayan; toplumun sosyal dokusunu pekiştiren, bir arada yaşama kültürünü destekleyen ve yerel özellikleri yansıtan bir toplumsal pratik olarak işlev görmüştür (Bozyiğit, 2021). Aynı zamanda, geçmişini yeniden canlandırma işlevi gören bu oyunlar, toplumların tarihsel deneyimlerini, geleneklerini ve estetik anlayışlarını gelecek kuşaklara aktaran temel kültürel pratikler arasında yer almaktadır (Keskin, 1988, s. 102).

Halk oyunlarının toplumsal ve kültürel işlevleri, görsel ve işitsel boyutlarıyla birlikte değerlendirildiğinde daha da belirginleşir. Ait oldukları toplulukların sosyal yaşamını, kültürel birikimini ve estetik değerlerini aktarmada en etkili araçlardan biri olan bu oyunlar, tarih boyunca hem eğlence hem de kültürel aktarım işlevini üstlenmiştir (Bali, 2017: 79). Cumhuriyet döneminin başlarında ise halk oyunları, yalnızca kültürel bir miras unsuru olarak değil, aynı zamanda bilimsel araştırmaların da konusu hâline gelmiş; folklorun akademik bir disiplin olarak kabul edilmesinden önce yapılan derlemeler, sonraki araştırmalara temel oluşturmuştur. Bu derleme-ler, bilimsel yöntemlerle yürütülmemiş olsa da halk kültürü araştırmalarında önemli bir kaynak niteliği taşımaktadır (Özbilgi, 2019, s. 1-2).

Bireysel ve toplumsal işlevleri açısından halk oyunları, günümüz araştırmalarında terapötik ve psikolojik boyutlarıyla da ele alınmaktadır. Ege Üniversitesi ve Gaziantep Üniversitesi'nde yürütülen çalışmalar, halk oyunlarının biçimsel yapısını, bireysel dışavurumu, elle temas ve dairesel figürler üzerinden incelemiş; müziğin ritim yapısı ile psikolojik etkilerinin oyunların terapötik işlevinde merkezi rol oynadığını göstermiştir (Küçük ve diğerleri 2024, s. 318). Bu yönüyle halk oyunları, yalnızca estetik ve kültürel değerler taşımakla kalmaz, aynı zamanda bireylerin kendilerini ifade etmelerini destekleyen ve yaşam boyu süren bir kültürel deneyim sunan önemli bir araçtır (Akış, 2022).

Halk oyunları, tarihsel süreç ve toplumsal dinamiklerin bir yansıması olarak, toplumların kültürel kimliklerini, sosyal değerlerini ve geleneksel yaşam biçimlerini şekillendiren önemli bir sos-yal etkinliktir. Zamanla değişen yaşam koşulları, halk oyunlarının toplumdaki önemini artırmış; halk dansları, yalnızca bir kültürel miras unsuru olmanın ötesinde, toplumsal gelişime ve bireylerin bütünleşmesine katkıda bulunan çok boyutlu bir araç hâline gelmiştir. Modern yaşamda, bireylerin psikolojik ve fiziksel gelişimlerinin yanı sıra toplumsal bağların güçlendirilmesinde halk oyunları belirleyici bir rol üstlenmektedir (Doğan ve Yetim, 2011, s. 45).

Türk folklorunun temel unsurlarından biri olarak halk oyunları, toplumların ortak duyguları etrafında şekillenmekte ve millet olma bilincini destekleyen değerler arasında yer almaktadır. Toplumsal yaşamın çeşitli alanlarında kendini gösteren bu oyunlar, zengin anlatım gücü ve çeşitliliği sayesinde bireyler arasında kaynaşmayı teşvik eder. Bu bağlamda, Türk halk dansları, bireylerin duygularında sağduyuyu geliştirirken, düşüncelerinde millî bilinci pekiştirir ve toplumda birlik ve dayanışmayı destekleyen bir eğitim aracı olarak kabul edilmektedir (Öngel ve Hacıbekiroğlu, 1996).

Halk oyunlarının bireysel gelişime katkıları da önemlidir. Bu oyunlar, motor becerilerin gelişimini, ritim ve koordinasyon yetilerinin kazanılmasını ve bedensel farkındalığın artırılmasını sağlar. Dansın estetik yönü, bedensel farkındalığı geliştirirken fiziksel kondisyonun iyileştirilmesine de katkıda bulunur. Özellikle çocukluk döneminde halk oyunlarının eğitim süreçlerine dahil edilmesi, hem bedensel hem de zihinsel ve duygusal gelişimi destekler. Bu nedenle halk oyunlarının okul müfredatına entegre edilmesi, genç nesillerin hem kültürel mirası öğrenmesini hem de kişisel gelişimlerini güçlendirmesini sağlar (Tohumat ve Arabacı, 2017, s. 25-26).

Halk oyunlarının sosyal ve psikolojik işlevleri de dikkat çekicidir. Ertural'a göre halk oyunları, bireylerin iç huzur bulmalarına ve toplumla sağlıklı ilişkiler kurmalarına olanak tanır; zira sağlıklı bir toplum, bireylerin iç dünyalarıyla uyumlu olmasına bağlıdır. Bu bağlamda halk oyunları, bireylerin duygusal ve sosyal gelişimini destekleyen ve toplumsal bağları güçlendiren bir araç işlevi görür (Ertural, 2003, s. 11). Ayrıca halk oyunlarının özel gereksinimli bireyler, özellikle otizmlili bireyler üzerinde terapi amaçlı kullanımı, iletişim ve toplumsal becerilerin gelişmesine katkı sağlamaktadır (Ertural ve Ertural, 2009, s. 9).

Halk oyunlarının kültürel süreklilik açısından önemi de büyüktür. Köy öğretmenleri ve antrenörler, bu oyunların yaygınlaşmasında ve halk kültürünün korunmasında kritik rol üstlenir. Köylerde halk oyunlarının uygulanması, geleneklerin yerel halk tarafından sahiplenilmesine ve sonraki kuşaklara aktarılmasına imkân tanır. Zeybek gibi geleneksel oyunlar, köylerde toplum-sal yapıyı güçlendiren, bireyleri bir araya getiren ve yerel kültürü yaşatan önemli öğelerdendir. Erzurum, Sivas ve Erzincan gibi illerde uygulanan halk oyunları, toplumsal bağları pekiştiren ve yerel kültürel değerleri yaşatan etkili araçlar olarak öne çıkar (MEB, 2004 akt. Baba, 1940, s. 60).

Halk oyunları, kültürel değerleri gelecek kuşaklara taşırken bireylerin sosyal bağlarını ve toplumsal uyumu güçlendiren bir mekanizma işlevi görür. Sosyalleşme, bireylerin birbirleriyle etki-leşime girmesi, ortak değerleri öğrenmesi ve bu değerler doğrultusunda davranması sürecidir. Halk oyunları, bu süreçte bireylerin toplumsal yaşamla bütünleşmesini sağlayarak toplumsal dayanışmayı artırır (Alyansoğlu, 1995, s. 46).

Halk oyunları, motor becerilerin gelişimi, ritim ve koordinasyon yetilerinin kazanılması ile bedensel farkındalığın artmasına önemli katkılar sağlamaktadır. Estetik boyutu aracılığıyla bedensel farkındalığı artırırken, fiziksel kondisyonun iyileşmesine de destek olmaktadır. Özellik-le çocukluk döneminde eğitim programlarına dahil edilmesi, bedensel, zihinsel ve duygusal gelişimin desteklenmesi açısından çeşitli yararlar sunmaktadır. Ayrıca halk oyunları, bireylerin psikolojik iyilik hali ve toplumsal ilişkilerinin güçlendirilmesinde önemli fonksiyonlar üstlenmekte ve bu anlamda bireylere çeşitli faydalar sağlamaktadır. Özel gereksinimli bireyler, özellikle otizm spektrumundaki bireylerin iletişim ve sosyal becerilerinin gelişiminde terapötik amaçlı kullanımının sağladığı yararlar, halk oyunlarının çok yönlü işlevini ortaya koymaktadır. Toplumsal bağların pekiştirilmesi ve bireyler arası etkileşimin artırılması noktasında halk oyunları anlamlı katkılar sunmaktadır. Kültürel süreklilik bağlamında ise halk oyunlarının yaygınlaştırılması ve korunması, geleneklerin sonraki kuşaklara aktarılmasında kritik öneme ve faydaya sahiptir. Bu çerçevede, halk oyunları hem bireysel gelişim hem de toplumsal bütünleşme açısından çok boyutlu faydalar sağlayan temel bir kültürel araç olarak değerlendirilmelidir.

2. BÖLÜM

TANIM VE KAVRAMLAR

2.1. ZAMAN TANIMI

Zaman, günümüz dünyasında belki de bireylerin sahip olduğu en değerli ve en sınırlı kaynaklardan biri olarak öne çıkmaktadır. Zira zaman, herkes için eşit şekilde sunulan, biriktirileme-yen, saklanamayan ve geri getirilemeyen bir kaynaktır. Bu nedenle, zamanın yönetimi hem bireyler hem de toplumlar için büyük bir önem taşımaktadır (Covey, 2009, s. 12). Türk Dil Kurumu'na göre zaman, bir olayın sırasını ve gelişimini belirleyen, doğada gözlemlenen düzenli ve periyodik olayları temel alarak kullanılan soyut bir kavramdır. Ayrıca zaman, dilbilgisel açıdan da önemli bir yer tutar ve fiil zamanlarını gösteren bir dil birimi olarak kullanılır (TDK, Erişim tarihi: 21.04.2024). Zaman, bireylerin sosyo-kültürel etkileşimleri ve toplumsal deneyimler aracılığıyla öğrenip içselleştirdiği bir kavram olarak değerlendirilmektedir (Adam, 1990, s.17). Bireyler, yaşamlarını anlamlandırmak ve düzenlemek amacıyla farklı zaman dilimleri oluşturur; bu sayede hem kendi hareketlerini hem de toplumla olan etkileşimlerini organize ederler (Hassan, 2006, s.36).

Zaman, yalnızca gündelik yaşamda değil, akademik ve felsefi tartışmalarda da merkezi bir öneme sahiptir (Adam, 1990, s.89). Farklı kültürler ve diller, zamanı farklı biçimlerde tanımlar; bu durum, zamanın yalnızca dilsel değil, aynı zamanda düşünsel, kültürel ve tarihsel anlamlar taşıyan bir kavram olduğunu göstermektedir (Hassan, 2006b). Örneğin Almanca “Zeit”, Yunanca “Khronos”, İngilizce “Time” ve Latince “Tempus” gibi terimler, zaman olgusunun dilsel çeşitliliğini yansıtmaktadır (Meyerson, 2012). Bu çeşitlilik, zamanın evrensel bir olgu olmasına rağmen farklı bakış açılarıyla ele alınmasının önemini ortaya koyar. Zamanın kavranışı, yalnızca dilsel farklılıklarla sınırlı kalmayıp, düşünsel ve kültürel farklılıklar da yaratır; bu nedenle zaman, felsefe, tarih ve biyoloji gibi çeşitli disiplinlerde farklı boyutlarıyla incelenmeye devam eden temel bir kavramdır (Giddens, 1991).

Aristoteles, zamanı olaylar arasındaki ilişkiyi ve hareketin sayısını temel alarak tanımlamıştır. Onun zaman anlayışı, bir şeyin önceki ve sonraki durumlarının

matematiksel bir düzenini ifade eder (Topakakaya, 2012, s. 227). Zaman kavramı, yalnızca felsefi düşüncelerle sınırlı kalmamış; matematiksel ve fiziksel bilimlerde de büyük bir tartışma konusu olmuştur. Modern fizik, zamanın sabit bir olgu olmadığını ve göreliliğe dayalı olarak farklı hızlarda ve koşullarda değişe-bileceğini ortaya koymuştur. Albert Einstein'ın geliştirdiği özel görelilik kuramı, zamanın hız, yerçekimi ve gözlemcinin hareketine bağlı olarak değişkenlik gösterebileceğini göstermiştir. Bu bulgu, zamanın dinamik, değişken ve bağlamsal bir kavram olduğunu ortaya koymakta ve zamanın nesnel değil, öznel bir olgu olarak deneyimlendiğini göstermektedir (Selbie, 2021, s. 168–169).

Zaman, soyut bir kavram olmasına rağmen yaşamın her alanında deneyimlenen bir olgudur. Sabaha uyanmak, işe gitmek, yemek yemek ve akşam evimize dönmek gibi günlük faaliyetler, belirli bir zaman diliminde gerçekleşir. Ancak zamanın ne olduğunu anlamak çoğu zaman zorlayıcıdır; zira zaman, birey ve toplum için farklı şekillerde algılanmakta ve coğrafyalar ile kül-türler arasında anlam farklılıkları göstermektedir. Zamanın algısı, bireysel ve kültürel farklılıklarla şekillenir; bu durum, zamanın yalnızca evrensel bir ölçüt olamayacağını, aynı zamanda öznel ve kültürel bir kavram olduğunu ortaya koymaktadır (Blyton ve diğerleri, 1989, s. 1).

Zaman, temelde iki ana kategoride ele alınabilir: nesnel zaman ve öznel zaman. Nesnel zaman, doğada meydana gelen olaylar veya insanlar tarafından oluşturulan yapay düzeneklerle ölçülür. Bu tür zaman genellikle saat veya takvimle ölçülür ve doğal ya da yapay bir düzenin sonucu olarak kabul edilir. Öte yandan öznel zaman, bireylerin duygu ve düşüncelerine göre farklı algıladıkları ve deneyimledikleri bir zaman dilimidir. Örneğin, bir gün bir kişi için uzun sürebilirken, bir başkası için hızla geçebilir. Bu durum, zamanın öznel bir deneyim olduğunu ve bireylerin ruh hâli, algısı ve sosyal çevresine bağlı olarak değişebileceğini göstermektedir (Akatay, 2003, s.284).

Zaman, hem bireylerin hem de toplumların yaşamlarını düzenleyen en önemli olgulardan biridir. Her birey için farklı anlamlar taşıyan ve çeşitli bağlamlarda deneyimlenen zaman, yalnızca fiziksel bir kavram değil, aynı zamanda toplumsal ve kültürel bir olgudur. Zamanı doğru anlamak ve yönetmek, bireylerin yaşam kalitesini artırmak, kişisel başarılarını desteklemek ve toplumsal uyumu güçlendirmek açısından kritik bir öneme sahiptir.

2.2. SERBEST ZAMAN KAVRAMI

Serbest zaman, genellikle bireylerin günlük yaşamlarında, iş veya diğer zorunlu yükümlülüklerin dışında geçirdiği zaman dilimi olarak tanımlansa da, bu kavram daha derin ve çok boyutlu bir anlam taşır. Zaman, tarihsel ve dilsel olarak farklı kültürlerde benzer kavramlarla ifade edilmiştir. Örneğin Yunanca “scholē” kelimesi boş zaman anlamına gelirken, tarihsel olarak öğrenme ve kültürle ilişkilendirilmiştir. Benzer şekilde İngilizce “leisure” kelimesi, Latince “o be permitted” veya “o be free” ifadelerinden türetilmiş ve boş zaman kavramını açıklamıştır. Fransızca “loisir” ve İngilizce “license” kelimeleri de izin verilen ya da serbest olarak kullanılan zamanı ifade etmektedir (Torkdilsen, 2005, s. 50). Bu bağlamda, serbest zaman, yaşamın gerekliliklerinin yerine getirilmesinin ardından kalan bir zaman dilimi olarak tanımlanabilir ve önemli bir sosyal, kültürel ve bireysel değere sahiptir.

Serbest zaman, sadece bir zaman dilimi olmanın ötesinde, kişinin zihinsel, duygusal ve fiziksel sağlığı üzerinde de etkili bir kavramdır. Karaküçük (1995, s. 34), bu zamanı insanın çalışma yaşamının sınırlarını aşarak içsel huzura ve dinginliğe ulaşabildiği bir dönem olarak tanımlar. Serbest zaman, bireylere yaşamlarına anlam katabilecek etkinliklerde bulunma, kendini geliştirme veya toplumla bağ kurma fırsatı sunar. Türk Dil Kurumu (TDK, 2025), serbest zamanı “uyumak, yemek yemek ve çalışmak için gerekli olmayan süre ile dinlenme, eğlence veya seyahat için harcanan zaman” olarak tanımlamış ve bireylerin özgürce bu zamanı nasıl kullanabileceklerini ifade etmiştir. Dolayısıyla serbest zaman, yalnızca zorunlu olmayan faaliyetler için ayrılan bir dönem değil; bireylerin kendilerini ifade edebildikleri, sosyal ilişkilerini güçlendirebildikleri ve kişisel gelişimlerine katkı sağladıkları bir zaman dilimidir (Süzer, 2000).

Serbest zamanın tanımındaki çeşitlilik, bu kavramın öznel ve bağlamsal bir olgu olduğunu ortaya koymaktadır (Godbey, 1990, s. 2). Serbest zamanı dört ana kategoriye ayırmak mümkündür: zaman, eylem, durum ve ruh hâli. Bu kategorilerden ilki olan zaman, serbest zamanın esnek yapısını ve bireyin özgürce zamanını nasıl kullanabileceğini ifade eder. Etkinlik bağlamında serbest zaman, bireysel gelişim, eğlence, rahatlama ve sosyal yükümlülüklerden kurtulma gibi çeşitli amaçlarla değerlendirilebilir. Derin düşünme ve sakin bir şekilde geçirilen zaman ise serbest zamanın varoluşsal boyutunu ortaya koyar (Yetim, 2014, s. 3).

Serbest zaman, bireylerin özgür olduklarına inandıkları ve dışsal faktörlerden bağımsız olarak kendi hayatlarını kontrol edebildikleri bir zihinsel durum olarak tanımlanır. Bu durum, bireylerin içsel özgürlüklerini keşfetmelerine ve hayatlarına yön verme fırsatları sunar. Serbest zamanın işlevi, kişisel ve sosyal bakımdan farklılık gösterebilir. Bazı bireyler bu zamanı dinlenme ve rahatlama amacıyla kullanırken, diğerleri için serbest zaman, kişisel gelişim, öğrenme veya yeni beceriler edinme fırsatıdır (Torkildsen, 1999, s. 73). Serbest zaman, işten veya ailevi yükümlülüklerden uzaklaşarak bireyin kendi tercihleri doğrultusunda geçirdiği bir dönem olarak önemli bir rol oynamaktadır (Neulinger, 1974a).

Serbest zaman, bireyler için farklı anlamlar taşır ve çeşitli şekillerde değerlendirilebilir; kimi insanlar için dinlenme, kimi insanlar için üretkenlik, kimi insanlar için ise sosyal ilişkileri güçlendirme fırsatını ifade eder (Dumazedier, 1967a). Genel olarak, serbest zaman, bireylerin zorunlu yükümlülüklerden geçici olarak uzaklaşıp kendi istekleri doğrultusunda zamanlarını nasıl geçireceklerine karar verdikleri bir dönemdir. Bununla birlikte, iş dışındaki bazı sorumluluklar örneğin ev işleri, toplumsal görevler veya gönüllü çalışmalar serbest zaman kavramına dâhil edilebilir ve bireyin özgür zaman algısını etkileyebilir (Torkildsen, 2005, s. 50).

Serbest zaman tanımlamalarına bakıldığında, serbest zaman kavramı, bireylerin sadece iş ve diğer zorunluluklardan uzaklaştığı; aynı zamanda kişisel, sosyal ve kültürel gelişimlerine katkı sağladığı bir dönemdir. Bu zamanı nasıl geçireceğimiz, bireysel tercihlerimize, yaşam tarzımıza ve sosyal bağlamımıza bağlı olarak farklılık gösterir. Bu anlamda serbest zaman, yalnızca fiziksel bir dinlenme değil, aynı zamanda zihinsel ve duygusal bir yeniden yapılanma sürecidir.

2.3. SERBEST ZAMANTARİHSEL GELİŞİMİ

İnsan yaşamı, hem çalışma süresinden hem de iş dışındaki serbest zamanlardan oluşur. Duma-zedier (1967b). Bu iki zaman diliminin bireyin yaşadığı dönemin toplumsal, kültürel ve eko-nomik koşulları tarafından şekillendiğini belirtir. Çoğu zaman yaşamın merkezinde iş bulunsa da, çalışmaya ayrılan zaman ile serbest zaman arasındaki etkileşim, bireylerin yaşam tarzlarını ve toplumsal rollerini belirlemede önemli bir rol oynar (Neulinger, 1974b). Serbest zaman, yalnızca çalışmanın karşısı bir boşluk olmayıp; bireylere dinlenme, eğlenme, kendini ifade etme ve sosyalleşme fırsatları sunar (Kelly,

1996). Ayrıca, serbest zamanın bireysel ihtiyaçları karşılama işlevi, toplumsal ilişkilerin güçlenmesine ve kültürel değerlerin aktarılmasına da katkıda bulunur (Torkildsen, 2005b). Bu nedenle serbest zamanın tarihsel süreçteki rolü, yalnızca etkinliklerin çeşitliliğiyle sınırlı kalmayıp, birey ve toplum yaşamına kattığı anlam açısından da önemlidir (Argan ve Gürbüz, 2013).

Serbest zaman kavramı, tarihsel gelişim içinde farklı toplumsal, ekonomik ve kültürel koşullara göre biçimlenmiştir. Bu bağlamda serbest zamanın ortaya çıkış nedenleri bazen çelişkili şekilde ele alınmıştır. Bir yandan, serbest zaman insanlara özgürce kendilerini ifade edebilecekleri bir alan sunarken; diğer yandan üretkenlik ve çalışma gücünü artırmaya yönelik bir araç olarak görülmüştür. Dolayısıyla serbest zaman, bireylerin kişisel ihtiyaçlarını karşılamalarına olanak tanırken, toplumsal işleyişi güçlendiren işlevsellik de taşımaktadır (Bahadır, 2016, s. 104).

Serbest zamanın geçmişi, aynı zamanda insanların farklı dönemlerde hangi etkinliklerle zaman geçirdiğini ve bu aktivitelerin bireysel ve toplumsal anlamlarını anlamamıza olanak tanır. Ancak yalnızca geçmişteki etkinliklere bakmak, serbest zamanın bireyler için ne ifade ettiğini tam olarak kavramamıza yetmez. Bunun yerine insanların hangi dönemde hangi etkinliklerle meşgul olduklarını ve bu aktivitelerin bireysel gereksinimlerle nasıl örtüştüğünü incelemek, serbest zaman kavramının daha kapsamlı bir biçimde ele alınmasını sağlar (Akova ve Çakmak, 2015, s. 30).

İnsanlık tarihi boyunca serbest zaman, farklı dönemlerde önemli bir yer tutmuş ve farklı anlamlar taşımıştır. Özellikle 20. yüzyılın sonlarına gelindiğinde, serbest zaman toplumsal değişimlerin etkisiyle kendi dinamiklerini kazanmış ve sosyolojik olarak analiz edilmeye başlanmıştır. Bu dönemde serbest zaman, yalnızca eğlence ve dinlenme ile sınırlı kalmayıp, zihinsel ve üretken gücün vurgulandığı bir alan olarak önem kazanmıştır (Güven, 2019, s. 1129).

Tarih öncesi dönemde, M.Ö. 8. yüzyılda, insanların tarıma dayalı yerleşik hayata geçişleriyle birlikte Çatalhöyük gibi erken dönem yerleşim yerlerinde serbest zaman etkinliklerine dair izler gözlemlenmiştir. Bu dönemde toplumsal yaşamın farklı alanlarından sanat faaliyetlerine kadar birçok serbest zaman etkinliği mevcuttu (Hodder, 2006). Antik Yunan'da serbest zaman genellikle aristokrat sınıfa özgü bir ayrıcalık olarak görülmüş, aristokratlar bu zamanı bedensel ve zihinsel gelişim için değerlendirirken, aynı zamanda sanat ve bilgiyle iç içe bir yaşam sürmüşlerdir. Tiyatro oyunları, heykeller ve

olimpiyatlar gibi etkinlikler, serbest zamanın yalnızca bireysel bir dinlenme aracı olmadığını, aynı zamanda kültürel ve sosyal bir etkinlik olarak toplumda nasıl yer aldığını göstermektedir (Aristotle, 1995; Pieper, 1998; Anderson, 1991; Kyle, 2007).

Sanayi devrimiyle birlikte serbest zamanın rolü köklü bir değişime uğramıştır. Başlangıçta yalnızca dinlenme amacı taşıyan serbest zaman, zamanla üretkenlik ve kişisel gelişim için de kullanılan bir alan hâline gelmiştir. Tarımsal üretimin ve iş bölümünün yaygınlaşması, serbest zamanın bireysel ve toplumsal düzeyde farklı işlevler kazanmasına yol açmıştır (Ken, 2006, s. akt. Metin, 2013, s. 8).

20.yüzyılın ortalarından itibaren, serbest zaman sosyolojisi disiplinler arası bir çalışma alanı olarak gelişmeye başlamıştır. Avrupa üniversitelerinde yürütülen çalışmalar, sanayi toplumunda serbest zamanın toplumsal işlevlerinin anlaşılmasına katkı sağlamıştır. 1960'lı yıllarda ABD ve Avrupa'da sosyal bilgiler müfredatına dahil edilen serbest zaman sosyolojisi, akademik araştırmalar için önemli bir alan haline gelmiştir (Aykan ve Özçelik, 2020, s.592).

Göçebe yaşamdan yerleşik düzene geçiş, tarımsal üretimin artışı ve iş bölümünün yaygınlaşmasıyla serbest zamanın anlamı yeniden şekillenmiştir. Sanayi devrimiyle birlikte makinelerin yaygınlaşması ve emeğin üretim sürecinden bağımsızlaşması, serbest zamanı sadece dinlenme aracı olmaktan çıkarıp kişisel gelişim ve toplumsal katılım için bir alan hâline getirmiştir. Günümüzde ise teknoloji ve değişen yaşam koşulları, serbest zamanın rolünü giderek daha önemli hâle getirmiştir (Henderson, 2010, s. 395).

Dolayısıyla serbest zaman, yalnızca bir boşluk ya da dinlenme süresi değil; bireylerin kendilerini geliştirebilecekleri, toplumsal bağlarını güçlendirebilecekleri ve üretkenliklerini artıracabilecekleri bir alan hâline gelmiştir. Tarihsel, toplumsal ve kültürel bağlamlarda evrimleşen bu kavram, teknolojik gelişmeler ve toplumsal değişimlerle birlikte önemini her geçen gün artırmaktadır.

2.4. SERBEST ZAMAN DOYUMU

Türk Dil Kurumu'na (TDK, 2025) göre doyum, mevcut durumdan memnun olma, isteklerin karşılanması ve tatmin sağlama süreci olarak tanımlanmaktadır. Bu tanım, bireyin beklenti ve arzularının gerçekleştirilmesi ile doyum arasındaki ilişkiyi net bir biçimde ortaya koymaktadır. Antik Yunan filozofu Aristoteles, çalışmanın yanı sıra serbest zamanın da anlamlı bir şekilde değerlendirilmesi gerektiğini vurgulamış ve

serbest zamanı eğlence, rekreasyon ve düşünme olmak üzere üç farklı boyutta ele almıştır (Aristotle, 2009). Bu yaklaşım, serbest zamanın yalnızca bedensel değil, aynı zamanda zihinsel ve entelektüel bir işlevi olduğunu göstermektedir.

Roma dönemi filozofu Cicero, “otium cum dignitate” kavramı ile serbest zamanın entelektüel ve manevi arayışlarla bağlantısını ifade etmiş; bireylerin boş zamanlarını felsefi sorgulamalar ve düşünsel tartışmalarla değerlendirdiğini belirtmiştir. Benzer şekilde, Seneca serbest zamanı, bireyin hayatındaki temel hedeflere ulaşamaması durumunda bir ihtiyaç olarak görmüştür (Seneca, M.Ö. 4–65). İslam düşünürü İbn Haldun ise serbest zamanı eğlenme, öğrenme ve dinlenme bağlamında ele almış; “faraqh” bireyin arzularını gerçekleştirdiği zamanı, “dia” ise toplumsal zorunluluklardan bağımsız ve amaçsız geçirilen zamanı ifade etmiştir (İbrahim, 1989).

Serbest zaman doyumu, bireylerin bu boş zaman süreçlerinden ne derece memnun olduklarını ve zamanlarını kullanırken deneyimledikleri kaliteyi ifade etmektedir (Kovacs, 2007). Beard ve Ragheb, serbest zaman doyumunu, bireylerin boş zaman memnuniyet düzeylerini belirleme-ye yönelik bir kavram olarak ortaya koymuş; bu doyum türünün yaşam doyumu ve sosyal doyumunu kapsadığını belirtmişlerdir (Yerlisu Lapa, 2012). Serbest zaman doyumu, bireyin iş ve diğer zorunlu sorumluluklardan bağımsız olarak, kendi tercihleri doğrultusunda geçirebildiği zaman diliminden elde ettiği genel tatmin ve memnuniyeti ifade eder. Bu kavram, bireyin yaşam doyumunu ve öznel iyi oluşunu destekleyen önemli bir gösterge olarak kabul edilmektedir (Beard&Ragheb, 1980; Amestoy ve ark, 2008). Başka bir deyişle, bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılımı sonucunda kazandıkları olumlu duygular olarak tanımlanabilir (Seigent-haler, 1997).

Serbest zaman doyumu, bireylerin demografik, sosyokültürel, ekonomik ve psikolojik özelliklerinden etkilenmekle birlikte, katıldıkları etkinliklerin türü, kapsamı ve bu etkinlikleri kiminle gerçekleştirdikleri gibi faktörlerden de önemli ölçüde etkilenmektedir (Yurcu ve ark., 2018; akt. Şirin & Şirin, 2023). Bireylerin gereksinimlerinin bilinçli ya da bilinçsiz biçimde karşılanmasıyla ölçülebilen serbest zaman doyumu, yaşam kalitesinde önemli bir rol oynamaktadır (Wang ve ark., 2008; Wu ve ark., 2019). Ayrıca, yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, gelir seviyesi, inanç ve serbest zaman etkinliklerine yönelik algılar gibi değişkenler de doyum seviyesini şekillendirmektedir. Katılımın düzeni, ciddiyeti ve gönüllülük düzeyi, serbest za-manda

algılanan doyum üzerinde belirleyici bir etki oluşturmaktadır (Sönmez, 2020, s. 32). Mannel ve Kleiber (1997) de serbest zaman doyumunu, rekreatif faaliyetlere katılım sonucunda bireylerin öznel ilgi, istek ve gereksinimlerinin karşılanmasıyla ortaya çıkan memnuniyet durumu olarak tanımlamışlardır (Erkmen Hadi ve ark, 2021).

Genel olarak, serbest zaman doyumunu, bireylerin boş zamanlarını nasıl değerlendirdikleri ve bu süreçten elde ettikleri tatmin düzeyi ile doğrudan ilişkilidir. Farklı düşünürler ve araştırmacılar tarafından tanımlandığı üzere, bu kavram yalnızca fiziksel veya eğlence amaçlı bir deneyim değil; aynı zamanda zihinsel, entelektüel ve sosyal boyutları olan çok yönlü bir memnuniyet türüdür. Serbest zaman doyumunu, bireylerin yaşam doyumunu artıran, öznel iyi oluşunu destekleyen ve demografik ya da çevresel faktörlerle etkileşim içinde olan temel bir psikolojik göstergedir.

2.5. SERBEST ZAMANA DOYUMUNA YÖNELİK ARAŞTIRMALAR

Kocaman (2023) çalışması, Konya'daki spor salonu üyelerinin serbest zaman doyumunu, benlik saygısı ve fiziksel görünüş mükemmeliyetçiliği düzeylerini değerlendirmeyi amaçlamıştır. Araştırmanın örneklemi 164 kadın ve 204 erkek olmak üzere toplam 378 kişiden oluşmaktadır. Veriler, kişisel bilgi formu, Serbest Zaman Doyum Ölçeği, Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği Ölçeği ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği aracılığıyla toplanmış ve analizler bağımsız gruplar t-testi ile tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak yapılmıştır. Bulgular, cinsiyet ve haftalık spor salonu kullanım sıklığının, çoğu boyutta serbest zaman doyumunu ve benlik saygısı üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını göstermiştir. Bununla birlikte, erkek katılımcıların kusurlu olma kaygısı ve fiziksel görünüş mükemmeliyetçiliği puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu ve bazı serbest zaman doyumunu boyutlarında gruplar arası farkların anlamlı olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, haftada 4 gün spor yapanların bazı serbest zaman doyumunu boyutlarında, haftada 5 gün spor yapanlardan daha yüksek puanlar aldığı saptanmıştır. Son olarak, serbest zaman doyumunu ile benlik saygısı arasında pozitif, fiziksel görünüş mükemmeliyetçiliği ile serbest zaman doyumunu arasında ise negatif bir ilişki tespit edilmiştir (Kocaman, 2023).

Pamukkale Üniversitesi'ne ait Gökçe'nin (2008) yüksek lisans tezinde, serbest zaman doyumunu alt boyutlarından yalnızca "rahatlama" ve "fizyolojik" düzeylerin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bildirilmiştir; diğer alt boyutlarda anlamlı fark

tespit edilmemiştir. Zamanı olan öğrenciler, boş zamanlarından daha fazla tatmin olmaktadır. Ayrıca, 26 yaş ve üzeri öğrenciler serbest zamanlarını yönetme konusunda daha başarılı bulunmuş, bu durum deneyim ve sorumluluk bilincinin tatmin düzeyini artırdığı şeklinde yorumlanmıştır. Bu çalışma, bireylerin yaş ve yaşam deneyiminin serbest zaman doyumuna katkısını ortaya koyması açısından önemlidir

Turhan (2021) çalışması, spor merkezlerine üye olan bireylerin serbest zaman doyumunu ile mental iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi hedeflemiştir. Araştırmanın örnekle-mi, Niğde il merkezinde düzenli hizmet alan 499 spor merkezi üyesinden (333 erkek [%66,7], 166 kadın [%33,3]) oluşmaktadır. Veri toplama araçları olarak, Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilen ve Gökçe ile Orhan (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Serbest Zaman Doyum Ölçeği, Warwick ve Edinburg Üniversiteleri'nin ortak çalışmasıyla üretilmiş ve Keldal (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği ile Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde normallik testlerinin ardından non-parametrik yöntemler uygulanmıştır. İstatistiksel analizler arasında Mann-Whitney U testi, Kruskal-Wallis H testi ve ölçekler arasındaki ilişkileri incelemek için Spearman korelasyon analizi yer almıştır. Sonuçlar, cinsiyet, eğitim durumu, yaş, medeni durum, gelir durumu, spor merkezine gitme sıklığı ve spor merkezine gitme nedeni değişkenlerinin serbest zaman doyumunu puanları üzerinde anlamlı farklılıklar oluşturduğunu göstermiştir. Buna karşın, serbest zaman süreleri ile anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Ayrıca, serbest zaman doyumunu ile Mental iyi oluş ölçeğinin tüm alt boyutları arasında pozitif ve güçlü bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgular, serbest zaman doyumunu ile mental iyi oluş arasındaki ilişkinin katılımcıların demografik özelliklerine bağlı olarak değişiklik gösterebildiğini ortaya koymaktadır.

Dinçer (2024) tarafından yürütülen “Üniversite Öğrencilerinde Serbest Zaman Doyumu ile Üniversiteye Uyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı araştırmanın amacı, öğrencilerin serbest zaman doyumunu ile üniversiteye uyum düzeyleri arasındaki bağlantıyı incelemektir. Araştırmanın evreni, Akdeniz Üniversitesi Merkez Kampüsü öğrencilerinden oluşmakta, örneklem grubu ise 111 erkek ve 139 kadın gönüllü öğrenciden oluşmuştur. Veriler, Serbest Zaman Doyum Ölçeği, Üniversiteye Uyum Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılarak toplanmış ve IBM SPSS 23 programında analiz edilmiştir. Sonuçlar, öğrencilerin psikolojik, eğitimsel,

sosyal, fiziksel ve estetik doyum düzeyleri arttıkça, üniversiteye kurumsal ve kişisel-duygusal uyumlarının da yükseldiğini göstermektedir. Ayrıca, serbest zaman doyumundaki artışın sosyal uyumu da olumlu etkilediği belirlenmiştir.

Özdemir (2025) tarafından yapılan çalışma, Türk ve yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyumunu ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Araştırmanın örneklemini, Gümüşhane Üniversitesi'nde tesadüfî rastgele yöntemle seçilen 247 Türk ve 250 yabancı öğrenci olmak üzere toplam 497 kişiden oluşmaktadır. Veri toplama araçları olarak katılımcıların demografik bilgilerini içeren Kişisel Bilgi Formu, Serbest Zaman Doyum Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği – Kısa Formu kullanılmıştır. Veriler, normalite testi, ANOVA, Tukey çoklu karşılaştırmaları, bağımsız örneklem t-testi, korelasyon ve regresyon analizleriyle değerlendirilmiştir. Bulgular, serbest zaman doyumunu ile mutluluk arasında orta düzeyde anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunduğunu göstermektedir. Psikolojik, sosyal ve estetik doyum alt boyutları, mutluluğun önemli yordayıcıları olarak öne çıkmıştır. Demografik değişkenler açısından serbest zaman doyumunu gruplar arası farklılık göstermese de, mutluluk puanlarının 22–25 yaş grubu ve yüksek gelir düzeyine sahip öğrencilerde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca erkek öğrencilerin mutluluk ortalamaları, kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Türk ve yabancı öğrenciler arasında serbest zaman doyumunu ve mutluluk düzeylerinde anlamlı fark gözlenmezken, Müslüman olmayan öğrencilerin mutluluk düzeyleri Müslüman öğrenciler-den daha yüksek çıkmıştır. Sonuç olarak, üniversite ortamında yapılandırılmış serbest zaman etkinliklerine düzenli katılımın, öğrencilerin genel mutluluk düzeyini artırmada önemli bir rol oynadığı görülmektedir.

Öztürk'ün (2023) çalışmasında, İstanbul Büyükşehir Belediyesi'ne bağlı fitness tesislerinden hizmet alan bireylerin boş zaman ilgilenimleri ile serbest zaman doyumları arasındaki ilişki ele alınmıştır. Araştırmada nicel yöntemlerden ilişkisel tarama modeli tercih edilmiş ve kota örnekleme yoluyla belirlenen 214'ü kadın, 175'i erkek olmak üzere toplam 389 katılımcıdan veri toplanmıştır. Veri toplama sürecinde, “Boş Zaman İlgiilenim Ölçeği” ile “Serbest Zaman Doyum Ölçeği” uygulanmış, elde edilen anketler Pearson korelasyon, regresyon, bağımsız gruplar t-testi ve Anova analizleriyle değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, boş zaman ilgilenimi ile serbest zaman doyumunu arasında anlamlı ve olumlu bir ilişki bulunduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca boş zaman ilgileniminin, bireylerin serbest zaman doyumunu artırmada önemli bir yordayıcı olduğu

belirlenmiştir. Sonuç olarak, fitness merkezlerine üye bireylerin boş zaman ilgi-lenim düzeyi yükseldikçe, serbest zaman etkinliklerinden sağladıkları doyumun da arttığı saptanmıştır.

Hadi ve arkadaşlarının yürüttüğü araştırmada, sportif rekreatif aktivitelere katılan bireylerin serbest zaman doyum düzeyleri ile optimal performans duygu durumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma ayrıca, katılımcıların serbest zaman doyum ve optimal performans duygu durumlarının cinsiyet ve katılım motivasyonları açısından farklılık gösterip göstermediğini de ele almıştır. Araştırmanın örneklemi, uygun örnekleme yöntemiyle belirlenen ve seçkisiz olma-yan bir yöntemle seçilen 261 kadın (ortalama yaş = $22,49 \pm 5,64$) ve 293 erkek (ortalama yaş = $22,63 \pm 5,37$) bireyden oluşmaktadır. Veri toplama sürecinde kişisel bilgi formu, Serbest Zaman Doyum Ölçeğinin kısa versiyonu ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği kullanılmıştır. Toplanan veriler, tanımlayıcı istatistikler, korelasyon analizi, bağımsız gruplar t-testi ve ANOVA yöntemleriyle analiz edilmiştir. Analiz sonuçları, katılımcıların serbest zaman doyumları ile optimal performans duygu durumları arasında pozitif ve anlamlı, yüksek düzey-de bir ilişki olduğunu göstermiştir ($r = .600$, $p < .01$). Serbest zaman doyum puanları açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık gözlenmezken ($t = -1.776$, $p = .078$), kadın ve erkek katılımcıların optimal performans duygu durumu puanları arasında anlamlı bir fark saptanmıştır ($t = -2.554$, $p = .011$). Bunun yanı sıra, katılımcıların serbest zaman doyumları ($F(2,551) = 1.173$, $p > .05$) ve optimal performans duygu durum puanları ($F(2,551) = 1.816$, $p > .05$), sportif rekreatif aktivitelere katılım motivasyonlarına göre anlamlı şekilde farklılaşmamıştır. Bu bulgular, pozitif duygu durumlarının deneyimlenmesinin bireylerin boş zamanlarından elde ettikleri doyum ile yakından ilişkili olduğunu desteklemektedir.

Serbest zaman doyum, bireylerin boş zamanlarında katıldıkları etkinliklerden elde ettikleri haz, tatmin ve anlamlılık düzeyini ifade eden çok boyutlu bir kavramdır. Bu kavram yalnızca hoşça vakit geçirmeyi değil, aynı zamanda bireyin psikolojik, sosyal ve fizyolojik gereksinimlerini karşılamasını da kapsar. Psikolojik açıdan serbest zaman doyum, bireyin kendini iyi hissetmesine, stresle başa çıkmasına ve yaşamdan aldığı genel memnuniyetin artmasına katkı sağlar. Sosyal açıdan ise bireyler, boş zaman faaliyetleri aracılığıyla yeni ilişkiler kurabilir, mevcut ilişkilerini güçlendirebilir ve

toplumsal aidiyet duygusunu pekiştirebilir. Fiziksel ve estetik boyutlar, bireyin bedensel sağlığını desteklerken aynı zamanda estetik bir tatmin yaşamasını da mümkün kılar.

Çakal (2021a) tarafından gerçekleştirilen benzer bir çalışmada, Manisa Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hastanesinde görev yapan sağlık çalışanlarının serbest zaman doyumu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki, çeşitli değişkenler doğrultusunda ele alınmıştır. Araştırmada nicel yöntemlerden betimsel ve ilişkisel tarama modeli tercih edilmiş; veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile birlikte Serbest Zaman Doyum Ölçeği ve Çalışan Yaşam Kalitesi Ölçeği kullanılmıştır. Çalışma, toplamda 401 kişiden oluşan bir örneklem grubu ile yürütülmüştür. Elde edilen bulgulara göre, serbest zaman doyumuna en fazla katkı sağlayan boyutlar sırasıyla fiziksel, eğitimsel ve estetik olarak öne çıkarken, rahatlama boyutunun en düşük katkıyı sunduğu belirlenmiştir. Yaşam kalitesi açısından ise, mesleki tatminin en baskın faktör olduğu, ardından tükenmişlik ve eş duyum yorgunluğu unsurlarının geldiği görülmüştür. Katılımcıların genel serbest zaman doyum düzeyi orta seviyede, yaşam kalitesi ise düşük düzeyde tespit edilmiştir. Cinsiyete bağlı olarak her iki ölçekte de anlamlı bir farklılık görülmemiştir. MANOVA ve korelasyon analizleri sonucunda, serbest zaman doyumunun çalışan yaşam kalitesi üzerinde etkili olduğu ve aralarında anlamlı bir ilişki bulunduğu ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak, serbest zaman etkinliklerinin sağlık çalışanlarının yaşam kalitesine olumlu yönde katkı sunduğu vurgulanmakta ve bu tür faaliyetlerin kurum bünyesinde yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Kaş (2024) yüksek lisans tezine göre, cinsiyetin psikolojik sağlık ve serbest zaman doyumu üzerinde belirleyici bir etkisi olmadığı; kadın ve erkek katılımcıların benzer özellikler sergilediği anlaşılmıştır. 30-33 yaş aralığındaki katılımcıların serbest zaman rahatlama düzeylerinin daha yüksek olduğu, yaşın özellikle rahatlama boyutunu etkileyen bir değişken olduğu görülmüştür. Farklı yaş gruplarındaki katılımcıların psikolojik sağlık seviyeleri ise birbirine yakındır. Bekar katılımcıların evli katılımcılara kıyasla daha fazla rahatlama eğilimi gösterdikleri tespit edilmiştir. Çalışma süresine göre yapılan değerlendirmelerde, göreve yeni başlayan katılımcıların fizyolojik rahatlama düzeylerinin daha düşük olduğu, 4-9 yıl deneyime sahip katılımcıların ise fizyolojik ve rahatlama açısından daha yüksek doyum elde ettikleri görülmüştür. Lisansüstü eğitim alan katılımcıların sosyal açıdan rahatlama doyumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir, ancak eğitim düzeyinin psikolojik sağlık üzerinde anlamlı bir etkisi

olmadığı da saptanmıştır. Boş zamanın yeterli düzeyde olması, katılımcıların rahatlama ve estetik serbest zaman doyumunu artırmaktadır; buna karşılık boş zamana sahip olmanın psikolojik sağlamlık düzeyinde belirleyici olmadığı anlaşılmıştır. Haftada 5-7 gün düzenli spor yapan katılımcıların sosyal ilişkiler ve rahatlama açısından daha yüksek serbest zaman doyumunu elde ettikleri gözlemlenmiştir, ancak düzenli spor yapmanın psikolojik sağlamlık üzerinde kayda değer bir etkisi olmadığı belirlenmiştir. Psikolojik sağlamlık ile serbest zaman doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, dolayısıyla psikolojik sağlamlığın serbest zaman doyumunu belirleyen önemli bir değişken olmadığı ortaya konmuştur.

Alanyazında yapılan araştırmalar, serbest zaman doyumunun mutluluk, mental iyi oluş, benlik saygısı ve sosyal uyum gibi farklı değişkenlerle pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bunun yanında, bireylerin yaş, cinsiyet, eğitim, gelir düzeyi ve serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığı gibi demografik özellikleri de doyum düzeylerinde farklılıklar yaratabilmektedir. Dolayısıyla serbest zaman doyumunu, bireyin yaşam kalitesini artıran, çok boyutlu ve dinamik bir olgu olarak değerlendirilmektedir.

3. BÖLÜM

ANALİZ VE YORUM

3.1. YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde benimsenen yöntem detaylı olarak ele alınmıştır. Buna göre, araştırma modeli ve hipotezlere yer verilmiştir. Daha sonra araştırma evren ve örnekleme hakkında detaylı bilgi sunulmuştur. Devamında ise, araştırmanın veri toplama süreci, veri toplama araçları ve veri analizi başlıklarına yer verilmiştir.

3.2. ARAŞTIRMANIN MODELİ VE HİPOTEZLERİ

Bu araştırmanın temel amacı, Diyarbakır il merkezindeki halk eğitim kurumlarında Türk halk oyunları faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman doyum düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Bu araştırma genel tarama modellerinden biri olan betimsel tarama modeline uygun olarak tasarlanmıştır. Karasar'a (2014) göre genel tarama modeli, geniş bir evrenin özelliklerini, o evreni temsil eden bir örneklem üzerinden betimleyerek genel yargılara ulaşmayı sağlayan bir araştırma düzenlemesidir.

H1: Cinsiyete göre serbest zaman doyum puan ortalaması karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H2: Yaş gruplarına göre serbest zaman doyum puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H3: Eğitim düzeyine göre serbest zaman doyum puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H4: Gelir düzeyine göre serbest zaman doyum puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H5: Günlük serbest zaman süresine göre serbest zaman doyum puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H6: Medeni duruma göre serbest zaman doyum puan ortalaması karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H7: Halkoyunlarıyla ilgilenme süresine göre serbest zaman doyum puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H8: Halkoyunları yarışmalarına katılım durumuna göre serbest zaman doyumu puan ortalaması karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H9: Oynanan halkoyunu türlerine göre serbest zaman doyumu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

3.3. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini 2024-2025 yılları arasında Diyarbakır il merkezindeki halk eğitim merkezinde Türk halk oyunları faaliyetlerine katılan 18 yaş ve üzeri bireyler oluşturmuştur. Söz konusu evrenden kolayda örnekleme yöntemiyle 412 kişilik bir örnekleme ulaşılmıştır. Elde edilen anket formları incelendiğinde hatalı olan formlar çalışma dışı bırakılmış olup 399 kişinin anket formları ile çalışma sürdürülmüştür. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına tabidir. Bu nedenle belirli bir aşamada katılımcılara çalışmadan ayrılma imkânı tanınmıştır.

3.4. VERİ TOPLAMA SÜRECİ

Veri toplama süreci, etik ilkelere ve kurumsal prosedürlere bağlı kalınarak yürütülmüştür. Bu doğrultuda araştırmaya başlamadan önce Ardahan Üniversitesi “Bilimsel Yayın ve Etik Kurul Kararı”(Ek.2) etik uygunluk onayı ve Diyarbakır İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden uygulama izni alınmıştır (Ek.3) İzinler doğrultusunda, anket formu dijital ortama taşınarak çevrim içi haline getirilmiştir. Anket, 2024-2025 yılları arasında gönüllülük esasına dayalı olarak ve katılımcıların dijital "Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu" onayının ardından doldurulmuştur. Söz konusu örneklem grubu Diyarbakır ili merkez ilçelerindeki halk eğitim kurumlarında Türk halk oyunları faaliyetlerine katılmış olan kişilerden belirlenmiştir. Dijital formlar katılımcılara araştırmacı gözetiminde birebir telefonda Google forms açılarak uygulanmıştır.

3.5. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada veri toplama aracı olarak Demografik Bilgi Formu ve Serbest Zaman Doyumu Ölçeği kullanılmıştır (Ek.1). Veri toplama araçlarına ilişkiler bilgileri aşağıda sunulmuştur.

3.5.1. Demografik Bilgi Formu

Bu form araştırmacı tarafından düzenlenmiştir. Formda katılımcıların cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, eēitim durumu, medeni hal, günlük boş zaman aktivite süreleri, halk oyunlarıyla ilgilenme süreleri, halk oyunları yarışmalarına katılma durumları ve türleri hakkında bilgi toplamaya yönelik sorular yer almıştır.

3.5.2. Serbest Zaman Doyum  l ēēi

Araştırmada veri toplama aracı olarak, serbest zaman aktivitelerinden elde edilen doyum düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiş olan Serbest Zaman Doyum  l ēēi (SZD ) kullanılmıştır. Literatürde Leisure Satisfaction Scale (LSS) olarak bilinen bu ölçek, ilk olarak Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilmiş, alan yazında köklü bir geçmişe sahip ve yaygın olarak kullanılan bir ölçüm aracıdır.

 l ēēin orijinal uzun formunun yerini alan ve günümüzde araştırmalarda daha sık tercih edilen 24 maddelik kısa formu, Idyll Arbor, Inc. (2002) tarafından kullanıma sunulmuştur. Bu kısa versiyon, 5'li Likert tipi bir yanıt formatına sahiptir. Katılımcıların maddelere verdikleri yanıtlar, "Neredeyse hiç doēru deēil" (1) ile "Neredeyse her zaman doēru" (5) arasında deēiřen bir skalada derecelendirilmektedir.

 l ēēin Türkiye'deki araştırmacılar için kullanılabiliřliēini saēlamak amacıyla Türkçe 'ye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik  alışması Gökçe ve Orhan (2008) tarafından y r t lm ştur. Bu  alışma kapsamında elde edilen bulgular,  l ēēin Türk kültürü ve dili için de saēlam psikometrik özelliklere sahip olduēunu ortaya koymuştur.

1. **Psikolojik Boyut:** Bireylerin boş zaman etkinlikleri sırasında yaşadıkları zihinsel ve duygusal tatmin düzeyini  l er. Bu boyut, bireylerin kendilerini iyi hissetmeleri, stres ve kaygıyı azaltmaları ile ilişkili doyum unsurlarını içerir.
2. **Eēitimsel Boyut:** Boş zaman faaliyetlerinin bilgi, beceri ve  ērenme açısından bireylere saēladıēı katkıyı deēerlendirir. Bu boyut, katılımcıların kişisel gelişim ve yetenek kazanımı açısından serbest zamanlarını nasıl kullandıēını gösterir.
3. **Sosyal Boyut:** Katılımcıların boş zaman etkinlikleri aracılıēıyla sosyal ilişkilerini güçlendirmesi ve başkalarıyla etkileşimde bulunmasından elde ettikleri doyumunu  l er. Arkadaşlık, grup aidiyeti ve sosyal baēların güçlenmesi bu boyutun temel göstergelerindendir.

4. **Rahatlama Boyutu:** Bireylerin boş zamanlarını dinlenme ve stres atma amacıyla kullanmalarından sağlanan tatmini değerlendirir. Bu boyut, bireylerin enerji toplama, zihinsel yenilenme ve günlük yaşamın baskılarından uzaklaşma düzeyini kapsar.
5. **Fizyolojik Boyut:** Boş zaman etkinliklerinin fiziksel sağlık ve bedenin iyi oluşu üzerindeki etkilerini ölçer. Katılımcıların aktif veya pasif faaliyetler yoluyla fiziksel enerji ve sağlık kazanımı bu boyut kapsamında incelenir.
6. **Estetik Boyut:** Bireylerin boş zaman sırasında sanatsal, görsel veya estetik açıdan tatmin elde etmesini değerlendirir. Bu boyut, estetik deneyimler aracılığıyla keyif, beğeni ve duygusal tatmin düzeyini ölçer.

3.6. VERİ ANALİZİ

Araştırmada analiz aşaması öncesi anket formları gözlemsel olarak incelenmiştir. Böylece eksik olduğu tespit edilen anket formları çalışmadan çıkarılmıştır. Daha sonra SPSS programında betimsel analizler uygulanmış ve hatalı girişler ayıklanmıştır. Ayrıca verilere ilişkin gruplandırma işlemleri tamamlanmıştır. Daha sonra verilerin normallik sonuçları çarpıklık ve basıklık testlerine göre değerlendirilmiştir. Ardından veri güvenliği için güvenilirlik analizi gerçekleştirilmiştir. Son olarak ölçek alt boyutları toplam puanları hesaplandıktan sonra hipotez testleri yapılmıştır. Bu kapsamda öncelikle hipotezlere bağlı olarak ikili grup ortalamalarının karşılaştırılması adına bağımsız gruplar t testi (IndependentSamples t test), ikiden fazla grup ortalamalarının karşılaştırılmasında (OneWayANOVA) tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır. Çoklu grup ortalamalarının karşılaştırılmasında farkı meydana getiren grubun hangisi olduğunu belirlemek amacıyla Post hoc testlerinden Tukey uygulanmıştır. İstatistiksel analiz sonuçları için $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

3.7. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen verilerin istatistiksel sonuçlarına tablo halinde yer verilmiştir.

Tablo 1. Betimsel Sonuçlar

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyetiniz nedir?	Kadın	164	41,1%
	Erkek	235	58,9%
Yaşınız nedir?	18-20 yaş	71	17,8%
	21-25 yaş	137	34,3%
	26-30 yaş	110	27,6%
	31 yaş ve üzeri	81	20,3%
Eğitim düzeyiniz nedir?	İlk ve Ortaokul	106	26,6%
	Lise	166	41,6%
	Lisans ve Lisansüstü	127	31,8%
Gelir düzeyiniz nedir?	15.0001-20.000 TL	111	27,8%
	20.0001-25.000 TL	178	44,6%
	25.001 TL ve üzeri	110	27,6%
Günlük serbest zaman süreniz nedir?	1-4 saat	222	55,6%
	5-6 saat	140	35,1%
	7 saat ve üzeri	37	9,3%
Medeni durumunuz nedir?	Evli	115	28,8%
	Bekar	284	71,2%
Halkoyunları ile ne kadar zamandır ilgileniyorsunuz?	1-5 yıl	146	36,6%
	6-10 yıl	166	41,6%
	11-20 yıl	74	18,5%
	21 yıl ve üzeri	13	3,3%
Halkoyunları yarışmalarına katıldınız mı?	Evet	191	47,9%
	Hayır	208	52,1%
Halkoyunlarında hangi türleri oynuyorsunuz?	Halay	316	79,2%
	Diğer Yöreler	83	20,8%

Tablo 1 incelendiğinde; cinsiyet dağılımı kadın %41,1 (n=164) ve erkek %58,9 (n=235) şeklindedir. Yaş dağılımı 18–20 yaş %17,8 (n=71), 21–25 yaş %34,3 (n=137), 26–30 yaş %27,6 (n=110) ve 31 yaş ve üzeri %20,3 (n=81) biçimindedir. Eğitim düzeyi ilk ve ortaokul %26,6 (n=106), lise %41,6 (n=166), lisans ve lisansüstü %31,8 (n=127) olarak dağılmaktadır. Gelir düzeyi 15,0001–20.000 TL %27,8 (n=111), 20,0001–25.000 TL %44,6 (n=178) ve 25.001 TL ve üzeri %27,6 (n=110) şeklindedir. Günlük serbest zaman süresi 1–4 saat %55,6 (n=222), 5–6 saat %35,1 (n=140) ve 7 saat ve üzeri %9,3 (n=37) olarak raporlanmıştır. Medeni durum evli %28,8 (n=115) ve bekâr %71,2 (n=284) şeklindedir. Halkoyunları ile ilgilenme süresi 1–5 yıl %36,6 (n=146), 6–10 yıl %41,6 (n=166), 11–20 yıl %18,5 (n=74) ve 21 yıl ve üzeri %3,3 (n=13) biçimindedir. Halkoyunları yarışmalarına katılım evet %47,9 (n=191) ve hayır %52,1 (n=208) olarak dağılım göstermektedir. Oynanan yöreler halay %79,2 (n=316) ve diğer yöreler %20,8 (n=83) şeklindedir.

Tablo 2. Serbest zaman doyum ölçeği maddelerine yönelik tanımlayıcı sonuçlar

Değişkenler	Min.	Maks.	$\bar{X}$	S.S.	Çarpıklık	Basıklık	α
p1	1	5	4,23	,962	-1,134	,343	,692
p2	2	5	4,20	,866	-,731	-,478	
p3	1	5	4,30	,802	-1,037	,732	
p4	1	5	4,29	,806	-1,044	,906	
ee1	1	5	4,31	,804	-1,228	1,746	,760
ee2	1	5	4,34	,808	-1,162	,966	
ee3	1	5	4,34	,819	-1,324	1,723	
ee4	1	5	4,26	,835	-1,151	1,195	
s1	2	5	4,35	,758	-1,066	,782	,717
s2	2	5	4,34	,785	-1,077	,692	
s3	2	5	4,25	,861	-,911	-,041	
s4	2	5	4,33	,820	-1,050	,373	
r1	2	5	4,35	,758	-,927	,152	,628
r2	2	5	4,36	,722	-,936	,512	
r3	1	5	4,28	,828	-1,102	,989	
r4	1	5	4,30	,802	-,984	,498	
f1	1	5	4,32	,963	-1,448	1,415	,763

Tablo 2.(Devam)Serbest zaman doyum ölçeği maddelerine yönelik tanımlayıcı sonuçlar

f2	1	5	4,40	,847	-1,280	,872
f3	1	5	4,33	,811	-1,087	,731
f4	1	5	4,32	,793	-1,204	1,575
es1	2	5	4,30	,801	-,968	,341
es2	1	5	4,34	,766	-1,031	,819
es3	1	5	4,37	,721	-1,015	1,002
es4	1	5	4,37	,738	-1,009	,790

,700

n=399; Min.= Minimum; Maks.= Maksimum; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S.= Standart Sapma; α = Cronbach Alpha

Tablo 2 incelendiğinde; örneklem sayısı n=399'dur. Ölçekte yer alan tüm maddeler 1 ile 5 arasında değer almakta olup ortalama puanların oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Psikolojik boyutu (p1–p4) maddelerinin ortalamaları 4,20 ile 4,30 arasında değişmektedir. p1 maddesi 4,23 ortalama (S.S.=,962; çarpıklık=-1,134; basıklık=,343) ve ,692 Cronbach α katsayısı ile güvenilirlik göstermektedir. Diğer maddeler de benzer şekilde yüksek ortalama ve düşük çarpıklık değerleri ile ölçek yapısına uygundur.Eğitimsel boyut (ee1–ee4) ortalamaları 4,26–4,34 arasında değişmektedir. Özellikle ee2 ve ee3 maddeleri 4,34 ortalama ile öne çıkmaktadır. Cronbach α katsayısı,760'dır. Çarpıklık değerleri -1,162 ile -1,324 arasında, basıklık değerleri ise,966 ile 1,746 arasındadır. Sosyallik boyutu (s1–s4) için ortalamalar 4,25–4,35 Aralığındadır. s1 ve s2 maddeleri 4,35 ve 4,34 ortalama ile en yüksek değerlerdendir. Cronbach α katsayısı,717 olarak hesaplanmıştır. Çarpıklık değerleri -,911 ile -1,077 arasında, basıklık değerleri ise -,041 ile 782arasındadır. Rahatlama boyutu (r1–r4) maddelerinin ortalamaları 4,28–4,36 arasında olup en yüksek değer r2 maddesinde ($\bar{X}$ =4,36)'dir. Bu boyutun Cronbach α katsayısı,628'dir. Çarpıklık değerleri -,927 ile -1,102 arasında, basıklık değerleri ise,152ile ,989arasındadır. Fizyolojik boyutu (f1–f4) için ortalamalar 4,32–4,40 arasında değişmektedir. f2 maddesi 4,40 ortalama ile tüm maddeler içinde en yüksek değere sahiptir. Cronbach α katsayısı,763'tür. Çarpıklık değerleri -1,087 ile -1,448 Aralığında, basıklık değerleri ise,731 ile 1,575 arasındadır. Estetik boyutu (es1–es4) ortalamaları 4,30–4,37 arasında olup en yüksek değerler es3 ve es4 maddelerinde ($\bar{X}$ =4,37) görülmektedir. Bu boyutun Cronbach α katsayısı,700'dür.

Çarpıklık değerleri -,968 ile -1,031 arasında, basıklık değerleri ise, 341 ile 1,002 arasındadır. Genel olarak tüm boyutlarda ortalama değerlerin 4'ün üzerinde olduğu gözlenmektedir. Ayrıca, Cronbach α değerleri,628ile ,763 arasında değişmekte olup ölçek boyutlarının kabul edilebilir düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Serbest Zaman Doyum Ölçeğine alt boyutlarına yönelik tanımlayıcı sonuçlar

Alt Boyutlar	Min.	Maks.	$\bar{X}$	S.S.	Çarpıklık	Basıklık	α
Psikolojik	1,50	5,00	4,26	,621	-1,234	1,806	,692
Eğitimsel	1,25	5,00	4,31	,622	-2,001	4,865	,760
Sosyal	2,00	5,00	4,32	,593	-1,620	2,761	,717
Rahatlama	2,00	5,00	4,32	,535	-1,384	2,280	,628
Fizyolojik	1,50	5,00	4,34	,655	-1,462	2,260	,763
Estetik	2,00	5,00	4,34	,549	-1,512	2,444	,700

n=399; Min.= Minimum; Maks.= Maksimum; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S.= Standart Sapma; α = Cronbach Alpha

Tablo 3 incelendiğinde; örneklem sayısı n=399'dur. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin betimsel istatistikler aşağıda sunulmaktadır. Psikolojik alt boyut 1,50 ile 5,00 Aralığında değer almakta olup ortalama puan 4,26 (S.S.=,621) olarak belirlenmiştir. Çarpıklık değeri -1,234 ve basıklık değeri 1,806'dır. Cronbach α katsayısı, 692 olup kabul edilebilir düzeyde güvenilirlik göstermektedir. Eğitimsel alt boyut 1,25 ile 5,00 arasında değişmekte ve ortalama puanı 4,31 (S.S.=,622)'dir. Çarpıklık değeri -2,001, basıklık değeri 4,865'tir. Cronbach α katsayısı, 760 olarak hesaplanmış ve yüksek düzeyde iç tutarlılık sergilemiştir. Sosyal alt boyut 2,00 ile 5,00 Aralığında olup ortalama 4,32 (S.S.=,593)'dir. Çarpıklık değeri -1,620, basıklık değeri 2,761'dir. Cronbach α katsayısı, 717düzeyindedir. Rahatlama alt boyutu 2,00 ile 5,00 arasında değer almakta ve ortalama puanı 4,32 (S.S.=,535)'dir. Çarpıklık değeri -1,384, basıklık değeri 2,280'dir. Cronbach α katsayısı, 628 olup kabul edilebilir düzeydedir. Fizyolojik alt boyut 1,50 ile 5,00 Aralığında, ortalama 4,34 (S.S.=,655) değeri ile raporlanmıştır. Çarpıklık -1,462, basıklık 2,260'tır. Cronbach α katsayısı, 763 olarak bulunmuş ve yüksek güvenilirlik göstermektedir. Estetik alt boyut 2,00 ile 5,00 Aralığında, ortalama 4,34 (S.S.=,549) ile hesaplanmıştır. Çarpıklık değeri -1,512, basıklık değeri 2,444'tür. Cronbach α katsayısı, 700'dür.Genel olarak, tüm alt boyutlarda ortalama puanların 4'ün üzerinde olduğu, dağılımların sola çarpık (negatif çarpıklık) ve çoğunlukla basık yapıda olduğu, Cronbach

α değerlerinin, 628 ile 763 arasında değiştiği ve ölçek alt boyutlarının iç tutarlılık açısından güvenilir düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Cinsiyet değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Değişkenler	Gruplar	n	$\bar{X}$	S.S.	t	p
Psikolojik	Kadın	164	4,23	,66	-,577	,564
	Erkek	235	4,27	,59		
Eğitimsel	Kadın	164	4,27	,68	-1,067	,287
	Erkek	235	4,34	,58		
Sosyal	Kadın	164	4,27	,65	-1,337	,182
	Erkek	235	4,35	,55		
Rahatlama	Kadın	164	4,26	,58	-1,960	,051
	Erkek	235	4,37	,50		
Fizyolojik	Kadın	164	4,30	,72	-,979	,328
	Erkek	235	4,37	,60		
Estetik	Kadın	164	4,27	,61	-2,169	,031
	Erkek	235	4,39	,50		

Bağımsız örneklem t testi, $p < 0,05$; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S. = Standart Sapma

Tablo 4 incelendiğinde; araştırmada cinsiyet değişkenine göre alt boyutlar arasında farklılıklar bağımsız örneklem t testi ile incelenmiştir (n=164 kadın, n=235 erkek). Psikolojik alt boyut için kadınların ortalaması $\bar{X}=4,23$ (S.S.=,66), erkeklerin ortalaması $\bar{X}=4,27$ (S.S.=,59) olup fark istatistiksel olarak anlamlı değildir (t=-,577; p=,564). Eğitimsel alt boyut kadınlarda $\bar{X}=4,27$ (S.S.=,68), erkeklerde $\bar{X}=4,34$ (S.S.=,58) değerindedir. Aradaki fark anlamlı bulunmamıştır (t=-1,067; p=,287). Sosyal alt boyut kadınlarda $\bar{X}=4,27$ (S.S.=,65), erkeklerde $\bar{X}=4,35$ (S.S.=,55) olup istatistiksel olarak anlamlı değildir (t=-1,337; p=,182). Rahatlama alt boyutu kadınlarda $\bar{X}=4,26$ (S.S.=,58), erkeklerde $\bar{X}=4,37$ (S.S.=,50) olarak hesaplanmıştır. Elde edilen fark anlamlılık sınırına çok yakın olup istatistiksel olarak anlamlı değildir (t=-1,960; p=,051). Fizyolojik alt boyut kadınlarda $\bar{X}=4,30$ (S.S.=,72), erkeklerde $\bar{X}=4,37$ (S.S.=,60) değerindedir. Fark anlamlı bulunmamıştır (t=-,979; p=,328). Estetik alt boyut kadınlarda $\bar{X}=4,27$ (S.S.=,61), erkeklerde $\bar{X}=4,39$ (S.S.=,50) olup fark istatistiksel olarak anlamlıdır (t=-2,169; p=,031; $p < 0,05$). Genel olarak, cinsiyet değişkenine göre psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama

ve fizyolojik boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmazken; yalnızca estetik boyutta erkekler lehine anlamlı bir fark tespit edilmiştir.

Tablo 5. Yaş değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Değişken	Gruplar	n	$\bar{X}$	S.S.	F	p	Tukey
Psikolojik	18-20 yaş ^(a)	71	4,20	,60	5,774	,001	d>a, b, c
	21-25 yaş ^(b)	137	4,15	,59			
	26-30 yaş ^(c)	110	4,25	,74			
	31 yaş ve üzeri ^(d)	81	4,50	,42			
Eğitimsel	18-20 yaş ^(a)	71	4,36	,60	2,378	,069	-
	21-25 yaş ^(b)	137	4,24	,69			
	26-30 yaş ^(c)	110	4,27	,65			
	31 yaş ve üzeri ^(d)	81	4,45	,44			
Sosyal	18-20 yaş ^(a)	71	4,31	,53	1,387	,246	-
	21-25 yaş ^(b)	137	4,25	,63			
	26-30 yaş ^(c)	110	4,32	,66			
	31 yaş ve üzeri ^(d)	81	4,42	,48			
Rahatlama	18-20 yaş ^(a)	71	4,39	,40	2,237	,083	-
	21-25 yaş ^(b)	137	4,24	,54			
	26-30 yaş ^(c)	110	4,32	,63			
	31 yaş ve üzeri ^(d)	81	4,41	,47			
Fizyolojik	18-20 yaş ^(a)	71	4,37	,59	1,834	,140	-
	21-25 yaş ^(b)	137	4,24	,69			
	26-30 yaş ^(c)	110	4,36	,66			
	31 yaş ve üzeri ^(d)	81	4,45	,62			
Estetik	18-20 yaş ^(a)	71	4,36	,43	2,946	,033	b<d
	21-25 yaş ^(b)	137	4,24	,58			
	26-30 yaş ^(c)	110	4,38	,60			
	31 yaş ve üzeri ^(d)	81	4,46	,49			

OneWay ANOVA, $p<0,05$; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S.= Standart Sapma

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, yaş değişkenine göre serbest zaman doyumunun psikolojik [$F(3,395)=5,774$; $p<.01$] ve estetik [$F(3,395)=2,946$; $p<.05$] boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Tukey çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına

göre, 31 yaş ve üzerindeki katılımcıların psikolojik doyum düzeyleri 18–20, 21–25 ve 26–30 yaş gruplarına kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Estetik boyutta ise 31 yaş ve üzerindeki bireyler, 21–25 yaş grubuna göre daha yüksek doyum göstermiştir. Diğer boyutlarda (eğitimsel, sosyal, rahatlama, fizyolojik) yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>.05$). Dolayısıyla yaş ilerledikçe bireylerin serbest zamanlarından özellikle psikolojik ve estetik boyutlarda daha yüksek doyum elde ettikleri söylenebilir.

Tablo 6. Eğitim düzeyi değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Değişken	Gruplar	n	$\bar{X}$	S.S.	F	p
Psikolojik	İlk ve ortaöğretim	106	4,30	,50	,562	,570
	Lisans	166	4,22	,66		
	Lisansüstü	127	4,27	,66		
Eğitimsel	İlk ve ortaöğretim	106	4,43	,39	2,732	,066
	Lisans	166	4,26	,67		
	Lisansüstü	127	4,29	,70		
Sosyal	İlk ve ortaöğretim	106	4,39	,39	1,272	,281
	Lisans	166	4,29	,61		
	Lisansüstü	127	4,28	,70		
Rahatlama	İlk ve ortaöğretim	106	4,35	,41	,365	,694
	Lisans	166	4,30	,56		
	Lisansüstü	127	4,33	,60		
Fizyolojik	İlk ve ortaöğretim	106	4,43	,46	1,767	,172
	Lisans	166	4,34	,65		
	Lisansüstü	127	4,27	,78		
Estetik	İlk ve ortaöğretim	106	4,44	,36	2,792	,063
	Lisans	166	4,33	,55		
	Lisansüstü	127	4,28	,65		

OneWay ANOVA, $p<0,05$; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S.= Standart Sapma

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, eğitim durumu değişkenine göre serbest zaman doyumunun psikolojik [$F(2,396)=,562$; $p>,05$], eğitimsel [$F(2,396)=2,732$; $p>,05$], sosyal [$F(2,396)=1,272$; $p>,05$], rahatlama [$F(2,396)=,365$; $p>,05$], fizyolojik [$F(2,396)=1,767$; $p>,05$] ve estetik [$F(2,396)=2,792$; $p>,05$] boyutlarında anlamlı

farklılıklar bulunmamıştır. Eğitim düzeyi, bireylerin serbest zaman doyumları üzerinde belirleyici bir faktör değildir. Yani psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama, fizyolojik ve estetik boyutlarda serbest zamanlardan alınan doyum, katılımcıların eğitim seviyesine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bu bulgu, serbest zaman doyumunun eğitimden bağımsız olarak daha çok kişisel ilgi, yaşam tarzı, bireysel tercih ya da sosyoekonomik koşullar gibi başka değişkenlerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir.

Tablo 7. Gelir düzeyi değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Değişken	Gruplar	n	$\bar{X}$	S.S.	F	p	Tukey
Psikolojik	15.001–20.000 TL ^(a)	111	4,12	,70	5,321	,005	b>a
	20.001–25.000 TL ^(b)	178	4,33	,53			
	25.001 TL ve üzeri ^(c)	110	4,28	,66			
Eğitimsel	15.001–20.000 TL	111	4,27	,74	1,264	,283	-
	20.001–25.000 TL	178	4,34	,53			
	25.001 TL ve üzeri	110	4,32	,64			
Sosyal	15.001–20.000 TL	111	4,27	,65	,862	,423	-
	20.001–25.000 TL	178	4,32	,52			
	25.001 TL ve üzeri	110	4,35	,64			
Rahatlama	15.001–20.000 TL	111	4,26	,57	1,152	,317	-
	20.001–25.000 TL	178	4,35	,48			
	25.001 TL ve üzeri	110	4,35	,59			
Fizyolojik	15.001–20.000 TL	111	4,23	,69	2,715	,067	-
	20.001–25.000 TL	178	4,41	,55			
	25.001 TL ve üzeri	110	4,34	,76			
Estetik	15.001–20.000 TL	111	4,28	,60	1,097	,334	-
	20.001–25.000 TL	178	4,38	,47			
	25.001 TL ve üzeri	110	4,35	,61			

OneWay ANOVA, $p<0,05$; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S.= Standart Sapma

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, gelir değişkenine göre serbest zaman doyumunun psikolojik boyutunda anlamlı farklılıklar bulunmuştur [$F(2,396)=5,321$; $p<.01$]. Tukey testi sonuçlarına göre, 20.001–25.000 TL gelir grubundaki katılımcıların psikolojik doyum düzeyleri, 15.001–20.000 TL gelir grubuna göre anlamlı derecede daha yüksektir. Diğer boyutlarda (eğitimsel, sosyal, rahatlama, fizyolojik, estetik) anlamlı bir

farklılık saptanmamıştır ($p>.05$). Yani, belirli bir gelir düzeyi artışı bireylerin serbest zamanlarının psikolojik tatminine katkı sağlamaktadır, fakat bu etki diğer doyum boyutlarında belirgin değildir.

Tablo 8. Günlük boş zaman süresi değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Değişken	Gruplar	n	$\bar{X}$	S.S.	F	p	Tukey
Psikolojik	1–4 saat ^(a)	222	4,21	,67	4,897	,008	b>a, c
	5–6 saat ^(b)	140	4,38	,55			
	7 saat ve üzeri ^(c)	37	4,09	,49			
Eğitimsel	1–4 saat	222	4,32	,62	,257	,774	-
	5–6 saat	140	4,32	,66			
	7 saat ve üzeri	37	4,24	,49			
Sosyal	1–4 saat	222	4,32	,62	,754	,471	-
	5–6 saat	140	4,33	,57			
	7 saat ve üzeri	37	4,20	,50			
Rahatlama	1–4 saat	222	4,31	,57	,231	,794	-
	5–6 saat	140	4,35	,50			
	7 saat ve üzeri	37	4,33	,47			
Fizyolojik	1–4 saat	222	4,33	,69	,622	,538	-
	5–6 saat	140	4,38	,63			
	7 saat ve üzeri	37	4,26	,56			
Estetik	1–4 saat	222	4,33	,60	,495	,610	-
	5–6 saat	140	4,38	,48			
	7 saat ve üzeri	37	4,30	,46			

OneWay ANOVA, $p<0,05$; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S.= Standart Sapma

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, günlük boş zaman süresi değişkenine göre serbest zaman doyumunun psikolojik boyutunda anlamlı farklılıklar bulunmuştur [$F(2,396)=4,897$; $p<.01$]. Tukey testi sonuçlarına göre, 5–6 saat boş zamana sahip olan katılımcıların psikolojik doyum düzeyleri, hem 1–4 saatlik gruptakilere ($p<.05$) hem de 7 saat ve üzeri gruptakilere ($p<.05$) göre anlamlı derecede daha yüksektir. Diğer boyutlarda (eğitimsel, sosyal, rahatlama, fizyolojik, estetik) anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>.05$). Yani, günlük boş zaman süresi psikolojik doyum boyutunu etkilemektedir, ancak diğer doyum boyutlarında belirgin bir farklılık yaratmamaktadır.

Tablo 9. Medeni durum değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Değişken	Gruplar	n	$\bar{X}$	S.S.	t	p
Psikolojik	Evli	115	4,32	0,53	1,37	,173
	Bekar	284	4,23	0,65		
Eğitimsel	Evli	115	4,34	0,52	0,63	,530
	Bekar	284	4,30	0,66		
Sosyal	Evli	115	4,32	0,54	0,13	,899
	Bekar	284	4,31	0,62		
Rahatlama	Evli	115	4,27	0,52	-1,28	,202
	Bekar	284	4,35	0,54		
Fizyolojik	Evli	115	4,32	0,67	-0,44	,658
	Bekar	284	4,35	0,65		
Estetik	Evli	115	4,37	0,54	0,66	,512
	Bekar	284	4,33	0,55		

Bağımsız örneklem t testi, $p < 0,05$; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S. = Standart Sapma

Bağımsız örneklem t-testi sonuçları incelendiğinde, evli ve bekar katılımcılar arasında psikolojik ($t(258,20) = 1,37$, $p = ,173$), eğitimsel ($t(397) = 0,63$, $p = ,530$), sosyal ($t(397) = 0,13$, $p = ,899$), rahatlama ($t(397) = -1,28$, $p = ,202$), fizyolojik ($t(397) = -0,44$, $p = ,658$) ve estetik ($t(397) = 0,66$, $p = ,512$) alt boyut puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bulgular, medeni durumun serbest zaman doyumunu açısından belirleyici bir değişken olmadığını göstermektedir.

Tablo 10. Halkoyunları ile ilgilenme süresi değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Değişken	Gruplar	n	$\bar{X}$	S.S.	F	p	Tukey
Psikolojik	1-5 yıl (a)	146	4,10	,65	6,591	,000	b,c> a
	6-10 yıl (b)	166	4,37	,53			
	11-20 yıl (c)	74	4,36	,65			
	21 yıl ve üzeri (d)	13	4,00	,84			
Eğitimsel	1-5 yıl (a)	146	4,26	,61	4,117	,007	b,c> d
	6-10 yıl (b)	166	4,38	,54			
	11-20 yıl (c)	74	4,37	,72			
	21 yıl ve üzeri (d)	13	3,81	,90			
Sosyal	1-5 yıl (a)	146	4,27	,59	4,788	,003	a,b,c> d
	6-10 yıl (b)	166	4,37	,51			
	11-20 yıl (c)	74	4,37	,66			
	21 yıl ve üzeri (d)	13	3,77	,92			

Tablo 10.(Devam) Halkoyunları ile ilgilenme süresi değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Rahatlama	1-5 yıl (a)	146	4,28	,51	6,525	,000	a,b,c> d
	6-10 yıl (b)	166	4,38	,47			
	11-20 yıl (c)	74	4,40	,61			
	21 yıl ve üzeri (d)	13	3,75	,72			
Fizyolojik	1-5 yıl (a)	146	4,24	,67	6,613	,000	b > a
	6-10 yıl (b)	166	4,44	,51			
	11-20 yıl (c)	74	4,42	,75			a,b,c> d
	21 yıl ve üzeri (d)	13	3,73	1,05			
Estetik	1-5 yıl (a)	146	4,28	,55	5,104	,002	a,b,c> d
	6-10 yıl (b)	166	4,40	,45			
	11-20 yıl (c)	74	4,42	,61			
	21 yıl ve üzeri (d)	13	3,87	,92			

OneWay ANOVA, $p<0,05$; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S.= Standart Sapma

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, halkoyunları ile ilgilenme süresi değişkenine göre serbest zaman doyumunun tüm alt boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Psikolojik boyutta [$F(3,395)=6,591$; $p<,001$], 6-10 yıl ve 11-20 yıl süredir halkoyunları ile ilgilenen katılımcıların doyum düzeyleri 1-5 yıl grubuna göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Eğitimsel boyutta [$F(3,395)=4,117$; $p<,01$], 21 yıl ve üzeri ilgilenme süresine sahip olanların doyumunu, 6-10 yıl ve 11-20 yıl gruplarına göre anlamlı derecede daha düşüktür. Sosyal boyutta [$F(3,395)=4,788$; $p<,01$], 21 yıl ve üzeri grubu diğer tüm gruplardan daha düşük doyum göstermiştir. Rahatlama boyutunda [$F(3,395)=6,525$; $p<,001$], 21 yıl ve üzeri grup yine diğer tüm gruplardan daha düşük bulunmuştur. Fizyolojik boyutta [$F(3,395)=6,613$; $p<,001$], 6-10 yıl grubu 1-5 yıl grubundan daha yüksek doyuma sahipken, 21 yıl ve üzeri grup tüm diğer gruplardan daha düşük bulunmuştur. Estetik boyutta [$F(3,395)=5,104$; $p<,01$], 21 yıl ve üzeri grup diğer tüm gruplardan daha düşük doyum göstermiştir. Genel olarak değerlendirildiğinde, 21 yıl ve üzeri süredir halkoyunları ile ilgilenen katılımcıların serbest zaman doyum düzeyleri tüm alt boyutlarda belirgin biçimde daha düşük çıkarken, 6-10 yıl ve 11-20 yıl ilgilenme süresine sahip grupların özellikle psikolojik, eğitimsel ve fizyolojik doyumlarının görece daha yüksek olduğu görülmektedir; bu da ilgilenme süresi arttıkça serbest zaman doyumunda uzun süreli grupta belirgin bir azalma eğilimi olduğunu göstermektedir.

Tablo 11. Halkoyunları yarışmalarına katılma durumu değişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Değişken	Gruplar	n	$\bar{X}$	S.S.	t	p
Psikolojik	Evet	191	4,33	,63	2,28	,023
	Hayır	208	4,19	,61		
Eğitimsel	Evet	191	4,37	,65	1,86	,063
	Hayır	208	4,26	,59		
Sosyal	Evet	191	4,36	,59	1,47	,143
	Hayır	208	4,27	,59		
Rahatlama	Evet	191	4,33	,53	0,33	,744
	Hayır	208	4,31	,54		
Fizyolojik	Evet	191	4,38	,67	1,31	,193
	Hayır	208	4,30	,64		
Estetik	Evet	191	4,36	,56	0,62	,533
	Hayır	208	4,33	,54		

Bağımsız örneklem t testi, $p < 0,05$; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S. = Standart Sapma

Bağımsız örneklem t-testi sonuçlarına göre, halkoyunları yarışmalarına katılım durumuna göre yalnızca psikolojik doyum boyutunda anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(397)=2,28$; $p<,05$]. Halkoyunları yarışmalarına katılan katılımcıların psikolojik doyum puanları ($\bar{X}=4,33$), katılmayanlara ($\bar{X}=4,19$) göre anlamlı derecede daha yüksektir. Eğitimsel [$t(397)=1,86$; $p=,063$], sosyal [$t(397)=1,47$; $p=,143$], rahatlama [$t(397)=0,33$; $p=,744$], fizyolojik [$t(397)=1,31$; $p=,193$] ve estetik [$t(397)=0,62$; $p=,533$] boyutlarda ise anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Elde edilen bulgular, halkoyunları yarışmalarına katılımın özellikle psikolojik doyum boyutunu anlamlı şekilde artırdığını göstermektedir. Diğer alt boyutlarda (eğitimsel, sosyal, rahatlama, fizyolojik, estetik) katılım durumuna göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu sonuç, halkoyunları yarışmalarına katılımın bireylerin psikolojik doyumlarını güçlendiren bir etken olduğunu, ancak diğer doyum boyutlarında belirleyici olmadığını ortaya koymaktadır.

Tablo 12. Halkoyunları türdeğişkenine göre serbest zaman doyum karşılaştırması

Değişken	Gruplar	n	$\bar{X}$	S.S.	t	p
Psikolojik	Halay	316	4,30	,61	2,86	,004
	Diğer Yöreler	83	4,08	,63		
Eğitimsel	Halay	316	4,34	,60	1,68	,094
	Diğer Yöreler	83	4,21	,69		
Sosyal	Halay	316	4,35	,57	1,97	,049
	Diğer Yöreler	83	4,20	,65		
Rahatlama	Halay	316	4,36	,52	2,69	,007
	Diğer Yöreler	83	4,18	,56		
Fizyolojik	Halay	316	4,38	,63	2,22	,027
	Diğer Yöreler	83	4,20	,73		
Estetik	Halay	316	4,37	,54	1,80	,072
	Diğer Yöreler	83	4,25	,57		

Bağımsız örneklemeler t testi, $p < 0,05$; $\bar{X}$ = Aritmetik Ortalama; S.S.= Standart Sapma

Bağımsız örneklemeler t-testi sonuçlarına göre, halkoyunları türlerine göre bazı alt boyutlarda anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Psikolojik boyutta [$t(397)=2,86$; $p < ,01$], halay oynayan katılımcıların doyum düzeyleri ($\bar{X}=4,30$), diğer yöre oyunlarını oynayanlara ($\bar{X}=4,08$) göre anlamlı derecede yüksektir. Eğitimsel boyutta [$t(397)=1,68$; $p = ,094$], gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Sosyal boyutta [$t(397)=1,97$; $p < ,05$], halay oynayan katılımcılar ($\bar{X}=4,35$), diğer türleri oynayanlara ($\bar{X}=4,20$) göre daha yüksek doyum göstermiştir. Rahatlama boyutunda [$t(397)=2,69$; $p < ,01$], halay oynayanların doyum düzeyleri ($\bar{X}=4,36$), diğer türleri oynayanlara ($\bar{X}=4,18$) göre anlamlı derecede daha yüksektir. Fizyolojik boyutta [$t(397)=2,22$; $p < ,05$], halay oynayanlar ($\bar{X}=4,38$), diğer yöre oyunlarını oynayanlara ($\bar{X}=4,20$) göre daha yüksek doyum sergilemiştir. Estetik boyutta [$t(397)=1,80$; $p = ,072$], gruplar arasında anlamlı farklılık

bulunmamıştır. Dolayısıyla halay oynayan katılımcıların serbest zaman doyum düzeyleri psikolojik, sosyal, rahatlama ve fizyolojik boyutlarda diğer yöre oyunlarını oynayanlara göre daha yüksek çıkmıştır. Eğitimsel ve estetik boyutlarda ise gruplar arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Bu bulgular, halkoyunları türü açısından özellikle halayın bazı doyum boyutlarını güçlendiren bir etken olduğunu göstermektedir.

TARTIŞMA

Yapılan bu araştırma Diyarbakır ili merkez ilçelerinde yer alan halk eğitim merkezlerinde 2024-2025 yılları arasında eğitim alan bireylere yönelik yapılmıştır. Buna göre, katılımcıların sahip oldukları serbest zaman doyum düzeyleri onların betimsel bilgilerine göre karşılaştırılmıştır.

Araştırmada tablo 1 bulgularına göre katılımcıların çoğunluğunu erkekler ve 21–25 yaş grubundakiler oluşturmaktadır. Eğitim düzeyi incelendiğinde ise lise mezunlarının daha yüksek oranda olduğu görülmektedir. Katılımcıların büyük bir kısmının orta gelir grubunda yer aldığı ve günlük boş zaman süresinin genellikle 1–4 saat arasında değiştiği belirlenmiştir. Medeni durum açısından bakıldığında ise bekâr bireylerin daha fazla temsil edildiği dikkat çekmektedir. Halkoyunları ile ilgilenme süresinin çoğunlukla 1–10 yıl arasında yoğunlaştığı, yarışmalara katılım oranlarının ise yaklaşık yarı yarıya olduğu görülmektedir. Ayrıca oynanan yöreler içerisinde halayın belirgin bir üstünlüğe sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

H1: Cinsiyete göre serbest zaman doyum puan ortalaması karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

Tablo 4’teki bulgular, cinsiyet değişkeni ile serbest zaman doyumunun alt boyutları arasındaki farklılıkları incelemiştir. Psikolojik, eğitimsel, sosyal, rahatlama ve fizyolojik boyutlarda kadın ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Rahatlama boyutunda erkeklerin ortalama puanı kadınlara göre biraz daha yüksek olsa da bu fark istatistiksel açıdan anlamlı değildir. Estetik boyutta ise erkeklerin ortalamalarının kadınlara göre daha yüksek olduğu ve bu farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t = -2,169$; $p < 0,05$). Bu bulgu, cinsiyetin yalnızca estetik boyutta etkili olduğunu, diğer boyutlarda belirleyici bir rol oynamadığını göstermektedir. Ekinci (2025) cinsiyetin serbest zaman doyumunu ölçtiği toplam puanı ve alt boyutları üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını belirtmiş, ancak eğitimsel boyutta kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek puan aldığını ifade etmiştir. Orgun (2025a) da cinsiyetin serbest zaman doyumunu üzerinde belirleyici bir

unsur olmadığını rapor etmiştir. Recep (2024) ise cinsiyetin psikolojik sağlık üzerindeki etkisinin sınırlı olduğunu göstermiştir. Bu araştırmanın bulguları, Ekinci (2025), Orgun (2025) ve Recep (2024)'ün sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Yalnızca estetik boyutta anlamlı fark bulunması, önceki çalışmaların genel eğiliminden kısmen ayrılmaktadır. Estetik boyuttaki farklılığın kültürel veya toplumsal beklentilerden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. H1 hipotezi kısmen desteklenmiştir.

H2: Yaş gruplarına göre serbest zaman doyumu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

Tablo 5'teki bulgulara göre psikolojik ve estetik boyutlarda yaş grupları arasında anlamlı farklar vardır. 31 yaş ve üzerindeki katılımcılar, 18–20, 21–25 ve 26–30 yaş gruplarına göre daha yüksek psikolojik doyum göstermiştir. Estetik boyutta da 31 yaş ve üzeri bireylerin, özellikle 21–25 yaş grubuna kıyasla daha yüksek düzeyde doyum yaşadıkları belirlenmiştir. Eğitimsel, sosyal, rahatlama ve fizyolojik boyutlarda anlamlı fark bulunmamıştır.

Tuncer (2023) yaş değişkeni ile serbest zaman doyumu alt boyutları arasında genel olarak anlamlı farklılık olmadığını bildirmiş, ancak 61 yaş ve üzeri katılımcıların psikolojik, eğitimsel, fizyolojik ve rahatlama boyutlarında en yüksek ortalamalara sahip olduğunu belirtmiştir. Yaşartürk ve Bilgin (2019) üniversite hentbolcu öğrenciler üzerinde yaş ile serbest zaman doyumu arasında ilişki bulmamıştır. Mevcut araştırmanın bulguları Tuncer (2023) ile paralellik göstermekte, psikolojik ve estetik boyutlardaki farklılıkları desteklemektedir. Eğitimsel, sosyal, rahatlama ve fizyolojik boyutlarda fark olmaması Yaşartürk ve Bilgin (2019) ile uyumludur. Yaş ilerledikçe bireylerin serbest zaman faaliyetlerinden estetik ve psikolojik olarak daha fazla doyum alması, yaşam deneyimi ve beklentilerin değişmesinden kaynaklanabilir. H2 hipotezi kısmen desteklenmiştir.

H3: Eğitim düzeyine göre serbest zaman doyumu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

Tablo 6'daki bulgular, tüm boyutlarda eğitim grupları arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir. Dikici (2020), Beşikçi (2016) ve Özdemir (2019) de serbest zaman doyumunun eğitim düzeyine göre farklılaşmadığını bildirmiştir. Mevcut bulgular, Dikici (2020), Beşikçi (2016) ve Özdemir (2019)'un bulgularıyla paralellik göstermektedir. Eğitim düzeyinin serbest zaman doyumunu belirlemede önemli bir

değişken olmaması, bireylerin boş zaman faaliyetlerinde kişisel ilgi ve motivasyonlarının daha baskın rol oynamasından kaynaklanabilir. H3 hipotezi desteklenmemiştir.

H4: Gelir düzeyine göre serbest zaman doyumu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

Tablo 7’de psikolojik boyutta anlamlı bir fark saptanmıştır. 20.001–25.000 TL gelir grubunun psikolojik doyumu, 15.001–20.000 TL grubuna göre daha yüksektir. Diğer boyutlarda fark bulunmamıştır. Serdar (2020) doktora tezinde, katılımcıların refah düzeylerinin SZDÖ üzerindeki temel etkisinin anlamlı bulunmadığını ortaya koymuştur. Süngericioğlu (2024a) ise yalnızca belirli psikolojik çıktılarda sınırlı etki olabileceğini belirtmiştir. Mevcut bulgular, Serdar (2020) ve Süngericioğlu (2024a) ile paraleldir. Gelir artışı, bireylerin serbest zaman etkinliklerinden sağladıkları psikolojik faydayı artırabilir. H4 hipotezi kısmen desteklenmiştir.

H5: Günlük serbest zaman süresine göre serbest zaman doyumu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

Tablo 8’de, psikolojik boyutta anlamlı fark vardır; 5–6 saat Günlük serbest zamanı olanların psikolojik doyumu, 1–4 saat ve 7 saat ve üzeri gruplara göre daha yüksektir. Diğer boyutlarda fark yoktur. Süngericioğlu (2024b) haftalık spor yapma sıklığı arttıkça serbest zaman doyumunun yükseldiğini bulmuştur. Bu bulgu Süngericioğlu (2024b) ile uyumludur. Boş zaman süresinin orta düzeyde olması, etkinliklerin psikolojik tatmin yaratma potansiyelini artırmış olabilir. H5 hipotezi kısmen desteklenmiştir.

H6: Medeni duruma göre serbest zaman doyumu puan ortalaması karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

Tablo 9’daki t-testi sonuçları, evli ve bekarlar arasında tüm boyutlarda anlamlı fark olmadığını göstermektedir. Orgun (2025b) ve Köksal (2019) da medeni durumun serbest zaman doyumu üzerinde etkili olmadığını rapor etmiştir. Ayrıca, Güvendi (2023) çalışmasında, medeni durumun serbest zaman doyumu ve rekreatif etkinliklere katılım üzerindeki engelleyici etkisinde herhangi bir istatistiksel değişiklik gözlemlenmemiştir. Mevcut bulgular literatürle paraleldir. Medeni durumun etkisizliği, bireylerin boş zaman tercihlerini kişisel faktörlerin şekillendirdiğini göstermektedir. Medeni durum faktörüne bağlı olarak serbest zaman doyumu ve rekreatif etkinliklere katılımın engel boyutlarında istatistikî bir değişim gözlenmemiştir. H6 hipotezi desteklenmemiştir.

H7: Halkoyunlarıyla ilgilenme süresine göre serbest zaman doyumu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

Tablo 10'a göre, orta düzeyde (6–10 yıl ve 11–20 yıl) ilgilenen gruplar özellikle psikolojik, eğitimsel ve fizyolojik doyumlarda daha yüksek puanlar almıştır. Buna karşın, 21 yıl ve üzeri ilgilenme süresine sahip gruplarda doyumun azaldığı görülmüştür. Uzun süreli ilgilenmenin doyumu azaltması, monotonluk veya fiziksel yorgunluktan kaynaklanabilir. Benzer şekilde, Çakal 2021b serbest zaman doyum düzeylerinin kurumda çalışma süresine göre farklılık gösterdiğini tespit etmiştir. Özellikle “psikolojik”, “eğitimsel”, “sosyal”, “rahatlama” ve “estetik” alt boyutlarda, daha kısa süre (1 yıldan az veya 2–5 yıl) çalışan katılımcıların, 16 yıldan fazla çalışanlara kıyasla daha yüksek ortalama puanlara sahip olduğu belirlenmiştir. Nalbant 2022 çalışmasında ise, anlamlı fark gösteren alt boyutlarda, dört yıl ve daha uzun süre kulüp üyeliğine sahip katılımcıların ortalama puanları, daha kısa süreli üyelere göre anlamlı biçimde daha yüksek bulunmuştur. Bu iki bulgu birlikte, kısa süreli aktivitelerin veya çalışmaların doyumu artırırken, uzun süreli deneyimlerin doyumu azaltabileceğini göstermektedir. Dolayısıyla, H7 hipotezi desteklenmektedir.

H8: Halkoyunları yarışmalarına katılım durumuna göre serbest zaman doyumu puan ortalaması karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

Tablo 11'e göre, yalnızca psikolojik boyutta anlamlı bir fark bulunmaktadır; yarışmalara katılan katılımcıların puanları, katılmayanlara göre daha yüksektir. Diğer boyutlarda ise herhangi bir fark gözlenmemiştir. Bu bulgular, katılımın psikolojik doyum üzerinde belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir. Benzer şekilde, İnalkaç (2023) doktora tezinde gerçekleştirilen bağımsız gruplar t-testi sonuçlarına ($t = 4,934$; $p = 0,000$) göre, katılımcıların Türk halk oyunlarına ilişkin deneyim sahibi olma veya olmama durumlarına göre tutum ortalama puanları incelenmiştir. Analiz bulguları, deneyim sahibi olduğunu belirten katılımcıların ortalama puanının ($X = 52,01$), deneyimi olmayan katılımcıların ortalama puanından ($X = 46,26$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıca, Sönmez'in (2020b) gerçekleştirdiği araştırmanın bulgularıyla da uyumludur. Sönmez'in çalışmasında, serbest zaman aktivitelerine katılım yerinin farklılığına göre elde edilen veriler incelendiğinde, “SZDÖ”nün psikolojik alt boyut puanlarının, okul içi etkinliklere katılan bireylerde diğer gruplara kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular, psikolojik doyumun

etkinlik ortamı veya etkinlik içeriğine bağlı olarak değişebileceğini göstermektedir ve çalışmadaki bulgularla tutarlılık taşımaktadır. Dolayısıyla, Hipotez 8 desteklenmiştir.

H9: Oynanan halkoyunu türlerine göre serbest zaman doyumu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

Tablo 12'ye göre, halkoyunu türlerinden Halay, psikolojik, sosyal, rahatlama ve fizyolojik boyutlarda diğer türlere kıyasla daha yüksek doyum düzeyine sahiptir; eğitimsel ve estetik boyutlarda ise anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Benzer şekilde, Sönmez (2020c) tarafından yapılan bir başka çalışmada, üniversite türü değişkenine göre yapılan analizlerde vakıf üniversitelerindeki katılımcıların “SZDÖ” alt boyut puanlarının kamu üniversitelerine göre daha yüksek ortalamalar gösterdiği tespit edilmiştir. Bu durum, vakıf üniversitelerinin serbest zaman aktivitelerine daha fazla kaynak ayırması ve öğrencilere bu etkinliklere katılım için daha geniş olanaklar sunmasıyla açıklanabilir. Ayrıca vakıf üniversitelerinde daha fazla serbest zaman aktivitesi düzenlenmesi ve üniversite çevresindeki bu tür etkinliklerin kolaylaştırılması, öğrencilerin katılımını artırmaktadır. Her iki bulgu da, sosyal ve psikolojik doyumun, ortamın ve etkinliklerin yapısına bağlı olarak farklılık gösterebileceğini ve bu tür aktivitelerin bireylerin motivasyon ve tatmin düzeyinde önemli rol oynayabileceğini göstermektedir. Böylece hem serbest zaman aktivitelerinin niteliği hem de bu aktivitelerin sunulduğu ortam, bireylerin doyum düzeyini etkileyen önemli faktörler olarak öne çıkmaktadır.

SONUÇ

Bu araştırmada Diyarbakır ili merkezi halk eğitim kurumlarında halk oyunları faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman doyum düzeyleri ve bu düzeylerin çeşitli değişkenlere göre farklılaşması incelenmiştir. Araştırma, halkoyunlarının bireylerin serbest zaman doyumuna önemli bir katkı sunduğunu ortaya koymuştur. Demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir, medeni durum ve günlük boş zaman süresi) genel olarak sınırlı düzeyde açıklayıcılık göstermiştir denebilir. Bu bulgu, serbest zaman doyumunun tek başına sosyo-demografik farklılıklarla açıklanamayacağını; bireylerin kültürel katılımlarının anlamlandırılma biçimleri, öznel motivasyonları ve etkinliğe atfettikleri değerler gibi daha derin, deneyimsel unsurların belirleyici olduğunu düşündürmektedir. Nitekim cinsiyete ilişkin farkın yalnızca “estetik” boyutta ortaya çıkması ve diğer boyutlarda anlamlı farklılaşma görülmemesi, doyumun duygu, anlam ve performans algısı üzerinden şekillenen çok katmanlı yapısına işaret etmektedir. Benzer şekilde, yaşa ilişkin farkların seçili boyutlarla sınırlı kalması (psikolojik ve estetik) ve 31 yaş ve üzeri katılımcıların bu boyutlarda daha yüksek doyum bildirmesi, yaşam deneyimi ve beklenti yönetiminin, serbest zaman deneyimlerinin algılanışında önemli bir arka plan sunduğunu göstermektedir.

Araştırmanın en güçlü bulgularından biri, halkoyunlarıyla ilgilenme süresi ve katılım biçiminin doyum üzerindeki belirleyiciliğidir. Orta düzeyde ve aktif katılım, özellikle psikolojik ve sosyal boyutlarda daha yüksek tatminle ilişkilidir. Bu durum, ritmik, eşzamanlı ve grup temelli bir etkinlik olan halkoyunlarının, katılımcılara başarı ve yeterlik duygusu, aidiyet hissi ve karşılıklı destek deneyimi sağladığını düşündürmektedir. Öte yandan çok uzun süreli veya pasif katılımın zamanla doyumda azalma eğilimine yol açabilmesi, monotonlaşma, fiziksel yorgunluk ya da rol içi doyum gibi süreçlerin devreye girebileceğini ima etmektedir. Dolayısıyla, katılımın “süreklilik–çeşitlilik–etkinlik yoğunluğu” dengesi içinde tasarlanması, doyumun sürdürülebilirliği açısından kritik görünmektedir.

Psikolojik tatminin özellikle belirgin olması, halkoyunlarının yalnızca fiziksel hareketliliğe indirgenemeyecek bir kültürel deneyim sunduğunu ortaya koymaktadır. Katılımcılar, müzik–ritim–figür etkileşimi üzerinden estetik bir haz yaşarken, eşli ve grup halinde icra edilen yapıda sosyal paylaşım ve karşılıklı uyum süreçleriyle güçlenen bir

aidiyet hissi edinmektedir. Bu çok boyutlu yapı, serbest zamanın psikolojik iyi oluşla temas eden yönlerini (rahatlama, anlam bulma, kendini gerçekleştirme) harekete geçirerek doyumu yükseltmektedir. Yarışmalara katılımın psikolojik boyutta ek bir artışla ilişkilendirilmesi de hedef belirleme, performans geri bildirimi ve başarı deneyiminin, motivasyonel iklimi zenginleştirerek tatmini pekiştirebildiğine işaret etmektedir.

Araştırmada öne çıkan bir diğer nokta, oynanan halk oyunu türleri arasındaki farklardır. Halay türünün, psikolojik, sosyal, rahatlama ve fizyolojik boyutlarda daha yüksek doyumla ilişkilendirilmesi; ortak ritim, basit-öğrenilebilir figürler ve geniş katılıma uygun formu sayesinde grupta eşzamanlılık ve “akış” hissini kolaylaştırdığına yorulabilir. Bu yapı, katılımcıların öz-etkinlik algısını güçlendirirken, grup içi etkileşim ve birlikte başarma duygusunu görünür kılarak hem sosyal hem fizyolojik boyutlarda algılanan doyumu artırmaktadır. Eğitimsel ve estetik boyutlarda fark görülmemesi ise, bu alanlarda bireysel beklentiler ve performans standartlarının oyundan bağımsız olarak daha fazla rol oynayabildiğini düşündürmektedir.

Zaman ve kaynaklara ilişkin bulgular da dikkat çekicidir. Günlük 5–6 saatlik serbest zaman penceresinin psikolojik doyumu artırması, “optimum doz” hipoteziyle uyumludur: Çok az serbest zaman, düzenli katılım ve derinleşme için fırsatı sınırlarken; aşırı uzun süre ise dağılma, hedef belirsizliği veya aşırı yorgunlukla sonuçlanabilir. Gelir değişkeninde yalnızca belirli bir Aralıkta (20.001–25.000 TL) psikolojik boyutta fark gözlenmesi, ekonomik kaynakların erişim ve imkânları artırarak öznel yarar algısını desteklediğini; fakat bu farklılığın tüm boyutlara genellemediğini düşündürmektedir. Eğitim düzeyinin ve medeni durumun tüm boyutlarda sınırlı ya da etkisiz kalması ise, serbest zamanın anlamlandırılmasında sosyal statü göstergelerinden çok deneyimsel kalite ve katılım biçiminin belirleyici olduğuna işaret eder niteliktedir.

ÖNERİLER

Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda, alandaki uygulayıcılara ve gelecekteki araştırmaları yürütecek akademisyenlere yönelik öneriler aşağıda sunulmuştur. Araştırma bulgularına dayanarak öneriler şöyledir:

- Belediyeler ve üniversiteler, farklı yaş gruplarına yönelik düzenli halkoyunları kursları ve atölyeleri açarak katılımı teşvik etmelidir.
- Yıl içinde farklı yörelerin oyunlarını içeren kısa süreli ve tematik programlar hazırlanarak tekdüzeliğin önüne geçilmelidir.

- Psikolojik tatmini artırmak için amatör düzeyde halkoyunları gösterileri, festivalleri veya dostluk yarışmaları düzenlenmelidir.
- Katılımcıların seviyelerine göre (başlangıç, orta, ileri) esnek gruplar oluşturularak motivasyon ve devamlılık sağlanmalıdır.
- Halkoyunları etkinlikleri, açık hava parkları veya topluluk merkezleri gibi sosyal etkileşimi artıran mekânlarda gerçekleştirilmelidir.



KAYNAKÇA

- Adam, B. (1990a). *Time And Social Theory*. Cambridge: Polity Press.
- Adam, B. (1990b). *Time And Social Theory*. Cambridge: Polity Press.
- Akatay, A. (2003). Örgütlerde Zaman Yönetimi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi(10), 281-300
- Akış, S. (2009a). *Türk Halk Oyunlarında Tür Sorunu* (Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Folklor ve Müzikoloji Anabilim Dalı).
- Akış, S. (2009b). *Türk Halk Oyunlarında Tür Sorunu* (Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Folklor ve Müzikoloji Anabilim Dalı).
- Akış, S. (2024a). Elâzığ ve Diyarbakır İllerinde Oynanan Çepik Oyununun Hareket ve Müzik Bağlamında Karşılaştırmalı Analizi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(149), 64–78. <https://doi.org/10.29228/ASOS.74852>
- Akış, S. (2024b). Elâzığ’da Oynanan Temurağa(Temirağa) Oyununun Hareket Analizi. *Yegah Müzikoloji Dergisi*, 7(1), 15–34.
- Akış, S. (2024c). Türk halk oyunlarında taklit unsuruna dair notlar. *RumeliDE Dil ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, (Ö14), 841-852. DOI: 10.29000/rumelide.1455640.
- Alyansoğlu, F. (1995). *Bireylerin Sosyalleşmesinde Halk Oyunlarının Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Güzel Sanatlar Ana Sanat Dalı, Musiki Sanat Dalı, Türk Halk Oyunları Alanı, İstanbul.
- And, M. (1977). *Oyun ve Bügü: Türk Kültüründe Oyun Kavramı*. İstanbul: Bilgi Yayınevi.
- And, M. (2003). *Oyun ve bügü: Türk kültüründe oyun kavramı* (4. baskı). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Argan, M. Gürbüz, B. (2013). *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Aristotle. (1995). *Politics*(E. Barker, Trans.). Oxford: Oxford University Press.
- Aristotle. (2009). *Nicomachean Ethics* (W. D. Ross, Trans.). Oxford: Oxford University Press.
- Aslan, M. K. (2023). *Halk Oyunları Antrenörlerinin Genel Öz Yeterlilik Algıları ve Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktılarını İnceleme: Diyarbakır İli Örneği*

- (Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Elazığ.
- Aydın, S. (2019a). *Halk Bilimi Gösteri Sanatları: Halk Oyunları, Folklor Ve Türkülerimiz*. İstanbul: Ötüken Yayınları.
- Aydın, S. (2019b). *Halk Bilimi Gösteri Sanatları: Halk Oyunları, Folklor Ve Türkülerimiz*. İstanbul: Ötüken Yayınları.
- Aykan, E. Özçelik, Z. (2020). Mesai İçi ve Dışı Boş Zaman Davranışlarının Yönetimi: Teorik Çerçeve. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(1). <https://doi.org/10.1694/7215>
- Bahadır, M. (2016). Antikçağ'dan Günümüze Boş Zaman Üzerine Bir Değerlendirme. *ETÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 103–116.
- Bali, A. (2017a). Halk Oyunları Üzerine Halk bilimsel Bir Araştırma: Mersin İli Silifke İlçesi Örneği. *Karadeniz*, 33.
- Bali, A. (2017b). Halk oyunları üzerine halk bilimsel bir araştırma: Mersin ili Silifke ilçesi örneği. *Karadeniz*, 33, 78.
- Beard, J. G. & Ragheb, M. G. (1980). Measuring Leisure Satisfaction. *Journal Of Leisure Research*, 12(1), 20–33.
- Beşikçi, T. (2016). Macera rekreasyonunda heyecan arayışı, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman tatmini arasındaki ilişkinin incelenmesi: Çok hafif hava araçları (ÇHHA) pilot örneği. Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Blyton, P., Hassard, J., Hill, S., & Starkey, K. (Eds.). (1989). *Zaman, İş ve Organizasyon*. Routledge.
- Bozyiğit, H. (2021). 10.Sınıf Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine ve Halk Oyunlarına Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (Hatay İli Örneği). Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi.
- Covey, S. R. (2009). *Habits Of Highly Effective Leaders People* (3rd Rev. Ed.). New York: Simon & Schuster.
- Cönger, M. (1987). *Milli Oyun Çalışmaları*. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Çakal, B. (2021a). *Serbest zaman doyumu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki: Manisa Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hastanesi örneği* (Yüksek lisans tezi, Manisa Celal

- Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı). Manisa, Türkiye.
- Çakal, B. (2021b). *Serbest zaman doyumu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki: Manisa Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hastanesi örneği* (Yüksek lisans tezi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı). Manisa, Türkiye.
- Çelebi, A. (1991). *Türk Halk Oyunları Eğitici ve Öğrencilerinin Türk Halk Oyunlarını Nasıl Algıladıklarına İlişkin Bir Araştırma: İzmir İli Örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Çelebi, M. (2020). 15–19 Yaş Karate Sporcularının Serbest Zaman Doyum Düzeylerinin İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 256–266.
- Çetinkalp, C. O. (t.y.). *Türk halk oyunlarının sınıflandırılması (Tür ve biçim)*. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Halk Oyunları Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Dinçer, B. (2024). *Üniversite öğrencilerinde serbest zaman doyumu ile üniversiteye uyum arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Doğan, P. K. & Yetim, A. A. (2011). Halk Oyunlarının Sosyal Bütünleşmeye Etkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, XVI(3), 27–48.
- Dumazedier, J. (1967). *Toward A Society Of Leisure*. New York: FreePress.
- Dumazedier, J. (1967a). *Toward A Society Of Leisure*. New York: FreePress.
- Ekici, M. (1999) Türk Halk Kül Türü Araştırmalarında Dün, Bugün ve Yarın, Halk bilimi dergisi.
- Ekinci, K. (2024). Ege ve Orta Karadeniz’de öğrenim gören Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman doyumu ve üniversite yaşamlarına uyumlarının karşılaştırılması (Yüksek lisans tezi). Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Ekmekçioğlu, İ. Bekar, C., & Kaplan, M. (2001). *Türk Halk Oyunları*. İstanbul: Esin Yayınevi.
- Eroğlu, T. (1999). *Halk oyunları el kitabı*. Mars Basım Hizmetleri.
- Eroğlu, T. (2010a). *Türk dans antropolojisine giriş*. Ankara: Yurt Renkleri Yayınları.
- Eroğlu, T. (2010b). *Türk dans antropolojisine giriş*. Ankara: Yurt Renkleri Yayınları.

- Eroğlu, T. (2017). Halk Oyunlarının Temel Özellik, Tür ve Dağılım Bakımından İncelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(42), 67–78.
- Ertural, G. N. (2003). *Türk Halk Oyunlarının Sağlık Alanında Yaşam Kalitesini Yükseltme İşlevi*. Ege Üniversitesi, Türk Dünyası Araştırmaları Enstitüsü, Türk Halk Bilimi Anabilim Dalı, Ankara: Millî Folklor Yayınları.
- Ertural, G. N., & Ertural, M. S. (2009). Halk Oyunları İcralarının Otistik Bireylerin İletişimsel Gelişimine ve Sosyalleşme Sürecine Etkisi Üzerine Bir Deneme. Ege Üniversitesi, Türk Dünyası Araştırmaları Enstitüsü, Türk Halk Bilimi Anabilim Dalı; Gaziantep Üniversitesi, Türk Musikisi Devlet Konservatuvarı, Türk Halk Oyunları Bölümü.
- Ertural, M. S. (2006). *Gaziantep Halk Oyunları Üzerine Bir İnceleme* (Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi, Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı, Gaziantep.
- Giddens, A. (1991). *Modernity And Self-Identity: Self And Society In The Late Modern Age*. Stanford: Stanford University Press.
- Godbey, G., Crawford, D. W., Shen, X. S. (2015). Assessing hierarchical leisure constraints theory after two decades. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 26(1), 114–129.
- Gökçe, H. (2008). *Serbest Zaman Doyumunun Yaşam Doyumu ve Sosyo-Demografik Değişkenlerle İlişkisinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Yayımlanmamış). Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Gökçe, H., & Orhan, K. (2011). Serbest Zaman Doyum Ölçeğinin Türkçe Geçerlilik Güvenirlilik Çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(4), 139–145.
- Gülbeyaz, K. (2018a). *Hareket Bilimi ve Kültürel Açısından Türk Halk Oyunlarının İncelenmesi (Türkiye Örneği)* (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Gülbeyaz, K. (2018b). *Hareket Bilimi ve Kültürel Açısından Türk Halk Oyunlarının İncelenmesi (Türkiye Örneği)* (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Gülbeyaz, K. (2021). VII. Uluslararası Müzik ve Dans Kongresi Bildiriler Kitabı, 28–30 Mayıs 2021, Çeşme.
- Güven, U. Z. (2019). Toplumsal Dönüşüm Çerçevesinde Değişen Anlam ve Kullanımlarıyla “Boş Zaman” Sosyolojisi. *DTCF Dergisi*, 59(2), 1125–1148.
- Güvendi, E. B. (2023). *Devlet ve özel öğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin serbest zaman doyumu ve rekreatif etkinliklere katılım engellerinin incelenmesi*

- (Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı). Konya.
- Hadi, G., Erdem, B., & Duman, E. (2021). Sportif Rekreatif Aktiviteye Katılan Bireylerin Serbest Zaman Doyum Düzeyleri ve Optimal Performans Duygu Durumlarının Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 32(1), 10-19. <https://doi.org/10.17644/sbd.702867>
- Hadi, G., Erdem, B., & Duman, E. (2021). Sportif Rekreatif Aktiviteye Katılan Bireylerin Serbest Zaman Doyum Düzeyleri ve Optimal Performans Duygu Durumlarının Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 32(1), 10-19. <https://doi.org/10.17644/sbd.702867>
- Hanna, J. L. (1987). *ToDance Is Human: A Theory Of Nonverbal Communication*. University Of Chicago Press. Erişim: <https://books.google.com.tr/books?id=7yrqnpf0cc&pg=PA113&dq=To+Dance+Is+Human>
- Hassan, R. (2006). *Chronopolitics: On Time AndPower*. London: Routledge.
- Hassan, R. (2006). *Chronopolitics: On Time AndPower*. London: Routledge.
- Henderson, K. (2010). Leisure Studies In The 21st Century: TheSky Is Falling? *Leisure Sciences*, 32(4), 391–400.
- Hodder, I. (2006). *Çatalhöyük, Leoparın Öyküsü* (D. Şendil, Çev.). İstanbul: Yapıkredi Yayınları.
- Huizinga, J. (2019). *Homo Ludens: Oyunun Toplumsal İşlevi Üzerine Bir Deneme*. (Çev. M. Aydın). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Idyllarbor, Inc. (2002). *LeisureMotivationScale*. <https://idyllarbor.com/Product/Leisure-Motivation-Scale/>
- İnalkaç, O. (2023). *Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının Türk halk oyunları dersine yönelik tutumları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki* (Doktora tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). Sakarya, Türkiye.
- Karadağ, H. (2019). *Sivas Yöresi Halk Oyunlarının Müzikal ve Ritimsel Yönden İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Müzik Anabilim Dalı, Sivas.

- Karademir, M. B. (2016). *Halkoyunlarında Antrenör Liderlik Davranışlarının Oyuncuların Başarı Motivasyonları Üzerindeki Etkisinin Belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Düzce Üniversitesi, Düzce.
- Karaküçük, S. (1995). *Rekreasyon, Boş Zaman Değerlendirme*. Ankara: Seren Matbaacılık.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (26. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kaş, S. Y. (2024). *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zaman doyumu ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Kelly, J. R. (1996). *Leisure*. Boston: Allyn&Bacon.
- Keskin, E. (1988a). Sahneleme üzerine. Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Mifad.
- Keskin, E. (1988b). Sahneleme üzerine. Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Mifad.
- Kocaman, M. (2024). *Spor merkezi üyelerinin serbest zaman doyumu, benlik saygısı ve fiziksel görünüş mükemmeliyetçiliği düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı). Konya.
- Koçkar, M. T. (1998). *Dans ve Halk Dansları*. Ankara: Bağırhan.
- Korkutata, A., & Sönmez, M. (2016). Rekreatif Bir Faaliyet Olarak Halk Oyunları Hareket / Kas İlişkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(8), 2817–2841.
- Kovacs, A. (2007). Theleisurepersonality: Relationships between personality, leisuresatisfaction, and life satisfaction [Unpublisheddoctoraldissertation]. Indiana University, School of Health, Physical Educationand Recreation.
- Köksal, Gürkan (2019). Serbest Zaman Doyumu ile Yaşam Tatmini ilişkisi: Beden Eğitimi Öğretmenleri Örneği. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.

- Küçük, İ. E., Acet, C., & Alptekin, E. (2024). Türk halkoyunları, dans terapisi ve halk hekimliği kavramları arasındaki ilişkiler. *Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Dergisi*, 318. ISSN: 2651-4818.
- MEB. (2004). *Millî Eğitimde Bir Kültür Aktarım Alanı Olarak Halk Oyunları (Dansları) ve Beden Eğitimi Öğretmenliği*. Milli Eğitim Dergisi. Erişim Tarihi: 9 Nisan 2024.
- Metin, C. T. (2013). *Boş Zaman Literatürünün Dünyadaki Gelişimi: Leisurescience Dergisinde Yayımlanan Makaleler Üzerine Bir İnceleme*(Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı, Eskişehir.
- Meyerson, M. (2012). *Time In Language And Thought: Interdisciplinary Perspectives*. Berlin: Springer.
- Neulinger, J. (1974a). *The Psychology Of Leisure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Neulinger, J. (1974b). *The Psychology Of Leisure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Orgun, M. C. (2025). *Serbest zaman doyumu ve iş motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi: Hemşireler üzerine bir araştırma* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Orgun, M. C. (2025). *Serbest zaman doyumu ve iş motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi: Hemşireler üzerine bir araştırma* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Öngel H.B, Hacıbekiroğlu E. Türk Halk Oyunları Yöre Oyunları Öğreticisi Yetiştirme Kursu, Halk Oyunları Öğretim Yöntemleri Ders Notları. Ankara: M.E.B. Çıraklık ve Yaygın Eğitim Genel Müdürlüğü Kurslar Şubesi; 1996.
- Özbilgi, S. (2019). *Türkiye’de halk oyunları olgusuna akademik bakış: Lisansüstü tez çalışmalarının içerik analizi* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Halk Oyunları Anabilim Dalı, İzmir.
- Özbilgin, M. Ö. (1995a). *Türk Halk Oyunlarında Tür ve Biçim Sorunu*(Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Halk Oyunları Anabilim Dalı, İzmir.
- Özbilgin, M. Ö. (1995b). *Türk Halk Oyunlarında Tür ve Biçim Sorunu*(Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Halk Oyunları Anabilim Dalı, İzmir.

- Özbilgin, M. Ö. (1995c). *Türk Halk Oyunlarında Tür ve Biçim Sorunu*(Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Halk Oyunları Anabilim Dalı, İzmir.
- Özdemir, Ş. (2019). Büyük ölçekli fitness merkezi kullanıcılarının tatmininin, ilgilenim ve mutluluk düzeylerine etkisinin belirlenmesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, T. (2025). *Türk ve yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyumu ve mutluluk düzeylerinin karşılaştırılması*. Gümüşhane Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Öztürk, Y. (2023). *Fitness katılımcılarının boş zaman ilgilenimlerinin serbest zaman doyumu üzerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri).
- Öztürkmen, A. (2016). *Türkiye’de folklor ve milliyetçilik* (6. baskı). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Recep, A. A. (2024). *Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman doyumu ve psikolojik sağlık ilişkilerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın.
- Sarpkaya, S. (2022) Türk Dünyası Geleneksel Oyunlarından “Mor Menekşe’nin Sözel Dokusu ve Oynanışında Mitoloji ve Hayat.
- Seigenthaler, K. (1997). Healthbenefits of leisure. *Parksand Recreation*, 32(1), 24-31.
- Selbie, J. (2021). *ThePhysics Of God: How The Deepest Theories Of Science Explain ReligionAnd How TheDeepestTruths Of Religion Explain Science*. Red Wheel/Weiser.
- Serdar, E. (2020). *Serbest zaman tutumu, serbest zaman doyumu ve rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları arasındaki ilişki* (Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yönetimi Bilimleri Anabilim Dalı, Spor Yöneticiliği Doktora Programı). İstanbul
- Soykan, Ö. (2019a). *Halk Oyunlarının Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri VeÖzgüven Düzeylerine Etkisi*(Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Sakarya.

- Soykan, Ö. (2019b). *Halk Oyunlarının Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Ve Özgülven Düzeylerine Etkisi*(Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Sakarya.
- Sönmez, A. (2020a). Üniversite öğrencilerinde serbest zaman doyumu ile üniversite yaşamına uyum ilişkisinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sönmez, A. (2020b). *Üniversite öğrencilerinde serbest zaman doyumu ile üniversite yaşamına uyum ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü). Ankara, Türkiye.
- Sönmez, A. (2020c). *Üniversite öğrencilerinde serbest zaman doyumu ile üniversite yaşamına uyum ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü). Ankara, Türkiye.
- Süngericioğlu, A. (2024a). *Spor işletmelerinden hizmet alan bireylerin serbest zaman doyumu ile mental iyi oluş ilişkisinde hizmet kalitesi algısının düzenleyici rolünün incelenmesi* (Doktora tezi). İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Süngericioğlu, A. (2024b). *Spor işletmelerinden hizmet alan bireylerin serbest zaman doyumu ile mental iyi oluş ilişkisinde hizmet kalitesi algısının düzenleyici rolünün incelenmesi* (Doktora tezi). İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Süzer, M. (2000). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıkları. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(8), 123–133.
- Şahin, M. (2011). Türk Halk Oyunları Türlerine Göre Asma Davulun Yapısal Olarak ve Çalım Teknikleri Açısından İncelenmesi. *Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E Dergisi*, 27.
- Şiraz, M. (2008). Türk Halk Oyunlarıyla İlgilenen Bireylerin Halk Oyunlarına Yöneliş Sebepleri. *Yüksek Lisans Tezi*, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Konya.
- Şirin, H. D. Şirin, E. F. (Yıl). Serbest zaman doyumunun belirlenmesinde egzersiz ortamında algılanan özerklik desteği ve egzersizde temel psikolojik ihtiyaçların rolü: Fitness merkezleri üzerine bir çalışma. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(2), 362-385.

- Tan, N. (1985). Folklor: Halk Bilimi Hakkında Genel Bilgiler. *Halk Kültürü Dergisi*, 23–31. İstanbul.
- Tanyol, C. (1961). Türk Kültüründe Oyunun Önemi. *Türk Folklor Araştırmaları Dergisi*, 7.
- TDK (2024). Türk Dil Kurmu TDK, TDK, Erişim tarihi: 21 Nisan 2024. <https://sozluk.gov.tr/>
- TDK (2025). Türk Dil Kurmu TDK, Erişim tarihi 22 Ocak 2025. <https://sozluk.gov.tr/>
- TDK (2025). Türk Dil Kurmu TDK, Erişim tarihi 15 Mart 2025. <https://sozluk.gov.tr/>
- TDK (2025). Türk Dil Kurmu TDK, TDK, Erişim tarihi: 20 şubat 2024. <https://sozluk.gov.tr/>
- Tohumat, M., & Arabacı, R. (2017). Halk Oyunları Çalışmalarının Çocukların Fiziksel Uygunluklarına Etkisi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, Malatya.
- Topakakaya, A. (2012). Zaman Kavramı Bağlamında Platon-Aristoteles Karşılaştırması. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(Mayıs), 219–232.
- Torkildsen, G. (1999). *Leisure And Recreation Management* (4th Ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203477571>
- Torkildsen, G. (2005a). *Leisure And Recreation Management* (5th Ed.). London: Routledge.
- Torkildsen, G. (2005b). *Leisure And Recreation Management* (5th Ed.). London: Routledge.
- Tuncer, E. (2023). Akademik personelin rekreasyonda algılanan sağlık çıktıları ve serbest zaman doyumu düzeylerinin incelenmesi (Necmettin Erbakan Üniversitesi örneği) (Yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Turan, Z. (2001). *Türk halk oyunları türlerinden halayların yapısal özellikleri* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Halk Oyunları Anabilim Dalı, Manisa.
- Turhan, M. (2022). *Spor merkezlerine üye bireylerin serbest zaman doyumu ile mental iyi oluş arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı). Mersin.
- Türkiye Halk Oyunları Federasyonu. (2025, 11 Temmuz). www.thof.gov.tr

- Wang, E. S.-T., Chen, L. S.-L., Lin, J. Y.-C., & Wang, M. C.-H. (2008). There lationship betweenleisuresatisfactionand life satisfaction of adolescentsconcerning online games. *LibraPublishers*, 43, 169.
- Wu, Z., Liu, Y., Zhang, Q., Wu, K., Zhang, M., & Ma, S. (2019). Theinfluence of imagesearchintents on userbehaviorandsatisfaction. In*Proceedings of theTwelfth ACM*
- Yaşartürk., F. & Bilgin, B. (2019). Üniversitede öğrenim gören hentbolcuların serbest zaman tatmin ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *İnternational Journal of Contemporary Educational Studies* 4(2): 50-60.
- Yetim, G. (2014). *Boş Zaman İlgileniminin Boş Zaman Tatmini ve Sadakati Üzerine Etkisi: Eskişehir'deki Fitnes Merkezleri Üzerine Araştırma*(Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi veSpor Anabilim Dalı, Eskişehir.

EKLER

EK 1. ORJİNALLİK RAPORU FORMU

 ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ YÜKSEK LİSANS / DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU
ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ SANAT VE TASARIM ANA BİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA
Tarih: 07/10/2025
Tez Başlığı : Türk Halkoyunlarına Katılım Gösteren Bireylerin Serbest Zaman Doyumunun İncelenmesi: Diyarbakır İli Merkez Halk Eğitim Kurumları Örneği Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 85 sayfalık kısmına ilişkin, 06/10/2025 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda işaretlenmiş filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 16'dır. Uygulanan filtrelemeler: 1- ☒ Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç 2- ☒ Kaynakça hariç 3- ☒ Alıntılar dâhil 4- ☒ 5 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç Ardahan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği'nde belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim. Gereğini saygılarımla arz ederim.
07.10.2025
Adı Soyadı: Fatih IŞIK Öğrenci No: 22408900001 Anabilim Dalı: Sanat ve Tasarım Programı: Sanat ve Tasarım Statüsü: ☒ Yüksek Lisans ☐ Doktora
<u>DANIŞMAN ONAYI</u> UYGUNDUR. _____ Doç. Dr. Selami AKIŞ

EK 2. ETİK KURUL İZNİ



T.C.
ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Rektörlük



Sayı : E-67796128-819-2500009747
Konu : Bilimsel Yayın ve Etik Kurul Kararı
(Dr. Öğr. Gör. Selami AKIŞ)

18.03.2025

Sayın Doç. Dr. Selami AKIŞ

Danışmanı olduğunuz Yüksek Lisans Öğrencisi Fatih IŞIK'ın '**Türk Halk Oyunlarına Katılım Gösteren Bireylerin Serbest Zaman Doyumunun İncelenmesi: Diyarbakır İli Merkez Halk Eğitim Kurumları Örneği**' başlıklı tez çalışması ve bu tez çalışması kapsamında yapılacak araştırmalarda uygulayacağı anket Üniversitemiz Etik Kurulu tarafından değerlendirilmiş olup, yapılan değerlendirme sonucu söz konusu tez çalışmasının Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kriterlerine uygun olduğuna karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Mustafa YILDIZ
Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu Başkanı

Belge Doğrulama Kodu: UUPFH3E

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/ardahan-universitesi-ebys>

Adres: Ardahan Üniversitesi Yenisey Kampüsü Rektörlük Hizmet Binası, Çamlıçatak Mevkii, Ardahan
75002
Telefon No: (0 478) 2117575
e-Posta: byek@ardahan.edu.tr
Kep Adresi: ardahanuni@hs01.kep.tr

Faks No: (0 478) 2117509
İnternet Adresi: www.ardahan.edu.tr

Bilgi için :
Telefon No:
Direkt Hat:

Kubilay Aras
Etik Kurul Raportörü
(0 478) 2117575



EK 3. SERBEST ZAMAN DOYUM ÖLÇEĞİ

SERBEST ZAMAN DOYUM ÖLÇEĞİ	Neredeyse hiç doğru değil	Nadiren doğru	Bazen doğru	Çoğu kez doğru	Neredeyse her zaman doğru
Serbest zaman aktivitelerim bana çok ilginç gelir. (PSİKOLOJİK)					
Serbest zaman aktivitelerim kendime güvenmemi sağlar. (PSİKOLOJİK)					
Serbest zaman aktivitelerim bana başarı hissi verir. (PSİKOLOJİK)					
Serbest zaman aktivitelerimde birçok farklı beceri ve yeteneklerimi kullanırım. (PSİKOLOJİK)					
Serbest zaman aktivitelerim, etrafımdakiler hakkındaki bilgimi artırır. (EĞİTİMSEL)					
Serbest zaman aktivitelerim, yeni şeyler deneme fırsatı sunar. (EĞİTİMSEL)					
Serbest zaman aktivitelerim kendimi tanımama yardımcı olur. (EĞİTİMSEL)					
Serbest zaman aktivitelerim diğer insanlar hakkında bir şeyler öğrenmeme yardımcı olur. (EĞİTİMSEL)					
Serbest zaman aktivitelerim sayesinde diğer insanlarla sosyal etkileşimde bulunurum. (SOSYAL)					
Serbest zaman aktivitelerim diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmama yardım etmektedir. (SOSYAL)					
Serbest zaman aktivitelerim sırasında tanıştığım insanlar arkadaş canlısıdır. (SOSYAL)					
Serbest zamanlarda, serbest zaman aktiviteleri yapmaktan çok zevk alan (hoşlanan) insanlarla ilişki kurarım. (SOSYAL)					
Serbest zaman aktivitelerim rahatlamama yardımcı olur. (RAHATLAMA)					
Serbest zaman aktivitelerim stresimi hafifletmeye yardımcı olur. (RAHATLAMA)					
Serbest zaman aktivitelerim, duygusal olarak iyi olmama katkıda bulunur. (RAHATLAMA)					
Serbest zaman aktiviteleriyle kolayca meşgul olurum, çünkü onları yapmayı severim. (RAHATLAMA)					
Serbest zaman aktivitelerim fiziksel olarak zorlayıcıdır. (FİZİKSEL)					
Fiziksel formumu geliştiren serbest zaman aktiviteleri yaparım. (FİZİKSEL)					
Beni fiziksel olarak yenileyen serbest zaman aktiviteleri yaparım. (FİZİKSEL)					
Serbest zaman aktivitelerim sağlıklı kalmama yardımcı olur. (FİZİKSEL)					
Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar ferah ve temizdir. (ESTETİK)					
Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar ilgi çekicidir. (ESTETİK)					
Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar güzeldir. (ESTETİK)					
Serbest zaman aktivitelerimle meşgul olduğum yerler ya da alanlar iyi dizayn edilmiştir. (ESTETİK)					

EK 4. MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ İZİN BELGESİ



**T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
ARAŞTIRMA UYGULAMA İZİN BELGESİ**



Başvuru No: MEB.TT.2025.024421.01

T.C. Kimlik No: 31*****72

Adı Soyadı: FATİH IŞIK

Araştırmacının Adı: Türk Halkoyunlarına Katılım Gösteren Bireylerin Serbest zaman doyumunun incelenmesi: Diyarbakır İli Merkez Halk Eğitim Kurumları Örneği

Araştırmacının Niteliği: Yüksek Lisans Tezi

Araştırmacının Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Veri Toplama Aracının Başlığı: TÜRK HALKOYUNLARINA KATILIM GÖSTEREN BİREYLERİN SERBEST ZAMAN DOYUMUNUN İNCELENMESİ BİLİMSEL ARAŞTIRMA YÜKSEK LİSANS TEZİ

Araştırma Uygulama İzninin Kabul Tarihi: 25.04.2025

Araştırma Uygulama İzninin Bitiş Tarihi: 25.04.2026

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup aşağıda ifade edilen bilgiler kapsamında araştırma uygulama izni Millî Eğitim Bakanlığı ilgili birimleri tarafından onaylanmıştır.

Uygulama Yapılacak İller	Uygulama Yapılacak Birimler	Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatları	Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu
DIYARBAKIR	Halk Eğitimi Merkezi	Kayapınar Halk Eğitimi Merkezi	970322
DIYARBAKIR	Halk Eğitimi Merkezi	Sur Halk Eğitimi Merkezi	970321
DIYARBAKIR	Halk Eğitimi Merkezi	Bağlar Halk Eğitimi Merkezi	970323
DIYARBAKIR	Halk Eğitimi Merkezi	Diyarbakır Yenışehir Halk Eğitimi Merkezi	970095

Not: Okul/kurum yöneticileri tarafından "Araştırma Uygulama İzni" belgesinin ve veri toplama araçlarının (araçlardaki maddelerinin) modüle yer alan belge ve araçlarla aynı olduğu kontrol edilmiştir. Belgeler aynı olmadığı durumda araştırma uygulama izni verilmeyecektir.

Doğrulama Kodu: 2e071cf55cb7d320271696ad56dad8ffdaa5f1f15e9cff1e97785360cddeaf27
Doğrulama Adresi: arastirmaizninleri.meb.gov.tr/belge-dogrula
Serhat Mah. 1290. Sokak No.8/B 06374 Yenimahalle/Ankara TÜRKİYE
Telefon No: (0312) 413 43 00, Belgegeçer No: (0312) 413 45 12
e-posta: ttkb.egitimarastirmalari.arastirmaizninleri@meb.gov.tr, internet adresi: ttkb.meb.gov.tr



ÖZ GEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı :Fatih IŞIK

Doğum Yeri ve Tarihi :

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Gaziantep Üniversitesi Türk Musikisi Devlet Konservatuvarı Türk Halkoyunları Bölümü

Yüksek Lisans Öğrenimi : Türk Halk Oyunları Bünyesinde Bulunan Kol Oyunu ve Menginin Semahlara Benzerlik Gösteren Özelliklerinin İnce-lenmesi (bildiri)-Diyarbakır Yöresi Halay “Govendi” Oyununun Analizi (bildiri)

Bildiği Yabancı Diller :İngilizce

Bilimsel Faaliyetleri :

İş Deneyimi

Stajlar :

Projeler :

Çalıştığı Kurumlar : Milli Eğitim Bakanlığı

İletişim

E-Posta Adresi :

Tarih

Jüri Tarihi :15.09.2025