

Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılım Engelleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki

The Relationship Between Barriers to Participation in Recreational Activities and Personality Traits Among University Students

Halil İbrahim Genç¹

*Correspondence:

Halil İbrahim GENÇ
Sakarya Uygulamalı Bilimler
Üniversitesi

¹ Sakarya Uygulamalı Bilimler
Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Sakarya,
TÜRKİYE
halilgenç@subu.edu.tr /
ORCID: 0000-0001-5177-0580



<https://doi.org/10.5281/zenodo.17429817>

Received / Gönderim: 14.09.2025

Accepted / Kabul: 20.10.2025

Published / Yayın: 24.10.2025

Volume 2, Issue 3, October, 2025

Cilt 2, Sayı 3, Ekim, 2025

Öz

Araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım engelleri ile kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişkinin var olup olmadığını ortaya koymaktır. İlişkisel tarama modeli temelinde yürütülen araştırmaya bir devlet üniversitesinin lisans programında öğrenim gören ve kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenen 153 kadın 239 erkek olmak üzere toplam 392 öğrenci katılım göstermiştir. Araştırmada kapsamında veriler; Kişisel Bilgi Formu, Boş Zaman Engeller Ölçeği ve Beş Faktör Kişilik Envanteri kullanılarak toplanmıştır. Normal dağılım gösteren verilerin analizlerinde Pearson korelasyon ve Regresyon tekniği kullanılmıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde; dışa dönüklük ile bilgi eksikliği, zaman, boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; dışa dönüklük ile tesis arasında pozitif yönde orta düzeyde; yumuşak başlılık ile bilgi eksikliği, tesis arasında pozitif yönde orta düzeyde; yumuşak başlılık ile zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; öz denetim ile bilgi eksikliği arasında pozitif yönde orta düzeyde; öz denetim ile tesis, zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; nevroitiklik ile birey psikolojisi, zaman, ilgi eksikliği ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; deneyime açıklık ile birey psikolojisi, zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; deneyime açıklık ile bilgi eksikliği ve tesis arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca beş faktör kişilik özelliklerinin boş zaman engellerini anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, bireylerin kişilik özelliklerinin boş zamanlarında dahil olmayı düşündükleri etkinliklere katılım sağlamalarını engelleyebilecek durumları etkileyen önemli birer faktör olduğu söylenebilir. Üniversite yönetimleri ve etkinlik düzenleyicileri, öğrencilerin farklı kişilik profillerine uygun çeşitlilikte faaliyetler sunarak hem boş zaman değerlendirme alışkanlıklarını geliştirebilir hem de engelleyici faktörlerin önüne geçebilir. Bu doğrultuda, kişilik temelli ihtiyaç analizlerinin yapılması ve programların buna göre şekillendirilmesi, etkinliklere katılımın sürdürülebilirliği açısından faydalı olacaktır.

Anahtar kelimeler Rekreatif engeller, kişilik, öğrenci.

Abstract

The purpose of the study is to determine whether there is a significant relationship between university students' barriers to participating in recreational activities and their personality traits. Conducted based on a correlational survey model, the study involved a total of 392 students enrolled in an undergraduate program at a state university, consisting of 153 women and 239 men selected using convenience sampling. Data were collected using a Personal Information Form, Leisure Time Barriers Scale, and Five-Factor Personality Inventory. Pearson correlation and regression techniques were used to analyze the normally distributed data. The research findings revealed a low positive correlation between extraversion and lack of information, time, and leisure time barriers; there was a moderately positive correlation between extraversion and facilities; there was a moderately positive correlation between agreeableness and lack of information and facilities; there was a low positive correlation between agreeableness and time and leisure time barriers; there was a moderately positive correlation between self-discipline and lack of information; there was a low positive correlation between self-discipline and facilities, time, and leisure time barriers; low positive correlations between neuroticism and individual psychology, time, lack of interest, and free time barriers; low positive correlations between openness to experience and individual psychology, time, and free time barriers; and moderate positive correlations between openness to experience and lack of knowledge and facility. Furthermore, it was found that the five-factor personality traits significantly predicted leisure time barriers. In conclusion, it can be said that individuals' personality traits are important factors that can influence situations that may prevent them from participating in activities they consider engaging in during their leisure time. University administrations and event organizers can both develop students' leisure time evaluation habits and overcome hindering factors by offering a variety of activities tailored to different personality profiles. In this regard, conducting personality-based needs analyses and shaping programs accordingly will be beneficial for the sustainability of participation in activities.

Keywords Recreational barriers, personality, student.

<https://www.ijoss.org/Archive/issue2-volume3/ijoss-Volume2-issue3-22.pdf>

Giriş

Boş zamana sahip olmanın gerekliliği, yüzyıllar boyunca filozoflar, sosyologlar, psikologlar ve bu alanda çalışma yapan çeşitli uzmanlar tarafından dile getirilmiş olsa da bu kavramın gerçek değeri ancak 19. yüzyılda fark edilmiştir (Gül, 2014). Sanayi Devrimi, 19. yüzyılda rekreasyon tarihine yön veren önemli gelişmelerden biri olmuştur. Bu süreçte yaşanan endüstrileşme ve fabrikalaşma, kitlesel şehir göçlerini beraberinde getirmiş; artan nüfus ve yoğun iş yaşamı, bireyleri büyük şehirlerin baskısından uzaklaşarak rahatlama ihtiyacını karşılayacak rekreasyonel alan ve etkinliklere yönlendirmiştir (Torkildsen, 2005).

Günümüzde bireylerin boş zaman süreleri azalmasına rağmen, boş zamanı değerlendirmeye yönelik faaliyetlerde artış gözlemlenmektedir. İlkçağlardan bu yana varlığını sürdüren bu eğilim, tarihsel süreç içinde farklı dönemlerde farklı biçimlerde ortaya çıkmıştır (Karaçar, 2014). 19. ve 20. yüzyıllarda ağır çalışma koşulları, şehirleşmeyle birlikte kalabalık yaşam alanlarının artması ve bireylerin zihinsel ve fiziksel açıdan dinlenme ihtiyacı gibi etkenler, insanları rekreatif etkinliklere yönelmeye sevk etmiştir (Kement, 2015; Gönen vd., 2022). Boş zaman, rekreasyon ve turizm kavramları, günümüzde bireylerin yaşamları boyunca önemli faktörler olarak görülmekte ve bu alanlara yönelik akademik ilgi ile saygınlık giderek artış göstermektedir (Pigram ve Jenkins, 2005). Söz konusu kavramlara ilişkin olarak literatürde sürekli yeni tanımlar ortaya konmakta boş zaman, bireyden bireye değişebileceği gibi, farklı kültürel bağlamlarda da çeşitli anlamlar kazanabilmektedir (Torkildsen, 2005). Cordes ve Ibrahim'e (2003) göre, boş zamanı tanımlamak güçtür; çünkü bu kavram bireyler arasında farklı anlamlar taşıyabilir. Boş zamanı anlama yönündeki ilk girişimin M.Ö. 300'lü yıllara dayandığı belirtilmektedir. Bu bağlamda, filozof Aristoteles boş zamanı kategorize eden kalıcı bir model sunmuş ve bu modeli üç temel aşamada değerlendirmiştir: eğlence, rekreasyon ve düşünsel faaliyet (tasarlama). Başka bir yaklaşıma göre boş zaman, bireyin tamamen kendi isteği ve özgür iradesi doğrultusunda değerlendirebileceği, üzerinde tasarruf hakkına sahip olduğu zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır (Aytaç, 2002).

Rekreasyon kavramı, kökenini Latince 'recreatio' sözcüğünden almakta olup bu kelime 'yenilenme', 'yeniden yaratılma' ya da 'tekrar yapılanma' anlamlarına gelmektedir (Müftüler, 2008). Rekreasyon, bireyin kendi isteğiyle seçtiği ve boş zamanını değerlendirdiği etkinlikleri kapsamaktadır. Rekreasyon kelimesinin Türkçede yaygın olarak 'boş zamanları değerlendirme' şeklinde karşılanması, bu kavramın boş zaman tanımıyla yakından ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Demirci-Orel ve Yavuz, 2003).

Rekreasyonel faaliyetlere duyulan ihtiyaç, kişisel açıdan fiziksel sağlık gelişimini destekleme, ruh sağlığını güçlendirme, sosyal ilişkileri artırma, yaratıcılığı ve kişisel beceri ile yetenekleri geliştirme, iş performansı ve verimliliğe olumlu katkılar sağlama, ekonomik hareketliliği teşvik etme ve bireyin mutluluğunu artırma gibi işlevler taşımaktadır (Coşkuntürk vd., 2023; Yel vd., 2024; Çalık ve Öktem, 2024; Aydın & Akarsu, 2025). Toplumsal açıdan ise rekreasyon, toplumsal dayanışma ve bütünleşmenin sağlanması ile demokratik bir toplumun oluşmasına katkıda bulunması nedeniyle önem arz etmektedir (Akten ve Akten, 2011).

Boş zaman etkinliklerinin bireyler üzerinde birçok olumlu etkisi bulunmasına rağmen, çeşitli nedenlerden dolayı bireylerin bu tür faydalı aktivitelere katılamadıkları ya da çeşitli engellerle karşı karşıya kaldıkları ifade edilmektedir (Demirel ve Harmandar, 2009). Boş zaman literatüründe 'engel' kavramı, bireylerin rekreatif etkinliklere katılımını sınırlayan ya da tamamen engelleyen ve aynı zamanda birey tarafından da fark edilen nedenleri ifade etmektedir (Öztürk, 2013). Modern yaşam koşulları, bireyleri

huzur ve mutluluğa ulaşma arayışında boş zaman etkinliklerine yönlendirmiş bu durum, boş zaman faaliyetlerine duyulan ihtiyacın da giderek artmasına neden olmuştur. Öte yandan söz konusu faaliyetlerin bireylerin ve toplumların sağlığı açısından taşıdığı öneme rağmen, birçok araştırma bulgusu bu etkinliklere katılımın sınırlı kaldığını ya da çeşitli etkenler nedeniyle engellendiğini ortaya koymaktadır (Alexandris ve Carroll, 1999).

Bireylerin boş zamanlarını nasıl değerlendireceklerine dair tercihlerini etkileyen önemli bir faktör de kişilik özellikleridir. Kişilik, bir bireyin karakterinde açıkça görülebilen ya da gizli kalan duygu, düşünce ve davranışların psikolojik dışı vurumudur (Funder, 2015). Kişilik terimi, Latince ‘persona’ kavramından türemiştir (Yıldız ve diğ., 2012). Persona sözcüğünün Latince’deki asıl anlamı, tiyatro oyuncularını tarafından kullanılan ‘maske’dir (Durna, 2005). Günlük yaşamda sıkça kullanılan kavramlardan biri olan kişilik, bireyin fiziksel ve sosyal çevresiyle etkileşim biçimini tanımlayan duygu, düşünce ve davranışlarda kendini gösteren ayırt edici karakteristik örüntüler bütünüdür (Yıldız ve diğ., 2012). Kişilik tipleri temel alınarak planlanan ve düzenlenen rekreatif faaliyetlerde, katılımcıların kişilik özellikleri önemli bir rol oynamaktadır (Sarıbaş, 2012).

Yukarıda verilen bilgilerden yola çıkılarak bu araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım engelleri ile kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişkinin var olup olmadığını ortaya koymaktır. Literatürde farklı alanlarda ve örneklem üzerinde rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonları ve düzeyleri incelenmiş olsa da özellikle üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım engellerinde kişilik faktörünü ele alan özgün çalışmalar sınırlıdır. Bu nedenle, söz konusu eksikliğin giderilmesi açısından çalışmanın literatüre önemli bir katkı sağlaması beklenmektedir. Ayrıca, araştırmanın sonuçlarının, rekreatif alanında çalışan akademisyenler, eğitimciler ve rekreasyon programı tasarlayan ilgililer için rehber niteliğinde bilgi sunması ve uygulamalara ışık tutması açısından da değerli olduğu düşünülmektedir.

MATERYAL VE YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Yapılan mevcut çalışmada tarama modelinin bir türü olan “ilişkisel tarama” modelinden yararlanılmıştır. İlişkisel tarama modeli; “iki farklı nicel değişken arasındaki ilişkinin veya etkinin ortaya çıkarılmasını amaçlayan” bilimsel bir yaklaşım olarak ifade edilmiştir (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012, s. 331). Söz konusu çalışmada rekreatif faaliyetlere katılım engelleri ile kişilik özellikleri arasında ilişki olup olmadığı ilişkisel tarama modeliyle ele alınmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini 2023-2024 eğitim öğretim yılı güz döneminde bir devlet üniversitesinin lisans programlarına kayıtlı öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmada belirlenen evren içerisinde örneklem alma yoluna gidilmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu, bahsedilen dönemde üniversitede öğrenim görmekte olan öğrenciler oluşturmuştur. Örneklem almada literatürde kabul gören farklı evrenden örneklem alma hesabı kıstasına göre $\alpha=0,05$ için en büyük evrene karşılık gelen 384 popülasyona (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2014) uygun hareket edilmiştir. Söz konusu örneklem çalışmaya dahil edilirken “kolayda örnekleme yöntemi” (Karagöz, 2017) tercih edilmiş olup, 153 kadın 239 erkek olmak üzere toplam 392 öğrenci çalışmaya katılım göstermiştir. Örnekleme ilişkin tanımlayıcı sonuçlar tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı sonuçlar

Cinsiyet	n	%
Kadın	153	39.0
Erkek	239	61.0
Bölüm	n	%
Beden Eğitimi ve Spor Bölümü	71	18.1
Antrenörlük Eğitimi	83	21.2
Rekreasyon	127	32.4
Spor Yöneticiliği	111	28.3
Yaş	X	Ss.
	22.1	2.3
Toplam	392	100

Tablo 1’deki sonuçlar incelendiğinde, öğrencilerin 153’ünün (%39,0) kadın, 239’unun (%61,0) erkek olduğu görülmektedir. Bölümlere göre dağılım incelendiğinde, en yüksek öğrenci sayısının Rekreasyon bölümünde (127 öğrenci, %32,4) olduğu, bunu Spor Yöneticiliği (111 öğrenci, %28,3), Antrenörlük Eğitimi (83 öğrenci, %21,2) ve Beden Eğitimi ve Spor Bölümü (71 öğrenci, %18,1) bölümlerinin izlediği belirlenmiştir. Ayrıca öğrencilerin yaş ortalamalarının $X = 22,1 \pm 2.3$ olduğu hesaplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kapsamında veriler Kişisel Bilgi Formu, Boş Zaman Engeller Ölçeği ve Beş Faktör Kişilik Envanteri kullanılarak toplanmıştır. Ölçme araçları aşağıda detaylı olarak açıklanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcılara ilişkin bazı demografik sonuçlara ulaşmak için hazırlanan kişisel bilgi formunda üç soru yer almaktadır. Bunlar sırasıyla cinsiyet, yaş ve öğrenim görülen bölüm gibi bilgilerden oluşmaktadır.

Boş Zaman Engeller Ölçeği

Katılımcıların rekreatif faaliyetlere katılım engellerini belirlemek amacıyla “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” kullanılmıştır. Söz konusu ölçme aracı Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilmiş, Karaküçük ve Gürbüz (2006)’ün Türkçeye uyarlanmış, Gürbüz, Öncü ve Emir (2012)’in ise kısa formunun yapısı tekrar test edilmiştir. Ölçme aracı 18 madde 4’lü likert tipindedir. Ölçek birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği olmak üzere 6 faktörden oluşmaktadır. Yapılan mevcut araştırma sonucunda ölçme aracına ilişkin Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları sırasıyla; birey psikolojisi için .72, bilgi eksikliği için .78, tesis için .74, arkadaş eksikliği için .81, zaman için .78 ve ilgi eksikliği için .72 olarak hesaplanmıştır.

Beş Faktör Kişilik Envanteri

Katılımcıların kişilik özelliklerini tespit etmek için John, Donahue ve Kentle (1991) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması Evinç (2004) tarafından yapılan “Beş Faktör Kişilik Envanteri” kullanılmıştır. Ölçme aracı 44 madde, 5’li likert tipindedir (1=Kesinlikle katılmıyorum.....5= Tamamen katılıyorum). Ölçek kişiliğin 5 büyük özelliği olan dışa dönüklük, yumuşak başlılık, öz disiplin, duygusal denge ve deneyime açıklık alt boyutlarını içermektedir. Ölçme aracına ait Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları sırasıyla dışa dönüklük için .74, yumuşak başlılık için .51 öz disiplin için .66,

duygusal denge için .75, ve deneyime açıklık için .74 olarak tespit edilmiştir (Evinç, 2004). Yapılan mevcut araştırma sonucunda ölçme aracına ilişkin Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları sırasıyla; dışa dönüklük için .72, yumuşak başlılık için .71 öz disiplin için .74, duygusal denge için .73, ve deneyime açıklık için .70 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması

Veriler etik kurulu izninin alınmasının ardından sınıf ortamında öğrencilere araştırma hakkında detaylı bilgiler verildikten bizzat toplanmıştır. Veri toplama esnasında katılımcılara istedikleri anda araştırmadan ayrılacakları bilgisi verilmiş olup, veri toplama süreci ortalama 20-25 dakika içerisinde tamamlanmıştır.

Verilerin Analizi

Katılımcılardan elde edilen verilere öncelikle normallik analizi uygulanmış, burada ise çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edilmiştir. Analizler sonucunda ortaya çıkan dağılımın ± 2 aralığında olduğu bulunmuş ve söz konusu aralığın literatürde (George ve Mallery, 2019, ss. 114-115) normal dağılıma uygun olduğu kabul görmüştür. Normal dağılan verilere parametrik testler uygulanmaya karar verilmiş olup, istatistiksel çözümlemelerde Pearson korelasyon ve Regresyon tekniği kullanılmıştır.

Araştırma Etiği

Etik komisyon onayı için Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Etik Kuruluna başvurulmuştur. Yapılan başvurunun sonucunda araştırmayı gerçekleştirebilmek için gerekli [E-26428519-050.99-92589] etik komisyon onayı alınmıştır.

Bulgular

Tablo 2. Rekreatif engellere katılım engelleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki sonuçları

		Dışa Dönüklük	Yumuşak Başlılık	Öz Denetim	Nevrotiklik	Deneyime Açıklık
Birey Psikolojisi	r	,072	,078	,079	,106*	,160**
	p	,156	,121	,119	,036	,001
Bilgi Eksikliği	r	,264**	,341**	,309**	,061	,357**
	p	,000	,000	,000	,225	,000
Tesis	r	,303**	,345**	,291**	,072	,359**
	p	,000	,000	,000	,157	,000
Arkadaş Eksikliği	r	,025	-,015	,047	,062	,080
	p	,621	,769	,354	,222	,114
Zaman	r	,181**	,242**	,197**	,104*	,283**
	p	,000	,000	,000	,040	,000
İlgi Eksikliği	r	,036	,076	,034	,143**	,093
	p	,482	,134	,501	,004	,067
Boş Zaman Engelleri	r	,189**	,229**	,206**	,118*	,286**
	p	,000	,000	,000	,019	,000

Tablo 2' deki Pearson korelasyon analizi sonucunda dışa dönüklük ile bilgi eksikliği, zaman, boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; dışa dönüklük ile tesis arasında pozitif yönde orta düzeyde; yumuşak başlılık ile bilgi eksikliği, tesis arasında pozitif yönde orta düzeyde; yumuşak başlılık ile zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; öz denetim ile bilgi eksikliği arasında pozitif yönde orta düzeyde; öz denetim ile tesis, zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; nevroitiklik ile birey psikolojisi, zaman, ilgi eksikliği ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; deneyime açıklık ile birey psikolojisi, zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; deneyime açıklık ile bilgi eksikliği ve tesis arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Rekreatif engellere katılım engellerinin yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Model	B	Std. Hata	β	t	p
Sabit	24,787	4,281	---	5,790	,000
Deneyime Açıklık	2,719	,812	,209	3,347	,001*
Nevrotiklik	3,040	,869	,184	3,498	,001*
Öz Denetim	2,185	1,025	,143	2,132	,034*
R=,333 R ² _{adj} =,104 F _(3,388) = 16,143 p= ,000					
Bağımlı değişken=Boş zaman engelleri			Yöntem: Stepwise		

Tablo 3' deki çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda regresyon modelinin anlamlı olduğu görülmektedir. Analiz sonuçlarında deneyime açıklık ($\beta = ,209$; $t = 3,347$; $p = .001$), nevroitiklik ($\beta = ,184$; $t = 3,498$; $p = .001$) ve öz denetimin ($\beta = ,143$; $t = 2,132$; $p = .034$) boş zaman engelleri üzerinde pozitif yönde anlamlı yordayıcı güce sahip olduğu tespit edilmiştir. Boş zaman engellerine ilişkin varyansın %10'unun kişilik özellikleri ile açıklandığı ifade edilebilir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım engelleri ile kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişkinin var olup olmadığının ortaya konulması amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda dışa dönüklük ile bilgi eksikliği, zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; dışa dönüklük ile tesis arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Dışa dönüklük kişilik özelliğine sahip kişiler, bulundukları ortamda çok sayıda uyaran olmasından hoşlanmakta ve çevrelerindeki kişilerle neşeli, iyimser nitelikte ilişkiler kuran (Somer ve diğ., 2011) aktif, enerjik ve hevesli (McCrae ve John, 1992) bireyler olarak tanımlanmaktadır. Sosyalite, insanlarla vakit geçirmeyi ve eğlenceyi sevme, liderlik, güç, istekli olma ve arkadaşça davranma gibi özellikleri de (Somer ve diğ., 2002) içinde barındırmaktadır. Bunun aksine, dışa dönüklük kişilik özelliği düşük bireyler ise sessiz, duygusal olarak ayrılmış, daha az enerjik ve tanınması daha zordur (Wilmot ve diğ., 2019). Boş zaman engellerinin alt boyutlarından biri olan bilgi eksikliğinin bireyin etkinliklere nerede dahil olacağını bilmemesi ya da eğitimi verecek birinin olmaması gibi durumlarla, zaman boyutunun ise boş zaman etkinliklerinin uygun zamanlarda olmaması, faaliyetler için zaman ayırmak zorunda olmak gibi durumlarla ilgili olduğu bilinmektedir. Bu duruma, dışa dönüklük kişilik özelliğine sahip olan bireylerin fiziksel aktiviteleri daha çok tercih etmelerinden dolayı etkinliklerin gerçekleştirildiği tesislere önem vermelerinden ötürü tesis yetersizliği ile dikkat çeken bir engele dönüşmesinin ve kişilerin yeni ve farklı etkinliklere katılma konusunda ilgili olmalarından dolayı

aktiviteler hakkında bilgi sahibi olamamalarının, birçok etkinliğe katılmak istemeleri nedeniyle zaman yetersizliği yaşamalarının bir sonucu olarak motivasyon kaybı yaşamalarının neden olduğu söylenebilir.

Diğer bir bulguda yumuşak başlılık ile bilgi eksikliği, tesis arasında pozitif yönde orta düzeyde; zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Yumuşak başlılık kişilik özelliği, alçak gönüllü, anlayışlı, iyi huylu, yumuşak, uysal, merhametli ve barışçı gibi sıfatlarla tanımlanırlar (Somer, 1998). Bağışlayıcı, kibar (McCrae ve John, 1992) fedakâr, sempatik ve güvenilir (McCrae ve Costa, 1989) yani kişilerin insani tarafını vurgulayan (Digman, 1990) bir boyut olarak ifade edilebilir. Bu kişilik özelliğinin baskın olması, diğer insanlarla olası yaşanabilecek çatışmalardan kaçınan, çatışma olsa dahi hali hazırda olan ilişkilerini sürdürme adına çözüm arayışına giren kişilerdir (Sung ve Choi, 2009). İnsanların günlük davranışları için önemi olan bireysel bir farklılık olarak nitelendirilmelidir. Prososyal davranış, bir uyumluluk biçimi olarak ifade edilebilir (Graziano ve Eisenberg, 1997). Boş zaman engellerinin alt boyutlarından biri olan bilgi eksikliğinin bireyin etkinliklere nerede dahil olacağını bilmemesi ya da eğitimi verecek birinin olmaması gibi durumlarla; tesis boyutu, tesislerin ve tesislerin donanımlarının yetersiz olması gibi durumlarla; zaman boyutu ise boş zaman etkinliklerinin uygun zamanlarda olmaması, faaliyetler için zaman ayırmak zorunda olmak gibi durumlarla ilgili olduğu bilinmektedir. Bu duruma; yumuşak başlı bireylerin inisiyatif almaktan çekinmelerinin bilgi arama noktasında ürkek davranmalarının, benzer şekilde tesis ve ekipmanların yetersiz olması gibi durumlarda çekingen davranmalarının, kendilerinden çok diğer bireylere öncelik vermeleri nedeniyle zaman ayıramamalarının neden olduğu söylenebilir.

Araştırmada öz denetim ile bilgi eksikliği arasında pozitif yönde orta düzeyde; tesis, zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Öz denetim kişilik özelliği bireylerin ne kadar düzenli, kontrollü, disiplinli, organize ve başarı yönelimli olduğu ile ilişkili olan (McCrae ve Costa, 2003; Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2012) ve başarı ihtiyacını içeren (McCrae ve Costa, 1989) bir faktördür. Boş zaman engellerinin alt boyutlarından biri olan bilgi eksikliğinin bireyin etkinliklere nerede dahil olacağını bilmemesi ya da eğitimi verecek birinin olmaması gibi durumlarla; tesis boyutu, tesislerin ve tesislerin donanımlarının yetersiz olması gibi durumlarla; zaman boyutu ise boş zaman etkinliklerinin uygun zamanlarda olmaması, faaliyetler için zaman ayırmak zorunda olmak gibi durumlarla ilgili olduğu bilinmektedir. Bu duruma, özdenetim kişilik özelliğine sahip bireylerin boş zaman etkinlikleri hakkında yeterli bilgiye sahip olmamasının ya da ulaşamamasının, tesis eksikliğinin ya da yetersizliğinin bireyler için aktiviteyi değersizleştirmesinin, zamanı verimli kullanamamalarından dolayı faaliyete zaman ayırmak zorunda kalmalarının neden olduğu söylenebilir.

Kişilik özelliklerinden nevrotiklik ile birey psikolojisi, zaman, ilgi eksikliği ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Nevrotiklik kişilik özelliği; sinirli, endişeli, güvensiz, kendisiyle uğraşan, kaygılı gibi özelliklerle tanımlanmaktadır (Somer ve diğ., 2002). Daha çok kırgınlık, kaygı, güvensizlik, sıkıntı ve karamsarlık gibi olumsuz durumları (Goldberg, 1990) çağrıştıran bir faktördür. Nevrotiklik kişilik özelliği yüksek olan bireylerde sinirlilik, endişe, depresyon, kendilerini kontrol etmede güçlük yaşama, ani duygu değişimi gibi özellikler görülmektedir (Gunthert ve diğ., 1999). Buna karşılık düşük olan bireyler ise sakinler, iyi uyum sağlarlar ve aşırı duygusal tepkiler vermezler (Burger, 2016). Boş zaman engellerinin alt boyutlarından biri olan birey psikolojisinin kişiye aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi ve etkinlikler esnasında bireyin sakatlanma durumlarından korkması gibi durumlarla; ilgi eksikliği boyutu, bireyin geçmiş yaşamında bu tür etkinlikleri sevmemesi ve ilgili olmaması gibi durumlarla; zaman boyutu ise boş zaman etkinliklerinin uygun

zamanlarda olmaması, faaliyetler için zaman ayırmak zorunda olmak gibi durumlarla ilgili olduğu bilinmektedir. Bu duruma, nevroitiklik kişilik özelliğine sahip olan bireylerin stres ve kaygı yaşamaları nedeniyle aktif olarak gerçekleştirilen etkinliklerle de yorgunluk ve sakatlan korkusu yaşamalarının, stresin etkisiyle zaman yönetimini gerçekleştirememelerinin, böylelikle de ilgi eksikliği yaşamalarının neden olduğu düşünülmektedir.

Son olarak deneyime açıklık ile birey psikolojisi, zaman ve boş zaman engelleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde; bilgi eksikliği ve tesis arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Deneyime açıklık kişilik özelliğine sahip bireylerin; analitik, karmaşık, geleneksel olmayan, orijinal, hayal gücü kuvvetli, ilgileri geniş, cesur, değişikliği seven, meraklı, özgün, fikirlere açık ve sanata duyarlı olduğu (Costa ve McCrae, 1992), yeniliğe ilgi ve yeniliklere çekilme derecesini ifade eden (Robbins ve Judge, 2013), orijinal fikirlere sahip olan ve sanatsal düşünen (Zel, 2011) belirtilmektedir. Bu boyuttan yüksek puan alan bireyler esnek davranış sergilerken, düşük puan alanlar ise kendi tarzlarına göre hareket ederler, değerlerinde geleneksel ve duygulanımlarında sığdırlar. Düşük puan alanlar, karmaşık, belirsiz ve incelikli olmaktansa basit ve belirgin olanı tercih ederler (Costa ve McCrae, 1992). Boş zaman engellerinin alt boyutlarından biri olan birey psikolojisinin kişiye aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi ve etkinlikler esnasında bireyin sakatlanma durumlarından korkması gibi durumlarla; ilgi eksikliği boyutu, bireyin geçmiş yaşamında bu tür etkinlikleri sevmemesi ve ilgili olmaması gibi durumlarla; tesis boyutu, tesislerin ve tesislerin donanımlarının yetersiz olması gibi durumlarla; zaman boyutu ise boş zaman etkinliklerinin uygun zamanlarda olmaması, faaliyetler için zaman ayırmak zorunda olmak gibi durumlarla ilgili olduğu bilinmektedir. Bu duruma, deneyime açıklık kişilik özelliğine sahip bireyler çeşitli etkinliklere ilgi duymaları nedeniyle zaman eksikliği yaşamalarının, duyarlılıklarının ve farkındalıklarının yüksek seviyede olması sebebiyle stres yaşamaları nedeniyle yorgunluk hissetmelerinin, yeni ve farklı aktivitelere yöneldikleri ve bu etkinliklerdeki tesis ve bilgi eksikliği birtakım etkenlerin kaynaklık ettiği söylenebilir.

Kişilik özelliklerinin boş zaman engelleri üzerindeki yordayıcı gücünü belirlemek amacıyla yapılan regresyon sonucunda kişilik özelliklerinden deneyime açıklık, nevroitiklik ve öz denetimin alt boyutlarının boş zaman engelleri üzerinde etkisinin olduğu görülmektedir. Bu bağlamda kişilik özelliklerinden deneyime açıklık, nevroitiklik ve öz denetimin alt boyutlarının bireylerin boş zaman engel düzeylerini açıklamada etkili olan önemli faktörler olduğu söylenebilir. Bu duruma yüksek özdenetimin, düşük deneyime açıklığın ve yüksek nevroitikliğin kişilerin boş zamanlarını verimli bir şekilde kullanamamalarına, sosyalleşememelerinin ve yaratıcılıklarını sınırlandırmasının neden olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak; beş faktör kişilik envanteri ile boş zaman engelleri ölçeği arasında bir ilişki olduğu, beş faktör kişilik envanterinin boş zaman engellerini etkilediği tespit edilmiştir. Bu açıdan bakıldığında bireylerin kişilik özelliklerinin boş zamanlarında dahil olmayı düşündükleri etkinliklere katılım sağlamalarını engelleyebilecek durumları etkileyen önemli birer faktör olduğu söylenebilir. Üniversite yönetimleri ve etkinlik düzenleyicileri, öğrencilerin farklı kişilik profillerine uygun çeşitlilikte faaliyetler sunarak hem boş zaman değerlendirme alışkanlıklarını geliştirebilir hem de engelleyici faktörlerin önüne geçebilir. Bu doğrultuda, kişilik temelli ihtiyaç analizlerinin yapılması ve programların buna göre şekillendirilmesi, etkinliklere katılımın sürdürülebilirliği açısından faydalı olacaktır.

Kısaltmalar / Abbreviations

F	Frekans (Sıklık)
Ss	Standart Sapma (SD)
X	Ortalama

N	Kişi Sayısı
p	p-Değeri Anlamlılık Değeri
t	t-Değeri Değişken etkisi (t-testi istatistiği)
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences

Beyanlar / Declarations

Etik Onay ve Katılım Onayı / Ethics approval and consent to participate

Bu çalışmanın hazırlanma ve yazım sürecinde "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş olup; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazara aittir.

During the preparation and writing of this study, all scientific, ethical, and citation principles outlined in the "Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive" were strictly followed. No manipulation or falsification was carried out on the collected data, and this study has not been submitted to any other academic publication medium for evaluation. The author bears full responsibility for any potential violations that may arise in connection with this article.

Veri Ve Materyal Erişilebilirliği / Availability of data and material

Bu çalışmanın bulgularını destekleyen veriler, makul talepler üzerine sorumlu yazardan temin edilebilir. Veri seti yalnızca akademik amaçlar için erişilebilir olacak ve verilerin herhangi bir kullanımı, orijinal çalışmayı referans gösterecek ve katılımcıların gizliliğini koruyacaktır.

The data that support the findings of this study are available from the corresponding author upon reasonable request. The dataset will be accessible only for academic purposes, and any use of the data will recognize the original study and maintain the confidentiality of the participants.

Çıkar Çatışması / Competing interests

Yazarlar, bu makalede sunulan çalışmayı etkileyebilecek herhangi bir çıkar çatışması veya kişisel ilişkiye sahip olmadıklarını beyan etmektedirler.

The authors declare that they have no known competing financial interests or personal relationships that could have appeared to influence the work reported in this paper.

Researchers' Contribution Declaration:

Bu çalışma tek bir yazar tarafından yürütüldüğünden, araştırmaya yapılan tüm katkı (%100) kendisine atfedilmektedir.

As the study has a single author, the contribution to the research is 100%.

Fon Desteği / Funding

This Bu çalışma, kamu, özel veya kar amacı gütmeyen sektörlerdeki fon sağlayıcı kurumlardan herhangi bir özel destek almamıştır.

This research received no external funding.

Teşekkür / Acknowledgements

None.

APA 7 Citation

Genç, H.I. (2025). The relationship between barriers to participation in recreational activities and personality traits among university students. *International Journal of Health, Exercise, and Sport Sciences (IJOSS)*, 3(2), 101–114.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17429817>

<https://www.ijoss.org/Archive/issue2-volume3/ijoss-Volume2-issue3-22.pdf>

References / Kaynaklar

- Akten, M., & Akten, S. (2011). Rekreasyon potansiyellerinin belirlenmesine yönelik bir model yaklaşımı: Gülez yöntemi. *I. Ulusal Sarıgöl İlçesi ve Değerleri Sempozyumu*, 17-19 Şubat 2011, Sarıgöl.
- Alexandris, K., & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: Results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 16(2), 107-125.
- Alexandris, K., & Carroll, B. (1999). Constrains on recreational sport participation in adults in greece: Implications for providing and managing sport services, *Journal of Sport Management*, 13 (4), 317-332.
- Aydın, S., & Akarsu, M. (2025). Aktif Beden, Eleştirel Zihin: Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Eleştirel Düşünme Arasındaki İlişkinin Demografik Temelli İncelenmesi. *Dede Korkut Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 149-164. <https://doi.org/10.71243/dksbd.1703026>

- Aytaç, Ö. (2002). Boş zaman üzerine kurumsal yaklaşımlar. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(1), 231–260.
- Burger, J. M. (2016). *Kişilik: Psikoloji biliminin insan doğasına dair söyledikleri*. (6. Baskı). (Çev. Ed. Erguvan-Sarioğlu, İ.D.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Cordes, K. A., & İbrahim, H. M. (2003). *Application in recreation and leisure*. McGraw-Hill.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences*, 13(6), 653-665.
- Coşkuntürk, O. S., Kurcan, K., Yel, K., & Güzel, S. (2023). Teknolojik gelişmelerin hareketsiz yaşama ve çocuklarda psiko-motor gelişime etkileri. *Dede Korkut Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 48-59. <https://dergipark.org.tr/en/pub/dksbd/issue/77859/1309808>
- Çalık, S., & Öktem, T. (2024). Fiziksel Egzersiz Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Özgüvenleri ile Ahlaki Olgunluk Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi1. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 13(1), 77-85. <https://doi.org/10.22282/tojras.1392462>
- Demirci-Orel, F., & Yavuz, M. C. (2003). Rekreasyonel turizmde müşteri potansiyelinin belirlenmesine yönelik bir pilot çalışma. *Celal Bayar Üniversitesi Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 6(1-2), 123–134.
- Demirel, M. & Harmandar, D. (2009). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 6(1), 838-846.
- Digman, J.M. (1990). Personality structure: An emergence of the five- factor model. *The Annual Review of Psychology*, 41, 417-440.
- Durna, U. (2005). A tipi ve B tipi kişilik ve bu kişilik yapılarını etkileyen faktörlerle ilgili bir araştırma. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 19(1), 275–290.
- Evinç, G. Ş. (2004). *Maternal personality characteristics, affective state, and psychopathology in relation to children's attention deficit and hyperactivity disorder and comorbid symptoms*. (Unpublished Master Thesis). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Fraenkel, J., Wallen, N., & Hyun, H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8. edition). McGraw-Hill.
- Funder, D. C. (2015). *The personality puzzle* (7th intl. student ed.). W.W. Norton & Company.
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. (Sixteenth edition). Routledge, New York, NY 10017.
- Goldberg, L. R. (1990). An Alternative "description of personality" . The big-five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1216-1229.
- Gönen, M., Ceyhan, M. A., Çakır, Z., Zorba, E., & Coşkuntürk, O. S. (2022). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Rekreasyon Alanı Kullanımlarına İlişkin Engel Ve Tercihleri. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 11(4), 59-76.
- Graziano, W. G., & Eisenberg, N. (1997). Agreeableness: A dimension of personality. *Handbook of personality psychology* (ss. 795-824). Elsevier.
- Gunther, K. C., Cohen, L. H., & Armelli, S. (1999). The role of neuroticism in daily stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1087-1100.
- Gül, T. (2014). Rekreasyon olgusuna genel yaklaşım. In A. Yaylı (Ed.), *Rekreasyona giriş* (ss. 1–67). DetayYayıncılık.
- Gürbüz, B., & Karaküçük, S. (2007). Boş zaman engelleri ölçeği-28: Ölçek geliştirme, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1, 3-10.
- Gürbüz, B., Öncü, E., & Emir, E. (2012, December). Leisure constraints questionnaire: Testing the construct validity. In *12th International Sports Sciences Congress* (pp. 339-343).
- John, O. P., Donahue, E. M., & Kentle, R. L. (1991). *The big five inventory: Versions 4a and 54*, *Institute of Personality and Social Research*. University of California, Berkeley, CA.
- Karaçar, E. (2014). Boş zaman ve rekreasyon. In A. Yaylı (Ed.), *Rekreasyona giriş* (ss. 1–67). DetayYayıncılık.
- Karagöz, Y. (2017). *SPSS ve AMOS uygulamalı nitel-nicel-karma bilimsel araştırma yöntemleri ve yayın etiği* (1. Baskı). İstanbul: Nobel Kitabevi.
- Kement, Ü. (2015). *Doğaya yönelik gerçekleştirilen rekreatif etkinliklerde tüketicilerin çevre dostu rekreasyon davranışlarının incelenmesi: Kamping örneği* (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- McCrae, R. R. & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1989). Reinterpreting The Myers-Briggs type indicator from the perspective of the five-factor model of personality. *Journal of Personality*, 57(1), 17-40.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective*. New York: Guilford Press
- Müftüler, M. (2008). *Muğla Üniversitesi'nde okuyan öğrencilerin çoklu zekâ alanlarına göre rekreasyon tercihlerinin belirlenmesi* (Yüksek lisans tezi). Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.

- Öztürk, H. (2013). *Sanayi çalışanlarının rekreatif aktivitelere katılımlarının örgütsel bağlılık ve tükenmişlik düzeylerine etkisi (Gaziantep Uygulaması)*. (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Pigram, J. J., & Jenkins, J. M. (2005). *Outdoor recreation management*. Routledge Taylor & Francis Group.
- Robbins S.P., & Judge, T.A. (2013). *Örgütsel davranış* (14.Basım). (Çeviri Editörü: Prof. Dr. İnci Erdem). Ankara: Nobel Akademik Yayın.
- Sarıbaş, Ö. (2012). Kişilik tiplerine ve demografik özelliklere göre boş zaman değerlendirme ve rekreasyon faaliyetlerine katılımı etkileyen unsurlar: Üniversite öğrencilerine yönelik bir uygulama. *13. Ulusal Turizm Kongresi*, 6–9 Aralık 2012, Antalya.
- Somer, O. (1998). Türkçe'de kişilik özelliği tanımlayan sıfatların yapısı ve beş faktör modeli, *Türk Psikoloji Dergisi*, 13, 17–32.
- Somer, O., Korkmaz, M., & Tatar, A. (2002). Beş faktörlü kişilik envanteri'nin geliştirilmesi-I: ölçek ve alt ölçeklerin oluşturulması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 17/49, 21–33.
- Somer, O., Korkmaz, M., & Tatar, A. (2011). *Kuramdan uygulamaya beş faktör kişilik modeli ve beş faktör kişilik envanteri (5FKE)*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Sung, Y.S., Choi, N.C. (2009). Do big five personality factors affect individual creativity? The moderating role of extrinsic motivation. *Social Behavior and Personality*, 2009; 37(7), 941-956.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management*. Routledge Taylor & Francis Group.
- Wilmot, M. P., Wanberg, C. R., Kammeyer-Mueller, J. D., & Ones, D. S. (2019). Extraversion advantages at work: A quantitative review and synthesis of the meta- analytic evidence. *Journal of Applied Psychology*, 104(12), 1447.
- Yazgan-Inanç, B., & Yerlikaya, EE. (2012). *Kişilik kuramları* (6.Basım). Ankara: Pegem Akademi.
- Yazıcıoğlu, Y., & Erdoğan, S. (2014). *SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yel, K., Şencan, D., Güzel, S., & Erkiş, A.O. (2024). Physical activity, nutrition, and healthy living. *International Journal of Health, Exercise, and Sport Sciences (IJOSS)*, 1(3), 15-28. <https://www.ijoss.org/Archive/ijoss-Volume1-issue3-02.pdf>
- Yıldız, S., Taştan-Boz, İ., & Yıldırım, B. (2012). Kişilik tipi ile olumlu sosyal davranış arasındaki ilişki: Marmara Üniversitesi öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 26(1), 215-233.
- Zel, U. (2011). *Kişilik ve liderlik*. (3. Baskı). Ankara: Nobel Yayın.

Publishers' Note

IJOSS remains neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.