



Türk Turizm Araştırmaları Dergisi

2020, 4(3): 2031-2054.

DOI: [10.26677/TR1010.2020.465](https://doi.org/10.26677/TR1010.2020.465)

ISSN: 2587-0890 Dergi web sayfası: <https://www.tutad.org>



ARAşTIRMA MAKALESİ

Rekreasyon Aktiviteleri Hayat Memnuniyeti ve Akademik Başarıyı Arttırıyor Mu?

Arş. Gör. Dr. Yakup Kemal ÖZEKİCİ, Adıyaman Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Adıyaman, e-posta: ykozekici@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2482-7355>

Öğr. Gör. Taner DAĞLIOĞLU, Gaziantep Üniversitesi, Turizm M.Y.O. Gaziantep, e-posta: tanerdaglioglu@gantep.edu.tr

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1197-2871>

Öğr. Gör. Dr. Metin SÜRME, Gaziantep Üniversitesi, Turizm M.Y.O. e-posta: metinsurme@gantep.edu.tr

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9810-7073>

Öz

Çalışma kapsamında, akademik başarıyı iyileştirici birer unsur olarak rekreatif etkinlikler ve hayat memnuniyetinin açıklayıcı rolüne yönelik bilgi temin edilmesi amaçlanmaktadır. Amaç doğrultusunda, nicel araştırma deseni benimsenmiş ve kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılan turizm ve otelcilik, spor bilimleri ile mühendislik alanlarında eğitim gören 303 katılımcıdan anketler aracılığıyla edinilen veriler analiz edilmiştir. Elde edilen veriler aracılığıyla araştırma kapsamında oluşturulan üç hipotez, basit doğrusal regresyon analizi ile test edilmiştir. Araştırma sonucunda, ilk olarak, rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyinin akademik başarıyı pozitif yönde ve anlamlı olarak etkilediği görülmüştür. Benzer şekilde, hayat memnuniyetinin de akademik başarıyı pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde etkilediği tespit edilmiştir. Son olarak, rekreatif etkinliklere katılım düzeyinin hayat memnuniyetini pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde etkilediği ortaya konulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Akademik Başarı, Akademik Yeterlilik, Hayat Memnuniyeti, Rekreasyon Aktivitelerine Katılım

Makale Gönderme Tarihi: 06.03.2020

Makale Kabul Tarihi: 01.07.2020

Önerilen Atıf:

Özekici, Y. K., Dağlıoğlu, T. ve Sürme, M. (2020). Rekreasyon Aktiviteleri Hayat Memnuniyeti ve Akademik Başarıyı Arttırıyor Mu?, *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(3): 2031-2054.

© 2020 Türk Turizm Araştırmaları Dergisi.



Journal of Turkish Tourism Research

2020, 4(3): 2031-2054.

DOI: [10.26677/TR1010.2020.465](https://doi.org/10.26677/TR1010.2020.465)

ISSN: 2587-0890 Journal Homepage: <https://www.tutad.org>



RESEARCH PAPER

Does Recreational Activities Stimulate Life Satisfaction and Academical Achievement?

Dr. Yakup Kemal ÖZEKİCİ, Adıyaman University, Faculty of Tourism, Adıyaman, e-mail: ykozekici@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2482-7355>

Lecturer Taner DAĞLIOĞLU, Gaziantep University, Vocational School of Tourism, Gaziantep, e-mail: tanerdaglioglu@gantep.edu.tr

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1197-2871>

Dr. Metin SÜRME, Gaziantep University, Vocational School of Tourism, e-mail: metinsurme@gantep.edu.tr

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9810-7073>

Abstract

The main aim of this study is to provide knowledge and predict the role of both recreational activity participation level and life satisfaction on the academic sufficiency level. To fulfill this aim, a quantitative approach based on questionnaire form as a data acquisition method was adopted, and consecutive regression analyzes were performed to scrutinize three hypotheses derived from the extant literature. As a result of the analyses performed on the data gained from 303 undergraduate students from three different fields (tourism, engineering, and sport sciences), it was concluded that life satisfaction, as well as recreational activity participation level, have a significant and positive effect on academical sufficiency. Also, the recreational activity participation level was seen to have a significant positive impact on academic sufficiency. Theoretical and managerial implications for the various segments of relevant sectors were discussed in the conclusion.

Keywords: Academic Achievement, Academic Sufficiency, Life Satisfaction, Recreational Activities, Participation Level of Recreational Activities.

Received: 06.03.2020

Accepted: 01.07.2020

Suggested Citation:

Özekici, Y. K., Dağlıoğlu, T. and Sürme, M. (2020). Does Recreational Activities Stimulate Life Satisfaction and Academical Achievement?, *Journal of Turkish Tourism Research*, 4(3): 2031-2054.

© 2020 Türk Turizm Araştırmaları Dergisi.

GİRİŞ

Mutluluk çağlar boyunca hayatın temel odağı olarak süregelmiştir. Öyle ki, Aristo mutluluğun insan hayatının temel varlık sebebi olduğunu öne sürmüştür (Erdoğan vd., 2012: 1038). Hayat memnuniyeti ise mutluluğun temel göstergelerinden biridir (www.healthypeople.gov). Dolayısıyla hayat memnuniyeti ile ilişkili olan faktörleri anlamak, öznel iyi oluşu, dolayısıyla mutluluğu sağlayan unsurların kavranmasında önem taşımaktadır.

Hayat memnuniyetine yönelik zengin ve çeşitli bir literatür söz konusudur (Agyar, 2013: 2186; Chick, 2016: 2). Söz gelimi, hayat memnuniyetinin hayat süresinin uzaması ve uyku kalitesinin iyileştirilmesi ile ilişkili olduğu bilinen bir husustur (Heo vd., 2013: 16; Zhi vd., 2016: 211). Bununla birlikte, hayat memnuniyetinin işgücü devir oranını düşürdüğü ve işgücü performansını arttırdığı da tespit edilmiştir (Amah, 2009: 24; Erdoğan, 2012: 1066). Bu nedenle, birçok işletme, işgörenlerin hayat memnuniyetini iyileştirme odaklı uygulamaları hayata geçirmiştir (Cook, 2011). Hayat memnuniyetinin taşıdığı bu önem, kavram ile ilişkili olan unsurların irdelenmesini sağlamıştır. Bu unsurlar iş hayatı, medeni durum, hayat standartları, sosyal ilişkiler, sağlık ve rekreatif etkinliklere katılımdır (Hard vd., 1991; Gagliardi vd., 2012: 186). Bu unsurlar içerisinde, rekreatif etkinliklere katılım, hayat memnuniyetine olan etkisi bakımından önem arz etmektedir (Chun vd., 2012: 440; Chick vd., 2015: 235). Zira, etkinliklere katılım kişinin gelişimi ve kendini gerçekleştirmesine katkı sağlamaktadır (Parker, 1996: 69).

Rekreatif aktivitelere katılım düzeyi ile hayat memnuniyeti ilişkisini ele alan araştırmalar incelendiğinde, bu araştırmaların çoğunlukla ileri yaştaki katılımcılar üzerine yoğunlaştığı görülmektedir (Parker, 1996; Kim, 2000; Şener vd., 2007; Gagliardi vd., 2012: 186; Leo vd., 2013; Kim ve Moon, 2013). Yapılan literatür taraması sonucunda, genç neslin rekreasyon aktivitelerine katılımı ile hayat memnuniyetine yönelik algılarına yönelik ilişkiyi açıklayan araştırma sayısının sınırlı olduğu görülmüştür (Tercan, 2015; Proctor vd., 2009: 583). Oysa Türkiye’de rekreatif zenginlik yaş ilerledikçe azalmaktadır (Türkiye İstatistik Kurumu [Tuik], 2020). Bu nedenle, genç neslin rekreasyon etkinliklerine katılma eğilimi ile hayat memnuniyeti ilişkisini el alan bir araştırmanın yukarıda bahsedilen hususların aydınlatılması bakımından önemli olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte, akademik başarı ile hayat memnuniyeti ilişkisinin de yeterli ölçüde incelenmediği görülmüştür (Dost, 2010; Ayyash-Abdo ve Sanchez-Ruiz, 2012; Diseth vd., 2012; Arlı, 2013; Samuel, 2014; Abdi vd., 2015; Ayar ve Koç, 2018: 105). Dolayısıyla akademik başarının hayat memnuniyeti üzerindeki rolü araştırmanın bir diğer yönünü oluşturmaktadır. Yine, akademik başarı üzerine gerçekleştirilen literatür incelendiğinde, rekreatif aktivitelere katılım ve akademik başarı ilişkisinin uluslararası literatür genelinde test edildiği (Andre vd., 2017; Mcloughlin vd., 2020) görülmüştür. Diğer taraftan, ulusal literatür incelendiğinde, söz konusu değişkenler arasındaki ilişkiyi test eden bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu konuda gerçekleştirilen yakın çalışmalar incelendiğinde, akademik başarıyı açıklayan değişken olarak boş zaman yönetiminin konu edildiği görülmüştür (Akyüz, 2020; Yaşartürk vd., 2018). Tüm bu faktörler göz önünde bulundurulduğunda, akademik başarıyı iyileştirici birer faktör olarak rekreatif aktivitelere katılım sıklığı ve hayat memnuniyetinin rolünü incelemek bu çalışmanın amacı olarak belirlenmiştir. Bu amacın gerçekleştirilmesi ile, literatüre teorik bakımdan üç yönde katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Bu katılardan birincisi, hayat memnuniyeti ve rekreatif aktivitelere katılım ilişkisinde örnekleme dayalı araştırma yoksunluğunun giderilmesidir. İkincisi, ulusal literatürde akademik başarıyı açıklayan bir öncül olarak rekreatif aktivitelere katılım düzeyinin ele alınmamış olması nedeniyle bu değişkenin literatüre dahil edilmesidir. Üçüncüsü ise, akademik başarıyı açıklamada kullanılmak üzere hayat memnuniyetinin

test edilmesidir. Bu bağlamda, çalışma aracılığıyla literatüre bu noktalarda katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte, rekreatif aktivitelere katılım düzeyinin hayat memnuniyeti ve akademik başarı üzerindeki rolünün ortaya konulması ile, sektör ve eğitim kurumlarında rekreasyon faaliyetlerini teşvik etmenin önemini perçinleştireceği düşünülmektedir. Diğer taraftan, araştırma sonucunda ulaşılan sonucun, akademik başarı ile rekreatif aktiviteler arasında kurgulanan olumsuz algıyı (Yu vd., 2006: 331) değiştirecek önemli sonuçlara ulaşacağı düşünülmektedir.

KAVRAMSAL ÇERÇEVE ve HİPOTEZ GELİŞİMİ

Rekreatif Etkinliklere Katılım ve Hayat Memnuniyeti

İnsan deneyimine yönelik araştırmaların yirminci yüzyılda artış göstermesi, pozitif psikoloji literatüründe yer alan araştırmaların mutluluk/memnuniyet boyutu odaklı olmasını beraberinde getirmiştir (Ng vd., 2015: 479). Memnuniyet mefhumu, kısa süreyi temel alan şiddetli memnuniyet ve uzun süreli memnuniyet olmak üzere iki kısma ayrılmaktadır. İkinci kısmı oluşturan uzun süreli memnuniyetin bir diğer adı da hayat memnuniyetidir (Agyar, 2013: 2186). Hayat memnuniyetinin hayat kalitesinin temel göstergeleri arasında olan sağlık, finans, iş memnuniyeti, öz güven ve insan ilişkilerinin genel bir değerlendirilmesinden meydana geldiği düşünülmektedir (Keng vd., 2000; Kim, 2000: 30; Abdi vd., 2015: 669). Buna göre bahsi geçen unsurların ortalaması, kişinin zihninde hayat memnuniyetine ilişkin bir standart halini almaktadır (Chick, 2016: 5). Dolayısıyla, belirlenen standardın altında bir algıya sahip olan kişilerin hayat memnuniyet düzeyleri düşük olmaktadır.

Hard vd., (1991) hayat memnuniyetini etkileyen 6 faktörün bulunduğunu ifade etmiştir. Bunlar evlilik, iş, boş zaman aktiviteleri, hayat standartları, arkadaşlık ve sağlıktır (Şener, 2007; Lapa, 2013: 1986; Agyar, 2013: 2187). Hayat memnuniyetine olan etkisi açısından bu ve bunun gibi pek çok değişkeni dâhil etmek mümkündür (Ng vd., 2015: 479). Bu değişkenlerin bir kısmı Tablo 1’de görülmektedir.

Tablo 1’de bahsi geçen araştırmalar, hayat memnuniyetine ilişkin kavramsal ağına küçük bir kısmını oluşturmaktadır. Tablo 1 incelendiğinde, hayat memnuniyetinin pek çok farklı değişken ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Zira, hayat memnuniyetine yönelik oldukça zengin bir literatür söz konusudur (Kim ve Moon, 2013: 486). Öte yandan, birçok araştırma alanına konu olan hayat memnuniyetinin rekreasyon araştırmalarınınca da irdelendiği görülmektedir. Bu kapsamda hayat memnuniyeti ile rekreatif memnuniyet (Hawkins, 2004; Lapa, 2013; Walker, 2011; Tse vd., 2015), rekreasyon etkinliklerinde algılanan bağımsızlık ve yalnızlık (Poulsen vd., 2008) değişkenlerinin ilişkilendirildiği görülmektedir. Diğer taraftan, rekreasyon aktivitelerine katılıma ilişkin literatür gözden geçirildiğinde, rekreasyon etkinliklerine katılım düzeyinin sırasıyla rekreasyon memnuniyeti (Gagliardi vd., 2012), özgüven ve kültürel etkileşim (Kim ve Lee, 2010), rekreasyon etkinliklerine katılımında karşılaşılan engeller (Kim ve Moon, 2013) gibi değişkenler ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Hayat memnuniyeti ile rekreasyon aktivitelerine katılım değişkenlerinin bir arada incelendiği araştırmaların ise rekreasyon literatüründe üç kısma ayrıldığı görülmektedir. Bunlardan ilki hayat memnuniyetini açıklamada fiziksel aktivitelere katılımı konu etmektedir (McAuley vd., 2000; Fernandez-Ballestros vd., 2001; Park, 2004; Rodriguez vd., 2008; Maher vd., 2013; Stensberg ve Phelps, 2013). İkincisi hayat memnuniyetini seyahat aktivitelerine katılımı konu etmektedir (Gilbert ve Abdullah, 2004; Mactavish vd., 2007; Neal vd., 2007; Sirgy, 2011; Lusby vd., 2012). Üçüncüsü ise hayat memnuniyetini açıklamada rolü olduğu düşünülen rekreasyon etkinliklerini tek bir aktivite ile sınırlandırmamaktadır. Bu araştırmalarda birçok rekreasyon aktivitesinin ayrı ayrı

incelendiği görülmektedir (Stebbins, 1992; Everard vd., 2000; Chen, 2001; Gabriel ve Bowling, 2004; Hawkins vd., 2004; Subaşı ve Hayran, 2005; Poulsen vd., 2006; Nimrod, 2007a; Nimrod, 2007b; Poulsen vd., 2008; Adams vd., 2011; Ekstrom vd., 2011; Read vd., 2013; Heo vd., 2013; Tercan, 2015).

Tablo 1: Hayat Memnuniyetini Açıklamada Kullanılan Değişkenler

Değişken	Araştırma
Yaş, Kültür, Cinsiyet, Etnicite, Sağlık Gibi Demografik Değişkenler ile Hayat Memnuniyetini Ele Alan Araştırmalar	Nimrod (2007a), Şener vd., (2007) Larson (1978), Landerman ve Okun (1985), Subaşı ve Hayran (2005) ile Al-Attayah ve Nasser (2016), Guista vd., (2011), Yuen (2013)
Akademik Aktivitelere Katılım Düzeyi Akademik Başarı ve Akademik Benlik	Möller vd., (2011)
Dindarlık	Bergan vd., (2001), Ayten (2013), Kongarchapatara vd., (2014)
Örgütsel Bağlılık	Blackhurst vd., (1998)
Mükemmeliyetçilik	Altun ve Yazıcı (2010)
İş Ve Aile Hayatı	Brown ve Duan (2007) Zhao vd., (2016)
Duygusal Eğitim	Çivitci ve Topbaşoğlu (2015)
Umut Algısı	Du vd., (2015)
İyimserlik	Gülcan ve Bal (2014)
Kişilerarası İlişkiler	Hawken vd., (1991)
Problemlili İnternet Kullanımı	Kabasakal vd., (2015)
Yükseköğretim Memnuniyeti	Osmanoğlu ve Kaya (2013)
Duygusal Zekâ Düzeyi	Özdemir ve Dilekman (2016) Yunus vd., (2015)
Kişilik Özellikleri	Proto ve Rustichini (2015) Ramesh vd., (2016) Salami (2008), Vorkapic (2016)
Kariyer Adaptasyonu ve Umut	Santilli vd., (2014)
Gelir ve Para Etiği Anlayışı	Tang vd., (2012)
İyimserlik	Sapmaz ve Doğan (2012)
Öz Duyarlılık	Tel ve Sarı (2016)
Sportif Yeterlilik	Tsitskari ve Kouli (2010)
Psikolojik Dayanıklılık	Tümlü ve Receptoğlu (2010)
Vücut İndeksi	Wittberg vd., (2009)
Seyahat Davranışları	Tzuhui vd., (2015)
Yalnızlık	Yılmaz ve Altınok (2009)
Aidiyet Duygusu	Seyitoğlu ve Çevik (2016)
Öz Güven ve Materyalizm Güdüsü	Zhou vd., (2015)
Kariyer Memnuniyeti	Hirsch (2016)
Serbest Zaman Memnuniyeti	Gökçe (2008)
Stresle Başa Çıkma	Chun vd., (2012)

Yazarlar tarafından oluşturulmuştur.

Tüm bu değişkenler göz önünde bulundurulmak suretiyle, rekreasyon literatüründe hayat memnuniyeti ile rekreasyon aktivitelerine katılım ilişkisini ele alan araştırmalar incelendiğinde,

Parker (1996) emeklilerin boş zaman aktivitelerine ayırdıkları zaman ile hayat memnuniyeti arasındaki ilişkiyi ele aldığı araştırma sonucunda rekreasyon etkinliklerine katılım ile hayat memnuniyeti arasında pozitif yönlü bir ilişkinin bulunduğunu tespit etmiştir. Nimrod (2007b) emeklilerin rekreatif etkinliklere katılım düzeyi ile hayat memnuniyeti arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda rekreasyon aktivitelerine katılım sıklığının hayat memnuniyetini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir. Sato (2016) hayat memnuniyeti ile rekreasyona yönelik aktiviteler arasındaki ilişkiye yönelik yürüttüğü araştırma sonucunda rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyinin hayat memnuniyetini pozitif yönde etkilediği tespit edilmiştir. Sirgy (2011) rekreasyon aktiviteleri içerisinde yer alan seyahat gezilerinin hayat memnuniyeti ile ilişkisini konu ettiği araştırma sonucunda seyahat gezilerinin hayat memnuniyetini pozitif yönde etkilediğini tespit etmiştir. Şener vd., (2007) emeklilerin rekreasyon aktivitelerine katılma sıklığı ile hayat memnuniyeti arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yürüttüğü araştırma sonucunda rekreasyon etkinliklerine katılımın hayat memnuniyetini açıklayan en önemli boyut olduğunu ortaya koymuştur. Tercan (2015) üniversite öğrencilerinin rekreasyon aktivitelerine katılım, aile bireylerine yönelik algı ve hayat memnuniyeti arasındaki ilişkiyi incelediği araştırma sonucunda rekreasyon aktivitelerine katılma düzeyi yüksek olan öğrencilerin hayat memnuniyetinin daha yüksek düzeyde olduğunu tespit edilmiştir. Kim (2000) emeklilerin hayat memnuniyeti, rekreasyon etkinliklerine katılım ve kültürlerarası etkileşim boyutları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırma sonucunda boş zaman aktivitelerine katılım düzeyi daha düşük olanların hayat memnuniyetlerinin daha düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Literatürde yer alan diğer araştırmalarda da benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmüştür (Stebbins, 1992; Everard vd., 2000; Everard vd., 2000; Chen, 2001; Gabriel ve Bowling, 2004; Gabriel ve Bowling, 2004; Hawkins vd, 2004; Subaşı ve Hayran, 2005; Subaşı ve Hayran, 2005; Poulsen vd., 2006; Nimrod, 2007a; Nimrod, 2007b; Poulsen vd., 2008; Adams vd, 2011; Ekstrom vd, 2011; Read vd., 2013; Heo vd., 2013; Tercan, 2015). Konuyla ilgili ulusal literatür incelendiğinde, Akova vd., (2019) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen araştırma sonucunda rekreasyon deneyiminin psikolojik iyi oluşu pozitif yönde açıkladığı tespit edilmiştir. Benzer şekilde, Sevin ve Şen (2019) öğretmenlerin rekreatif aktivitelere katılım düzeyi ile hayat memnuniyeti arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit etmiştir. Son olarak, Sevinç ve Hale-Özel (2018), dalış aktivitesine katılanlar üzerine gerçekleştirdiği çalışma kapsamında, dalış aktivitesinin hayat memnuniyetini arttırdığına yönelik bir çıkarsamayı ortaya koymuştur. Tüm bu araştırma sonuçlarından hareketle, mevcut araştırmanın ilk hipotezi şu şekilde olacaktır.

H₁: Rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyi, hayat memnuniyetini pozitif yönde etkilemektedir.

Hayat Memnuniyeti ve Akademik Başarı

Mutluluğu sağlayan temel unsurlardan bir diğeri de başarıdır (Erdoğan vd., 2012: 1038). Türkiye’de mutluluk kaynağı olan değerlere bakıldığında, başarının mutluluk üzerindeki rolü görülecektir (Tablo 2).

Hayat memnuniyeti üzerine birçok araştırma gerçekleştirilmiş olmasına karşın, öğrencilerin akademik başarıları ve hayat memnuniyeti ilişkisini ele alan araştırma sayısı oldukça sınırlıdır. Bu noktada, akademik başarıyı konu edinen literatür incelendiğinde, ulusal ve uluslararası literatürde, akademik başarıyı çeşitli değişkenlerle ilişkilendiren pek çok araştırmanın yürütüldüğü görülmektedir. Bu değişkenler içerisinde sıklıkla incelenen değişkenlerin sırasıyla demografik unsurlar (cinsiyet, ikamet yeri, yaş değişkenleri (Ng ve Confessore, 2015), ebeveyn stilleri (Chen, 2015), üniversiteye aidiyet duygusu (Duru ve Balkıs, 2015), okul iklimi (Bahçettepe ve Giorgetti,

2015; Hakimzadeh vd., 2016), akademik kariyer adaptasyonu (Negru-Subtirica ve Pop,2016) katılım gösterilen sportif etkinlik (Öcal ve Koçak, 2010) örgüt performansı (Poropat, 2011), telefon bağımlılığı (Samaha ve Hawi, 2016) eğitim alınan bölümden duyulan memnuniyet (Sert, 2012; Simoes vd, 2010; Yıldırım vd., 2015) öz yeterlilik ve sosyal destek arasındaki (Sivandani vd., 2013) fiziksel aktivitelere katılım düzeyi (Yu vd., 2006; Keeley ve Fox, 2009) şeklinde olduğu görülmüştür. Bu noktada, son yıllarda akademik başarı düzeyini hayat memnuniyetini açıklamada bir değişken olarak kullanan araştırmaların yapılmaya başlandığı görülmektedir. Yine de hayat memnuniyetinin akademik başarı ile ilişkisini ele alan oldukça az sayıda araştırma bulunmaktadır (Ng vd., 2015: 481).

Tablo 2: Türkiye’de Mutluluk Kaynağı Olan Değerler (2005-2015)

	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Sağlık	69,2	72,1	68,7	71,1	70,7	71,2	72,8	70,8	68,0	68,8	68,8	72,1	68,0	69,0	69,9
Sevgi	11,9	11,2	13,5	11,8	13,2	13,0	13,1	13,8	15,2	15,4	15,8	14,6	16,6	15,5	14,3
Başarı	5,5	6,3	6,4	5,7	6,6	6,9	6,9	6,7	8,6	8,5	8,6	7,0	9,0	8,8	9,2
Para	5,9	4,7	6,4	5,4	5,2	4,6	4,3	5,1	4,1	4,2	3,9	3,2	3,9	4,2	4,2
İş	5,0	3,9	2,9	3,8	3,5	3,5	2,4	3,1	2,3	2,2	2,0	2,3	1,9	2,2	2,1
Diğer	2,5	1,8	2,2	2,2	0,8	0,9	0,5	0,6	1,8	0,9	1,0	0,8	0,6	0,2	0,3

(Kaynak, TÜİK (2020))

Akademik başarı düzeyi ile hayat memnuniyeti ilişkisini ele alan araştırmaların önemli bir kısmı, bu iki değişken arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucunu rapor etmişlerdir (Chow, 2005; Gilman ve Huebner 2006; Suldo vd., 2006; Dost, 2010; Diseth vd., 2012; Abdi vd., 2015; Ng vd., 2015). Bu kapsamda Abdi vd., (2015), 500 üniversite öğrencisinin hayat memnuniyeti ile akademik başarı düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Ng vd., (2015) ise hayat memnuniyetinin akademik başarı üzerindeki etkisini tespit etmek üzere 821 lise öğrencisi üzerinde yürüttüğü araştırma sonucunda her iki değişkenin de birbiri üzerinde etkisinin olduğunu ortaya koymuştur. Diseth vd., (2012), 240 ortaokul öğrencisi üzerinde yürüttüğü araştırma sonucunda yüksek düzeyde hayat memnuniyetinin, akademik yeterlilikle açıklandığını savunmuştur. Suldo vd., (2006)’nın araştırması Diseth vd., (2012)’nin araştırma sonucunu desteklemektedir. Dost (2010), Türkiye ve Güney Afrika’daki üniversite öğrencilerinin akademik başarı düzeyi ile hayat memnuniyeti arasındaki ilişkiyi tespit etme amacıyla 803 üniversite öğrencisi üzerinde yürüttüğü araştırma sonucunda, akademik başarı düzeyine göre öğrencilerin hayat memnuniyetinin farklılık gösterdiğini tespit etmiştir. Yine, Koç (2018), 461 üniversite öğrencisi üzerine gerçekleştirdiği araştırma sonucunda, akademik motivasyon ve hayat memnuniyeti arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit etmiştir. Gilman ve Huebner (2006) akademik başarı düzeyi orta veya yüksek olan ergenlerin hayat memnuniyetlerinin de yüksek düzeyde olduğunu tespit etmiş, Rode vd., (2005) kolej öğrencilerinin Chow (2005) ise Kanadalı üniversite öğrencilerinin hayat memnuniyeti ile akademik başarı düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğunu ortaya çıkarmıştır. Öte yandan bu iki değişken arasında herhangi bir ilişkinin bulunmadığını savunan araştırmalar da bulunmaktadır (Bradley ve Corwyn, 2004; Ayyash-Abdo ve Sanchez-Ruiz, 2012).

Tüm bu araştırmalar içerisinde Ng vd., (2015)’in çalışması önem arz etmektedir. Zira bu araştırma kapsamında hayat memnuniyeti ile akademik başarı düzeyi ilişkisini ele alan araştırmaların ortak problemleri vurgulanmıştır. Buna göre, akademik başarı ile hayat memnuniyeti arasındaki var olmakla birlikte bu ilişkinin gücü zayıftır. Diğer taraftan hayat memnuniyetinin bir neden mi yoksa

sonuç mu olduğu konusunda bir görüş birliğinin bulunmamaktadır. Başka bir değişle değişkenlerden hangisinin diğerini yordadığına yönelik net bir sonuç bulunmamaktadır. Bu bağlamda, Quinn ve Duckworth (2007)'un öğrenciler üzerine gerçekleştirdiği ve iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü belirlemeyi çalışmanın temel amacı olarak ortaya koyduğu boylamsal desenli çalışmanın sonucu önem taşımaktadır. Çalışma sonucunda, hayat memnuniyet düzeyi daha yüksek olan öğrencilerin, ilerleyen dönemlerde akademik başarı anlamında kayda değer bir gelişmeyi yakaladığı tespit edilmiştir. Bu sonuç ve ilgili literatürdeki diğer bulgulardan hareketle, mevcut araştırmanın ikinci hipotezi şu şekilde olacaktır;

H₂: Hayat memnuniyeti akademik başarıyı pozitif yönde etkilemektedir.

Rekreatif Katılım Düzeyi ve Akademik Başarı

Akademik başarı ile iliştirici bir unsur olarak rekreasyon etkinliklerinin rolünü ele alan araştırmalar incelendiğinde, bu iki değişken arasındaki ilişkinin yön ve kapsamını açıklayan bir görüş birliğinin bulunmadığı görülmektedir. Buna göre, birtakım araştırmalar rekreasyon etkinliklerine katılım düzeyi ile akademik başarı düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olduğunu savunmaktadır. Bu bağlamda, Gehring (2000) fiziksel aktivite düzeyi yüksek olan öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin, fiziksel aktivite düzeyi düşük olan öğrencilerden daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Birtakım araştırmalar ise boş zaman aktiviteleri ile akademik başarı arasında bir ilişki bulunmasına karşın bu ilişkinin sınırlı olduğunu savunmuşlardır (Bergin, 1992; Mahoney vd., 2003; Rees ve Sabia 2010). Örneğin Taras (2005), fiziksel aktivitelere katılım düzeyinin yüksek olmasının, kısa dönemde yüksek olmayan derecede bir başarı sağlayabildiğini ancak uzun vadedeki etkisinin bilinmeyeceğini öngörmüştür. Singh vd., (2012) çocukların fiziksel aktivitelere katılım düzeyinin akademik başarı düzeyi ile pozitif yönlü bir ilişki içinde bulunduğunu tespit etmiştir. Fletcher vd., (2003) boş zaman aktiviteleri kapsamında kulüp aktivitelerine katılmanın akademik başarı düzeyini arttırdığını tespit etmiştir.

Akademik başarıyı boş zaman etkinlikleri ile ilişkilendiren araştırmaların bir diğer bölümü, boş zaman etkinliklerinin akademik başarıyı olumsuz etkilediğini savunmaktadır. Bu bağlamda, Coleman (1985) ile Stegman ve Stephens, (2000) fiziksel aktivitelere dayalı boş zaman etkinliklerine ayırdığı zamanı yüksek olan öğrencilerin akademik başarılarının düşük olduğunu tespit etmiştir. Diğer bir boş zaman aktivitesi olan televizyon izleme etkinliğini ele alan araştırmaların önemli bir kısmı, bu aktivitenin akademik başarıyı olumsuz etkilediğini savunmuştur (Williams vd., 1982; Cooper vd., 1999; Shin, 2010). Potter, (1987) ise diğer araştırmalardan farklı olarak, televizyon izlemenin haftada 10 saati geçmediği müddetçe akademik başarıyı etkilemediğini savunmuştur. Kubey vd., (2001), üniversite öğrencileri üzerinde yürüttüğü araştırma sonucunda bir boş zaman etkinliği olarak internet kullanımının akademik başarıyı olumsuz yönde etkilediğini tespit etmiştir. Akademik başarıyı boş zaman etkinlikleri ile ilişkilendiren araştırmaların üçüncü kısmı boş zaman etkinlikleri ile akademik başarı düzeyi arasında bir ilişkinin bulunmadığını savunmaktadır (Field vd., 2001; Yu vd., 2006). Bu iki araştırmada da akademik başarı düzeyinin fiziksel aktivitelere katılım düzeyi ile bir ilişkisinin olmadığı tespit edilmiştir.

Tüm bu çalışma sonuçlarından anlaşılacağı üzere, akademik başarı düzeyi ve rekreasyon etkinliklerine katılım düzeyi arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmaların dağınık bir yapı sergilediği söylenebilir. Bu dağınıklığın nedeni, farklı etkinliklere katılımın akademik başarıyla ilişkilendirilmesinden kaynaklanabilir. Zira, akademik başarıya yönelik farklı sonuçları savunan

araştırmaların, farklı rekreasyon etkinliklerini araştırma kapsamına aldığı görülmektedir. Bu araştırma kapsamında ise birçok farklı boş zaman etkinliğine olan katılım düzeyi ile akademik başarı ilişkisi incelenmiştir. Literatürde rekreasyon etkinliklerine katılımın ortalaması üzerinden ilişki araştırması yürüten birtakım araştırmalar bulunmaktadır (Kaufman, 1984; Şener, 2007). Bu bağlamda araştırmanın son hipotezi şu şekilde olacaktır.

H₃: Rekreasyon etkinliklerine katılım düzeyi akademik başarıyı pozitif yönde etkilemektedir.

İlgili literatürü özetlemek gerekirse, akademik başarı, hayat memnuniyeti ve rekreatif etkinlik kavramlarının birbirlerini açıklayan bir yapıya sahip oldukları düşünülmektedir. Özelde ise, hayat memnuniyeti ve rekreatif etkinliklerin akademik başarıyı olumlu yönde etkilediği ve rekreasyon etkinliklerine katılımın hayat memnuniyetini iyileştirdiği düşünülmektedir.

YÖNTEM

Bu çalışmanın amacı, akademik başarının öncülleri olarak rekreatif aktivite ve hayat memnuniyetinin rolünü ortaya koymaktır. Çalışmanın amacı gereği ölçüme konu olan değişkenlerin belirli olması nedeniyle, nicel araştırma yöntemlerinin temel alınması gerekli görülmüştür (Yılmaz, 2013). Bu amacı gerçekleştirmek üzere söz konusu değişkenleri ihtiva eden ve iki bölümden oluşan bir anket formu tasarlanmıştır. Formun ilk bölümünde; rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyi, hayat memnuniyeti ve akademik başarı / akademik yeterlilik değişkenlerini temsil eden ifadeler yer verilmiştir. Rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyini ölçmeye yönelik ifadeler, Freysinger ve Stanley (1995)'in önceki çalışmalarından derlemek suretiyle geliştirdiği ve on sekiz farklı seyahat aktivitesine yönelik katılım düzeyini ölçmeyi amaçlayan değişkenden edinilmiştir. Aktivitelerin somut bir biçimde değişken içerisinde belirtilmesi nedeniyle katılımcılara net bir fikir vermesi ve güvenilirlik düzeyinin yüksek düzeyde olması nedeniyle söz konusu değişken kullanılmıştır. Diğer taraftan, katılımcıların uzun anket formlarında karşılaşılabileceği okuma yorgunluğunun analiz sürecinde ölçüm hatasına yol açabilmesi nedeniyle (Egleston vd., 2011), benzer kategorideki aktivite türleri tek bir ifadede toplanmıştır. Bu nedenle, çalışma kapsamında söz konusu değişken, sekiz ifadeden oluşacak şekilde tasarlanmıştır. Diğer taraftan, değişkende yer alan ifadelerin altı dereceli likert tipine göre tasarlandığı görülmüş ve Türkiye'deki puanlama sisteminin yüz, on ve beş'li sistem temelinde işletilmesi sebebiyle, katılımcıların geribildirimlerinden optimum verimliliği alabilme amacıyla beşli likert derecelendirmesine uygun olacak şekilde anket formu tasarlanmıştır.

Hayat memnuniyetini ölçmek üzere, literatürün geneline uygulanmakta olan Diener, Emmons, Larsen ve Griffin'in (1985)'in geliştirdiği ve beş ifadeden oluşan hayat memnuniyeti ölçeğinden istifade edilmiştir. Ölçeğin Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirliği İskender (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Diğer taraftan, akademik başarı kavramını ölçmek üzere Pintrich ve De Groot'un (1990) tarafından geliştirilmiş ve Türkiye'de yer alan çeşitli örneklemeler üzerinde birçok kez geçerlik ile güvenilirliği test edilmiş olan, yedi alt değişkenli akademik performans ölçeğinde yer alan ve dokuz ifadeli akademik öz yeterlilik alt değişkeninden yararlanılmıştır. Ölçek içerisinde yer alan tüm ifadeler, beş düzeyli likert derecelendirme usulüne uygun bir biçimde tasarlanmıştır (5: Tamamen katılıyorum, 1: tamamen katılmıyorum). Anket formunun ikinci kısmında ise, katılımcılara yönelik tanımlayıcı sorulara yer verilmiştir. Anket formunun elektronik sureti, çalışmanın ek kısmında yer almaktadır.

Araştırma akademik başarı, bir başka deyişle akademik öz yeterliliği konu edinmesi sebebiyle, araştırma evreni olarak üniversite öğrencileri belirlenmiştir. Bu bağlamda, Gaziantep

Üniversitesinde yer alan üniversite öğrencileri araştırma evreni olarak tercih edilmiştir. Evreni temsil eden Gaziantep üniversitesine kayıtlı öğrenci sayısı, 2020 yılında 44,255 olarak kaydedilmiştir (Gantep.edu.tr). Bu tür bir evreni temsil edecek gerekli örneklem sayısını tespit edebilmek için, araştırma kapsamında gerçekleştirilecek istatistiklerde gerekli görülen güç katsayısı ve örneklem sayısının genellenebilirliğinin göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Bu bağlamda, regresyon testinin yüzde beş anlamlılık düzeyi ve iki bağımsız değişkenli bir modelin yüzde seksen güç katsayısı taşıması için 100 katılımcıdan oluşan bir örneklem sayısına ulaşılması gerektiği düşünülmektedir. Öte yandan, faktör analizi için tavsiye edilen örneklem sayısı, değişken sayısının on katı kadardır (Hair vd., 2014: 168-173). Genellenebilirlik faktörü göz önünde bulundurulduğunda ise, 50000 nüfuslu bir evreni yüzde 5 anlamlılık ve yüzde 7 kesinlik düzeyinde temsil eden örneklem sayısı 204 olarak tespit edilmiştir (Israel, 1992). Bu çalışma kapsamında, kolayda örneklem yöntemiyle 350 katılımcıya ulaşılmıştır. Anketin uygulanmasında gönüllülük esaslı göz önünde bulundurulmuştur. Buna göre Gaziantep Üniversitesi Turizm ve Otelcilik MYO, Mühendislik Fakültesi ve Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim gören öğrencilerinden veriler toplanmıştır. Elde edilen anket formlarından 42'sinin eksik, hatalı veya tek satır / tek sütun kodlama şeklinde doldurulduğu görülmüş ve veri setinin dışında bırakılmıştır. Bu kapsamda, elde kalan 303 gözlem sayısı üzerinden analizler gerçekleştirilmiştir. İlgili veri setinin oluşturulmasının ardından, söz konusu hipotezlerdeki değişkenleri temsil eden ifadelerin, tasarlanan değişkenler altında toplanıp toplanmadığını belirleme amacıyla keşifsel faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucu Tablo 1'de gösterilmiştir.

Faktör analizi sonucunda Bartlett testi anlamlı çıkmış (Ki-Kare=2627,232, sd=231, p=0,000) ve KMO değeri 0,855 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir. Faktörler tarafından açıklanan toplam varyansın ise %50,2 olduğu görülmüştür. Yorumlamada kolaylık olması amacıyla faktör yüklemeleri Varimax yöntemi ile döndürülmüştür. Analizin birinci aşamasında, rekreatif aktivitelere katılım düzeyi değişkeni altında yer alan bir ifadenin, kabul edilebilir faktör yük değerinin altında bir değere sahip olduğu görülmüş ve analiz sürecinin dışında bırakılmıştır. Akabinde gerçekleştirilen ikinci analiz süreci sonucunda, 0,4 katsayısından düşük veya binişik yük değerine sahip herhangi bir ifadenin bulunmadığı görülmüştür. Bu bağlamda, tablo 1'den görüleceği üzere veriler 3 faktöre yüklenmiştir. Buna göre, söz konusu faktörler, algılanan akademik yeterlilik (1), hayat memnuniyeti (2) ve rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyi (3) olarak isimlendirilmiştir. Ayrıca, faktör analizi sonucunda, değişkenler altında toplanan ifade toplamlarının yansıttığı güvenilirlik katsayıları Cronbach Alpha değeri temel alınarak hesaplanmıştır. İlgili hesaplamalar sonucunda, değişkenlere isabet eden güvenilirlik değerlerinin kabul edilebilir aralıkta bulunduğu görülmüştür (Hair vd., 2014). Tüm bu analiz sonuçlarına ilişkin değerler tablo 1'de görülmektedir.

Keşfedici faktör analizi sonucunda ortaya çıkan değişkenler arasındaki ilişki, kurulan hipotezlerin yapısı gereği regresyon testini gerekli kılmaktadır. Bu bağlamda, söz konusu testin gerçekleştirilmesi için değişkenlerin dağılımlarının normallik aralığında seyretmesi gerekmektedir. Bu nedenle, söz konusu değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş ve değişkenlerin normallik sayıtlarını karşılayan aralık (± 2) içerisinde (George ve Mallery, 2010) yer aldığı görülmüştür.

Tablo 3: Keşifsel Faktör Analizi Sonucu

	Keşfedici Faktör Analizi Sonucu		
	Faktörler		
	1	2	3
s21 Ders konusunda diğer öğrencilerden daha bilgiliyim.	,793		
s16 Dersteki performansım gayet iyidir.	,784		
s20 Ders konusunda diğer öğrencilerden daha ilgiliyim.	,774		
s14 Diğer öğrencilere göre daha başarılıyım	,753		
s15 Derste anlatılan kavramları anladığımdan eminim	,707		
s19 Diğer öğrencilerden daha çok çalışıyorum	,689		
s22 Derste anlatılanları iyi kavriyorum	,678		
s18 Dönem sonu not ortalamam iyi olacak.	,666		
s17 Derste bahsedilen sorunlara çözüm üretmekte yetenekliyimdir	,645		
s12 Yaşamımdan memnunum.		,808	
s11 Yaşam koşullarım mükemmeldir.		,803	
s10 Birçok bakımdan yaşamım idealime yakındır.		,783	
s13 Eğer hayatımı yeniden yaşasaydım, hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim		,706	
s9 Şimdiye kadar yaşamımda istediğim önemli şeyleri elde ettim.		,628	
s7 Sosyal Sorumluluk etkinliklerine katılırım			,765
s6 Turizm odaklı seyahat etkinliklerine katılırım			,728
s5 Eş, dost ve akraba ziyaretleri gibi sosyal etkinliklere katılırım			,547
s3 Tiyatro, opera, bale, konser, müzikal gibi sanatsal aktivitelere katılırım			,475
s2 Kitap okuma, televizyon izleme, evde canlı besleme gibi evde etkinlik yaparım			,454
s8 Facebook, twitter, instagram gibi sosyal medya araçlarında vakit harcarım.			,451
s4 Futbol, basketbol, voleybol vd., müsabakaları gibi taraftarlığa dayalı etkinliklere katılırım			,406
Cronbach's Alpha Katsayısı	,896	,830	,657

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde verilerden elde edilen bulgular gösterilmiştir. Buna göre Tablo 2'de katılımcıların tanıtıcı özelliklerine ilişkin bulgular gösterilmiştir.

Tablo 2'e göre katılımcıların 105'i (%34,7) kadın ve 198'i (%65,3) ise erkektir. Katılımcıların 121'i (%39,9) Turizm ve Otelcilik MYO öğrencisi, 99'u (%32,7) Mühendislik Fakültesi öğrencisi ve 83'ü (%27) ise Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisidir. Bununla birlikte katılımcıların 185 (%61,1) gibi büyük bir çoğunluğu yaptığı aktiviteye haftada 10 saat ve üzeri zaman ayırmaktadır.

Araştırma hipotezlerini test etmek amacıyla 3 farklı regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İlk analizde rekreasyon aktivitelerine katılımın bağımsız, hayat memnuniyetinin bağımlı değişken olarak alındığı bir regresyon analizi Tablo 3'te gösterilmiştir. İkinci analizde hayat memnuniyetinin bağımsız,

akademik başarının bağımlı değişken olarak alındığı bir regresyon analizi Tablo 4'te gösterilmiştir. Üçüncü analizde ise rekreasyon aktivitelerine katılımın bağımsız, akademik başarının bağımlı değişken olarak alındığı regresyon analizi Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 2: Katılımcıların Tanıtıcı Özelliklerine İlişkin Bulgular

Tanımlayıcı Özellik	Kategori	(%)	(n)
Cinsiyet	Erkek	198	65,3
	Kadın	105	34,7
Aktivite Süresi	1-4 saat arası	61	20,1
	5-9 saat arası	57	18,8
	10 saat ve üzeri	185	61,1
Bölüm	Turizm ve Otelcilik	121	39,9
	MYO		
	Mühendislik Fakültesi	99	32,7
	Spor Bilimleri Fakültesi	83	27,4

Tablo 3: Rekreasyon Aktivitelerine Katılım ile Hayat Memnuniyeti Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Bulgular

Bağımsız değişken	B	Std. Hata	Beta (β)	t	p
(Sabit)	1,484	,252		5,878	,000
1 Rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyi	,465	,074	,342*	6,323	,000

a. Bağımlı değişken: Hayat memnuniyeti

R²: ,117; p<,01*

Tablo 3'te rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyi değişkeninin hayat memnuniyeti değişkenini pozitif yönde anlamlı bir şekilde etkilediği (β =,342) görülmüştür. Buna göre rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyi arttıkça hayat memnuniyeti de artmaktadır. Dolayısıyla H₁ kabul edilmiştir.

Tablo 4: Hayat memnuniyeti ile akademik başarı düzeyi arasındaki ilişkiyi

Bağımsız Değişken	B	Std. Hata	Beta (β)	t	p
(Sabit)	2,724	,135		20,188	,000
1 Hayat memnuniyeti	,263	,042	,338*	6,229	,000

a. Bağımlı değişken: Akademik yeterlilik

R²: ,114; p<,01*

Tablo 4'te hayat memnuniyetinin akademik başarıyı pozitif yönde etkilediği (β =,338) görülmüştür. Buna göre hayat memnuniyeti arttıkça, akademik başarı artmaktadır. Dolayısıyla H₂ kabul edilmiştir.

Tablo 5: Rekreasyon Aktivitelerine Katılım ile Akademik Yeterlilik Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Bulgular

	Bağımsız değişken	B	Std. Hata	Beta (β)	t	p
1	(Sabit)	2,313	,197		11,755	,000
	Rekreasyon aktivitelerine katılım	,361	,057	,341*	6,300	,000

a. Bağımlı değişken: Akademik yeterlilik

R²: ,116; p<,01*

Tablo 5'teki veriler göz önünde bulundurulduğunda, rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyinin akademik yeterliliği pozitif yönde etkilediği (β=,341) görülmüştür. Bu bağlamda, rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyinin akademik yeterliliği arttırdığı söylenebilir. Dolayısıyla, araştırmamızın üçüncü hipotezi (H₃) kabul edilmiştir.

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Akademik başarıyı iyileştirici birer unsur olarak rekreatif aktivitelere katılım ve hayat memnuniyetinin rolünün irdelenmesi bu çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Bu amaç doğrultusunda oluşturulan hipotezlere yönelik sonuçlar incelendiğinde, öncelikle rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyinin, hayat memnuniyetini arttırdığı tespit edilmiştir. Çalışmada rekreatif aktivitelerin ayrı ayrı değerlendirilmesi yerine, bu aktivitelerin keşfedici faktör analizine tabi tutularak bir boyut altında toplanmaları tercih edilmiştir. Bu yönüyle, çalışma kapsamının literatürdeki çalışmaların önemli bir kısmından (Stebbins, 1992; Everard vd., 2000; Chen, 2001; Hawkins vd., 2004; Gabriel ve Bowling, 2004; Subaşı ve Hayran, 2005; Poulsen vd., 2006; Nimrod, 2007a; Nimrod, 2007b; Poulsen vd., 2008; Adams vd., 2011; Ekstrom vd., 2011; Read vd., 2013; Heo vd., 2013; Tercan, 2015) farklılaştığı söylenebilir. Buna karşılık, elde edilen sonucun, farklı örneklem gruplarını konu edinen çalışma sonuçları (Parker, 1996; Nimrod, 2007b; Şener vd., 2007; Sirgy, 2011; Sato, 2016) ve benzer örneklem gruplarını konu edinen çalışma sonuçları (Tercan, 2015; Akova vd., 2019; Sevin ve Şen, 2019) ile örtüştüğü görülmektedir. Dolayısıyla, bu durum, rekreatif aktivitelerin hayat memnuniyeti üzerindeki etkisinin kesin ve net olarak olumlu yönde olduğuna yönelik bir delil olarak kabul edilebilir. Ancak, emeklilerin örneklem olarak alındığı Kim (2000) ile Şener vd., (2007)'nin çalışmalarının aksine, rekreatif aktivite katılımının hayat memnuniyeti üzerindeki etkisi düşük düzeyde olduğu görülmüştür. Bu bağlamda, rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyinin hayat memnuniyeti üzerindeki etkisinin örneklem grubuna göre farklılık gösterdiği söylenebilir. Diğer taraftan, farklı rekreatif etkinliklerin tek bir değişken olarak analiz sürecine dahil edilmesi de sınırlı etkileşim sonucunun bir diğer nedeni olabilir. Dolayısıyla, bu etki düzeyindeki farklılık, gelecek araştırmacılar için bir çalışma boşluğu anlamına gelmektedir. Nitekim, örneklem grubu veya yaş değişkeninin bir aracı değişken olarak kullanılması, rekreatif etkinlik-hayat memnuniyeti ilişkisini irdelleyen literatüre önemli ölçüde katkı sağlayacak ve söz konusu belirsizliği giderecektir. Bununla birlikte, her bir rekreatif etkinliğin ayrı ayrı test edilmesi de gelecek araştırmaların yararlı çıktıları temin etmesi bakımından önemlidir. Bu şekilde, aktif ve pasif rekreatif etkinliklerin etki gücü arasındaki farklılığın varlığı ve düzeyi anlaşılacaktır. Diğer taraftan, üniversite eğitimi süresince öğrenci topluluklarının güçlendirilmesi suretiyle rekreasyon aktivitelerine yönelik katılım

düzeylerinin iyileştirilmesi, üniversite öğrencilerinin hayat memnuniyetine katkıda bulunmasının yanı sıra, girişimciliğe yönelik kabiliyetlerini de olumlu yönde etkileyecektir. Bununla birlikte, hayat memnuniyeti ile olan ilişkisine kanaat getirilmesi sonucunda, boş zaman yönetimi süresince rekreatif aktivitelerin günlük rutin içerisinde dahil edilmesi sağlanacaktır.

Çalışmanın bir diğer sonucu olarak, hayat memnuniyetinin akademik başarıyı pozitif yönde etkilediği tespit edilmiştir. Bu sonucun literatürdeki benzer araştırma sonuçlarını (Chow, 2005; Gilman ve Huebner 2006; Suldo vd., 2006; Dost, 2010; Diseth vd., 2012; Abdi vd., 2015; Ng vd., 2015; Koç, 2018) doğruladığı görülmüştür. Diğer taraftan, söz konusu iki değişken arasında herhangi bir ilişki bulunmadığını iddia eden çalışmalar (Bradley ve Corwyn, 2004; Ayyash-Abdo ve Sanchez-Ruiz, 2012) ise bu çalışma sonucuna desteklenmemiştir. Burada dikkat çeken nokta, akademik başarı ve hayat memnuniyeti ilişkisine yönelik zayıf ilişki gücü sorunsalının, mevcut çalışma kapsamında da teyit edilmesi yönündedir. Zira, söz konusu durum, hangi değişkenin hangisini açıkladığına yönelik belirsizliği derinleştirici bir etkide bulunmaktadır. Esasen bu durumun, araştırma deseninden kaynaklandığı düşünülmektedir. Zira, herhangi bir niyet ve davranış odaklı durumun öncüllerinin açıklanmasında, nicel yerine nitel araştırma deseninin benimsenmesi gerekmektedir. Bu durum, pozitivist ve yorumsayıcı yaklaşım arasındaki temel farklılıklardan da birisini oluşturmaktadır. Dolayısıyla, akademik başarı düzeyi yüksek katılımcılara yönelik nitel deseni benimseyen bir öncül belirleme çalışması, gelecek araştırmacıların literatüre önemli katkıları sunmasını sağlayacaktır. Böylece, post pozitivist paradigmanın rekreasyon alanındaki çalışmalarda yer edinmesi söz konusu olacaktır. Son olarak, rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyinin akademik başarıyı olumlu yönde açıkladığı görülmüştür. Bu yönüyle, çalışma sonucunun, akademik başarı-rekreatif katılım ilişkisini inceleyen literatür içerisinde, pozitif yönlü yaklaşımı savunan çalışmaları (Bergin, 1992; Gehring, 2000; Fletcher, 2003; Mahoney vd., 2003; Rees ve Sabia, 2010; Singh vd., 2012) desteklediği söylenebilir. Rekreatif etkinlik katılım düzeyi ile akademik başarı düzeyi arasında negatif yönlü bir ilişkiyi savunan çalışmalar (Williams vd., 1982; Coleman, 1985; Cooper vd., 1999; Stegman ve Stephens, 2000; Shin, 2010; Kubey vd., 2011) ise, araştırma verilerince desteklenmemiştir. Esasen, bu farklılığın sebebi olarak, rekreatif aktivitelerle yönelik bakış açısındaki farklılığın ön plana çıktığı düşünülmektedir. Zira, bu çalışmalarda, televizyon izleme ve bilgisayar kullanımı gibi aktivitelerle sınırlanma söz konusudur. Oysa, mevcut çalışmada, fiziksel aktivite, seyahat ve ziyaret gibi unsurlar da rekreasyon aktivitelerine dahil edilmiştir. Bu nedenle, akademik başarıya olan olumlu etkisi bakımından göz önünde bulundurulması gereken aktivite türlerinin, fiziksel ve seyahat yönlü aktiviteler olduğu düşünülmektedir. Bilgisayar ve televizyon alışkanlıklarının ise bu kapsamın dışında kaldığı düşünülmektedir. Bu bağlamda, her eğitim düzeyindeki öğrencilerin, fiziksel aktivitelerle katılımını sağlamanın önem arz ettiği ve müfredatlarda bu aktivitelerle yer verilmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, gelecek araştırmaların, aktivite türlerine göre kategorize edilmek suretiyle akademik başarı ilişkisini irdelemesinin yerinde olacağı düşünülmektedir. Yine, boylamsal deseni benimseyen çalışmaların gerçekleştirilmesi ile akademik başarı düzeyindeki artışın yaşam memnuniyetindeki artış ile ilişkisinin net olarak tespit edileceği düşünülmektedir. Öte yandan, fakülte ve yüksekokul uhdesinde kurulacak farklı rekreatif aktivitelerle yönelik öğrenci gruplarının, akademik başarıyı sağlamanın yanı sıra, eğitim kurumuna yönelik bağlılık düzeyini iyileştireceği düşünülmektedir.

Üçüncü hipotez sonucunun literatür ile kıyas edilmesinin başka bir sonucu olarak, literatürde iddia edildiği üzere, rekreatif etkinliklerin akademik başarı üzerindeki etkisinin kısa vadeli ve geçici olduğuna yönelik varsayım (Taras, 2005) ön plana çıkmaktadır. Bu çalışmada, söz konusu iddianın test edilmemiş olması ise bir sınırlılık olarak görülmektedir. Dolayısıyla, boylamsal çalışma

desenin gelecek araştırmacılarca üniversite öğrencileri üzerinde tatbik edilmesinin, iki değişken arasındaki ilişkinin kapsamını anlama bakımından ufuk açıcı bilgileri sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Abdi, M., Yasavoli, H. M., and Yasavoli, M. M. (2015). Assessment of structural model to explain life satisfaction and academic achievement based on parenting styles. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 182, 668-672.

Agyar, E. (2013). Life satisfaction, perceived freedom in leisure and self-esteem: The case of physical education and sport students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 93, 2186-2193. Al-Attayah ve

Akova, O., Şahin, G., ve Öğretmenoğlu, M. Rekreasyon Deneyiminin Psikolojik İyi Oluş Üzerine Etkisi: Y Kuşağı Üzerinde Bir Araştırma. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 124-139.

Akyüz, M., Yılmaz, F. T., ve Aldemir, K. (2020). Zaman Yönetim Becerilerinin Akademik Başarı ile İlişki. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(73), 414-424.

Al-Attayah, A., and Nasser, R. (2016). Gender and age differences in life satisfaction within a sex-segregated society: sampling youth in Qatar. *International Journal of Adolescence and Youth*, 21(1), 84-95.

Altun, F., ve Yazıcı, H. (2010). Öğrencilerin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiler. *International Conference on New Trends in Education and Their Implications*, 534-539.

Amah, O. E. (2009). Job Satisfaction and Turnover Intention Relationship: The Moderating Effect of Job Role Centrality and Life Satisfaction. *Research & Practice in Human Resource Management*, 17(1).

Andre, E. K., Williams, N., Schwartz, F., and Bullard, C. (2017). Benefits of campus outdoor recreation programs: A review of the literature. *Journal of Outdoor Recreation, Education, and Leadership*, 9(1), 15-25.

Arlı, E. (2013). Barınma Yerinin Üniversite Öğrencilerinin Kişisel ve Sosyal Gelişim ve Akademik Başarı Üzerindeki Etkilerinin Odak Grup Görüşmesi ile İncelenmesi. *Journal of Higher Education & Science/Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(2), 173-178.

Ayar, H., ve Koç, M. C. 1980-2018 Yılları Arası Türkiye’de Rekreasyon Alanında Yapılan Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 96-107.

Ayten, A. (2013). Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 13(1), 7-31.

Ayyash-Abdo, H., and Sánchez-Ruiz, M. J. (2012). Subjective wellbeing and its relationship with academic achievement and multilinguality among Lebanese university students. *International Journal of Psychology*, 47(3), 192-202.

- Bahçetepe, Ü., ve Giorgetti, F. M. (2015). Akademik başarı ile okul iklimi arasındaki ilişki. *İstanbul Eğitimde Yenilikçilik Dergisi, 1(3)*, 83-101.
- Barutçu-Yıldırım, F., Yerin-Güneri, O., ve Çapa-Aydın, Y. (2015). University students' satisfaction level and related variables. *Eğitimde Kuram ve Uygulama Dergisi, 11(2)*, 521-533.
- Bergan, A., and McConatha, J. T. (2001). Religiosity and life satisfaction. *Activities, Adaptation & Aging, 24(3)*, 23-34.
- Bergin, D. A. (1992). Leisure activity, motivation and academic achievement in high school students. *Journal of Leisure Studies, 24(3)*, 225-239.
- Blackhurst, A. E., Brandt, J. E., and Kalinkowski, J. (1998). Effects of career development on the organizational commitment and life satisfaction of women student affairs administrators. *NASPA Journal, 36(1)*, 19-34.
- Bradley, R. H., and Corwyn, R. F. (2004). Life Satisfaction among European American, African American, Chinese American, Mexican American, and Dominican American adolescents. *International Journal of Behavioral Development, 28*, 385-400.
- Brown, C., and Duan, C. (2007). Counselling psychologists in academia: Life satisfaction and work and family role commitments. *Counselling Psychology Quarterly, 20(3)*, 267-285.
- Chen, J. S. (2001). Assessing and visualizing tourism impacts from urban residents' perspectives. *Journal of Hospitality & Tourism Research, 25(3)*, 235-250.
- Chen, W. W. (2015). The relations between perceived parenting styles and academic achievement in Hong Kong: The mediating role of students' goal orientations. *Learning and Individual Differences, 37*, 48-54.
- Chick, G., Hsu, Y. C., Yeh, C. K., and Hsieh, C. M. (2015). Leisure constraints, leisure satisfaction, life satisfaction, and self-rated health in six cities in Taiwan. *Leisure Sciences, 37(3)*, 232-251.
- Chick, G., Hsu, Y., Yeh, C., Hsieh, C., Bae, Y., and Larmolenko, S. (2016). Cultural consonance in leisure, leisure satisfaction, life satisfaction, and self-rated health in urban Taiwan. *Leisure Sciences, 38(5)*, 402-423.
- Chow, H. P. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research, 70(2)*, 139-150.
- Chun, S., Lee, Y., Kim, B., and Heo, J. (2012). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to stress-related growth. *Leisure Sciences, 34(5)*, 436-449.
- Cook, N. (2011). The corporate pursuit of happiness. Url: <https://www.fastcompany.com/1722637/corporate-pursuit-happiness>
- Cooper, H., Valentine, J. C., Nye, B., and Lindsay, J. J. (1999). Relationship between five after school activities and academic achievement. *Journal of Educational Psychology, 91(2)*, 369-378.

Çivitci, A., ve Topbaşoğlu, T. (2015). Akılcı duygusal eğitimin ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumları üzerindeki etkisi. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 13-29.

Della-Giusta, M., Jewell, S. L., and Kambhampati, U. S. (2011). Gender and life satisfaction in the UK. *Feminist Economics*, 17(3), 1-34.

Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., and Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Diseth, Å., Danielsen, A. G., and Samdal, O. (2012). A path analysis of basic need support, self-efficacy, achievement goals, life satisfaction and academic achievement level among secondary school students. *Educational Psychology*, 32(3), 335-354.

Dost, M. T. (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 35(158), 75-89.

Du, H., Bernardo, A. B., and Yeung, S. S. (2015). Locus-of-hope and life satisfaction: The mediating roles of personal self-esteem and relational self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 83, 228-233.

Duru, E., ve Balkıs, M. (2015). Birey-çevre uyumu, aidiyet duygusu, akademik doyum ve akademik başarı arasındaki ilişkilerin analizi. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 122-141.

Egleston, B. L., Miller, S. M., and Meropol, N. J. (2011). The impact of misclassification due to survey response fatigue on estimation and identifiability of treatment effects. *Statistics in Medicine*, 30(30), 3560-3572.

Ekstrom, H., Dahlin-Ivanoff, S., and Elmstahl, S. (2011). Effects of walking speed and results of timed get-up and go tests on quality of life and social participation in elderly individuals with a history of osteroposis-related fractures. *Journal of Aging and Health*, 23(8), 1379-1399.

Erdogan, B., Bauer, T. N., Truxillo, D. M., and Mansfield, L. R. (2012). Whistle while you work: A review of the life satisfaction literature. *Journal of Management*, 38(4), 1038-1083.

Everard, K. M., Lach, H. W., Fisher, E. B., and Baum, M. C. (2000). Relationship of activity and social support to the functional health of older adults. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 55(4), S208-S212.

Fernandez-Ballesteros, R., Zamarron, M. D., and Ruiz, M. A. (2001). The contribution of socio-demographics and psychosocial factors to life satisfaction. *Ageing and Society*, 21, 25-43.

Field, T., Diego, M., and Sanders, C. E. (2001). Exercise is positively related to adolescents' relationships and academics. *Adolescence*, 36, 105-110.

Fletcher, A. C., Nickerson, P., and Wright, K. L. (2003). Structured leisure activities in middle childhood: Links to well-being. *Journal of Community Psychology*, 31(6), 641-659.

Freysinger, V. J., and Stanley, D. (1995). The impact of age, health, and sex on the frequency of older adults' leisure activity participation: A longitudinal study. *Activities, Adaptation & Aging*, 19(3), 31-42.

Gabriel, Z., and Bowling, A. (2004). Quality of life from the perspectives of older people. *Ageing and Society*, 24, 675-691.

Gagliardi, C., Spazzafumo, L., Papa, R., and Marcellini, F. (2012). Changes in leisure styles and satisfaction of older people: A five years follow-up. *The International Journal of Aging and Human Development*, 75(3), 185-215.

Gaziantep Üniversitesi, Öğrenci Sayısı: Url: <https://www.gantep.edu.tr/>

Gehring, J. (2002). Sports and academics can go hand in hand: Brookings study finds, *Education Week*, 22(7).

George, D., and Mallery, M. (2010). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.

George, L. K., Okun, M. A., and Landerman, R. (1985). Age as a moderator of the determinants of life satisfaction. *Research on Aging*, 7(2), 209-233.

Gilbert, D., and Abdullah, J. (2004). Holiday taking and the sense of well-being. *Annals of Tourism Research*, 31(1), 103-121.

Gilman, R., and Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 293-301.

Gülcan, A., and Bal, P. N. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 2(1 (ÖZEL)), 41-52.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., and Anderson, R. E. (2014). *Multivariate Data Analysis* (Seventh Edition), London: Pearson new international edition.

Hakimzadeh, R., Besharat, M. A., Khaleghinezhad, S. A., and Ghorban Jahromi, R. (2016). Peers' perceived support, student engagement in academic activities and life satisfaction: A structural equation modeling approach. *School psychology international*, 37(3), 240-254.

Hawken, L., Duran, R. L., and Kelly, L. (1991). The relationship of interpersonal communication variables to academic success and persistence in college. *Communication Quarterly*, 39(4), 297-308.

Hawkins, B., Foose, A. K., and Binkley, A. L. (2004). Contribution of leisure to the life satisfaction of older adults in Australia and the United States. *World Leisure Journal*, 46(2), 4-12.

Heo, J., Stebbins, R. A., Kim, J., and Lee, I. (2013). Serious leisure, life satisfaction, and health of older adults. *Leisure Sciences*, 35(1), 16-32.

Hirschi, A., Herrmann, A., Nagy, N., and Spurk, D. (2016). All in the name of work? Nonwork orientations as predictors of salary, career satisfaction, and life satisfaction. *Journal Of Vocational Behavior*, 95, 45-57.

<https://www.healthypeople.gov/2020/topics-objectives/topic/health-related-quality-of-life-well-being> (Erişim Tarihi: 31.07.2016)

Israel, G. D. (1992). *Determining Sample Size*. University of Florida.

İskender, A. (2015). *İşgörenlerin iş ve serbest zaman çatışma düzeyleri ile mesleki tükenmişlik ve yaşam tatmini ilişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kabasakal, Z. (2015). Life satisfaction and family functions as-predictors of problematic Internet use in university students. *Computers in Human Behavior*, 53, 294-304.

Kaufman, J. E. (1984). *A study of leisure satisfaction, leisure participation, and patterns of leisure activity in relationship to anxiety levels in retirees*. (Unpublished Doctoral Dissertation), Temple University,

Keeley, T. J., and Fox, K. R. (2009). The impact of physical activity and fitness on academic achievement and cognitive performance in children. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2(2), 198-214.

Keng, K. A., Jung, K., Jijuan, T. S., and Wirtz, J. (2000). The influence of materialistic inclination on values, life satisfaction and aspirations: An empirical analysis. *Social Indicators Research*, 49, 317-333.

Kim, J., and Lee, H. (2010). The relationships among acculturation, self-esteem, and leisure participation of foreign workers in Korea. *International Journal of Tourism Sciences*, 10(1), 45-60.

Kim, M. S. (2000). Life satisfaction, acculturation, and leisure participation among older urban Korean immigrants. *World Leisure Journal*, 42(2), 28-40.

Kim, Y. K., and Moon, S. S. (2013). Multiple Predictors of Korean Elderly Men's Leisure Participation. *Journal Of Human Behavior In The Social Environment*, 23(4), 485-499.

Koç, K. (2018). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Yaşam Doyum Düzeyleri ile Akademik Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 58-65.

Kongarchapatara, B., Moschis, G. P., and Sim Ong, F. (2014). Understanding the relationships between age, gender, and life satisfaction: the mediating role of stress and religiosity. *Journal of Beliefs & Values*, 35(3), 340-358.

Kubey, R. W., Lavin, M. J., and Barrows, J. R. (2001). Internet Use and Collegiate Academic performance decrements: early findings. *Journal of Communication*, 51(2), 366-382.

Lapa, T. Y. (2013). Life satisfaction, leisure satisfaction and perceived freedom of park recreation participants. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 93, 1985-1993.

Larson, R. (1978). Thirty years of research on the subjective well-being of older adults. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.

Lusby, C., Autry, C., and Anderson, S. (2012). Community, life satisfaction and motivation in ocean cruising: Comparative findings. *World Leisure Journal*, 54(4), 310-321.

- Mactavish, J. B., Mackay, K. J., and Iwasaki, Y., and Betteridge, D. (2007). Family caregivers of individuals with intellectual disability: perspectives of life quality and the role of vacations. *Journal Of Leisure Research*, 39(1), 127-156.
- Maher, J. P., Doerksen, S. E., Elavsky, S., Hyde, A. L., Pincus, A. L., and Ram, N. (2013). A Daily analysis of physical activity and satisfaction with life in emerging adults. *Health Psychology*, 32, 647-656.
- Mahoney, J. L., Cairns, B. D., and Farmer, T. W. (2003). Promoting interpersonal competence and educational success through extracurricular activity participation. *Journal of educational psychology*, 95(2), 409.
- Mcauley, E., Blissimer, B., Marquez, D. X., Jerome, G. J., Kramer, A. F., and Katula, J. (2000). Social Relations, physical activity, and well-being in older adults. *Preventive Medicine*, 31, 608-617.
- Mcloughlin, G. M., Bai, Y., and Welk, G. J. (2020). Longitudinal associations between physical fitness and academic achievement in youth. *Medicine And Science In Sports And Exercise*, 52(3), 616-622.
- Möller, J., Retelsdorf, J., Köller, O., and Marsh, H. W. (2011). The reciprocal internal/external frame of reference model: An integration of models of relations between academic achievement and self-concept. *American Educational Research Journal*, 48(6), 1315-1346.
- Müderrisoğlu, H., and Kutay, E. L. (2005). Determining leisure time, recreational participation and requirements of University students in Düzce campus. *International Journal of Urban Labour and Leisure*, 7(1), 1-11.
- Neal, J. D., Uysal, M., and Sirgy, M. J. (2007). The effect of tourism services on travelers' quality of life. *Journal of travel research*, 46(2), 154-163.
- Negru-Subtirica, O., and Pop, E. I. (2016). Longitudinal links between career adaptability and academic achievement in adolescence. *Journal of Vocational Behavior*, 93, 163-170.
- Ng, S. F., and Confessore, G. J. (2015). Learner Autonomy and Selected Demographic Characteristics as They Relate to Life Satisfaction Among Older Adults in Malaysia. *Educational Gerontology*, 41(5), 361-372.
- Ng, Z. J., Huebner, S. E., and Hills, K. J. (2015). Life satisfaction and academic performance in early adolescents: Evidence for reciprocal association. *Journal of school psychology*, 53(6), 479-491.
- Nimrod, G. (2007a). Retirees' leisure: Activities, benefits, and their contribution to life satisfaction. *Leisure Studies*, 26(1), 65-80.
- Nimrod, G. (2007b). Expanding, reducing, concentrating and diffusing: Post retirement leisure behavior and life satisfaction. *Leisure Sciences*, 29(1), 91-111.
- Osmanoğlu, D. E., ve Kaya, H. İ. (2013). Öğretmen Adaylarının Yükseköğretime Dair Memnuniyet Durumları ile Öznel İyi Oluş Durumlarının Değerlendirilmesi: Kafkas Üniversitesi Örneği. *Kafkas Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitü*, (12), 45-70.

Öcal, K., ve Koçak, M. S. (2010). Okul sporlarının orta öğretim öğrencilerinin akademik başarı ve davranış gelişimine etkisi. *Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi*, (7), 89-94.

Özdemir, M., ve Dilekmen, M. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâ ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 98-113.

Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 25-39.

Parker, M. D. (1996). The relationship between time spent by older adults in leisure activities and life satisfaction. *Physical & Occupational Therapy in Geriatrics*, 14(3), 61-71.

Pintrich, P. R., and De Groot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of educational psychology*, 82(1), 33.

Poropat, A. E. (2011). The role of citizenship performance in academic achievement and graduate employability. *Education+ Training*, 53(6), 499-514.

Potter, W. J. (1987). Does television viewing hinder academic achievement among adolescents?. *Human Communication Research*, 14(1), 27-46.

Poulsen, A. A., Ziviani, J. M., and Cuskelly, M. (2006). General self-concept and life satisfaction for boys with differing levels of physical coordination: The role of goal orientations and leisure participation. *Human movement science*, 25(6), 839-860.

Poulsen, A. A., Ziviani, J. M., Johnson, H., and Cuskelly, M. (2008). Loneliness and life satisfaction of boys with developmental coordination disorder: the impact of leisure participation and perceived freedom in leisure. *Human Movement Science*, 27(2), 325-343.

Proctor, C. L., Linley, P. A., and Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of happiness studies*, 10(5), 583-630.

Proto, E., and Rustichini, A. (2015). Life satisfaction, income and personality. *Journal of Economic Psychology*, 48, 17-32.

Ramesh, P., Reddy, K. M., Rao, R. V. S., Dhandapani, A., Siva, G. S., and Ramakrishna, A. (2017). Academic achievement and personality traits of faculty members of Indian agricultural universities: their effect on teaching and research performance. *The Journal of Agricultural Education and Extension*, 23(1), 79-94.

Read, J. M., Muller, J. J., and Waters, L. E. (2013). The importance of latent benefits and meaningful leisure activity in predicting quality of life in Australian retirees. *Australian Journal of Career Development*, 22(2), 63-71.

Rees, D. I., and Sabia, J. J. (2010). Sports participation and academic performance: Evidence from the national longitudinal study of adolescent health. *Economics of Education Review*, 29(5), 751-759.

Rode, J. C., Arthaud-Day, M. L., Mooney, C. H., Near, J. P., Baldwin, T. T., Bommer, W. H., and Rubin, R. S. (2005). Life satisfaction and student performance. *Academy of Management Learning & Education, 4(4)*, 421-433.

Rodriguez, A., Latkova, P., and Sun, Y. Y. (2008). The relationship between leisure and life satisfaction: Application of activity and need theory. *Social Indicators Research, 86*, 163-175.

Salami, S. O. (2008). Roles of personality, vocational interests, academic achievement and socio-cultural factors in educational aspirations of secondary school adolescents in southwestern Nigeria. *Career Development International*.

Samaha, M., and Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior, 57*, 321-325.

Samuel, R. (2014). The gendered interplay between success and well-being during transitions. *Educational research, 56(2)*, 202-219.

Santilli, S., Nota, L., Ginevra, M. C., and Soresi, S. (2014). Career adaptability, hope and life satisfaction in workers with intellectual disability. *Journal of Vocational Behavior, 85(1)*, 67-74.

Sapmaz, F., ve Doğan, T. (2012). Mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak iyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(3)*, 63-69.

Sato, M., Jordan, J. S., and Funk, D. C. (2016). A distance running event and life satisfaction: The mediating roles of involvement. *Sport Management Review, 1-14*.

Sert, S. (2012). Lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin memnuniyet düzeyleri ile not ortalamaları arasındaki ilişki. *Turizm Eğitimi Konferansı'nda sunulmuş bildiri. Ankara*.

Sevin, H. D., ve Şen, K. (2019). Öğretmenlerin Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Düzeyleri ile Yaşam Mutluluğu ve İş Performansları Arasındaki İlişki. *Dini Araştırmalar, 22(55 (15-06-2019))*, 213-232.

Sevinç, F., ve Özel, Ç. H. (2018). Boş Zaman Aktivitesi Olarak Dalış ve Yaşam Doyumu İle İlişkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20(3)*, 397-415.

Seyitoğlu, F., and Çevik, B. (2016). The impacts of student and life satisfaction on tourism students' perceived sense of belonging. *Journal of Teaching in Travel & Tourism, 16(4)*, 253-272.

Shin, N. (2010). Exploring the Pathways from Television Viewing to Academic Achievement in School Age Children. *The Journal of Genetic Psychology, 165(4)*, 367-382.

Silverstein, M., Angelelli, J. J., and Parrott, T. M. (2001). Changing attitudes toward aging policy in the United States during the 1980s and 1990s: A cohort analysis. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 56(1)*, S36-S43.

Simões, C., Matos, M. G., Tomé, G., Ferreira, M., and Chaínho, H. (2010). School satisfaction and academic achievement: the effect of school and internal assets as moderators of this relation in adolescents with special needs. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 9*, 1177-1181.

Singh, A., Uijtdewilligen, L., Jos, Twisk, J. R. W. Mchelen, W., and Chinapaw, J. M. (2012). Physical Activity and Performance at School: A Systematic Review of the Literature Including a Methodological Quality Assessment. *Arch Pediatr Adolesc*, 166(1), 49-55.

Sirgy, M. J., Kruger, P. S., Lee, D., and Yu, G. B. (2011). How does a travel trip affect tourists' life satisfaction. *Journal of Travel Research*, 50(3), 261-275.

Sivandani, A., Koohbanani, S. E., and Vahidi, T. (2013). The relation between social support and self-efficacy with academic achievement and school satisfaction among female junior high school students in Birjand. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 668-673.

Stenseng, F., and Phelps, J. (2013). Leisure and life satisfaction: the role of passion and life domain outcomes. *World Leisure Journal*, 55(4), 320-332.

Subaşı, F., and Hayran, O. (2005). Evaluation of life satisfaction index of elderly people living in nursing homes. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 41, 23-29.

Suldo, S. M., Riley, K. R., and Shaffer, E. J. (2006). Academic correlates of adolescents' life satisfaction. *School Psychology International*, 27, 567-582.

Şener, A., Terzioğlu, R. G., and Karabulut, E. (2007). Life satisfaction and leisure activities during men's retirement: A Turkish sample, *Aging and Mental Health*, 11(1), 30-36.

Tang, T. L. P., Kim, J. K., and Tang, T. L. N. (2002). Endorsement of the money ethic, income, and life satisfaction. *Journal of Managerial Psychology*, 17(6), 442-467.

Taras, H. (2005). Physical activity and student performance at school. *Journal of School Health*, 75(6), 214-218.

Tel, F. D., ve Sarı, T. (2016). Üniversite öğrencilerinde öz duyarlılık ve yaşam doyumu. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1).

Tercan, E. (2015). An examination of leisure participation, family assessment and life satisfaction in university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 186, 58-63.

Tseng, T. A., Chang, D. Y., and Shen, C. C. (2009). The relationships between leisure behaviors and life satisfaction of foreign labors in Taiwan—the case of Thai labors. *Advanced in Hospitality and Leisure*, 5, 25-50.

Tsitskari, E., and Kouli, O. (2010). Intrinsic motivation, perception of sport competence, and life-satisfaction of children in a Greek summer sport camp. *World Leisure Journal*, 52(4), 279-289.

Tümlü, Ü. G., & Reçepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 205-213.

Vorkapić, S. T., Čepić, R., and Šekulja, I. (2016). Are there any differences in personality traits and life satisfaction between future preschool and primary school teachers?. *Journal of Research in Childhood education*, 30(3), 361-373.

Walker, G. J., Halpenny, E., Spiers, A., and Deng, J. (2011). A prospective panel study of Chinese-Canadian immigrants' leisure participation and leisure satisfaction. *Leisure Sciences*, 33(5), 349-365.

Williams, P. A., Haertel, E. H., Haertel, G. D., and Walberg, H. J. (1982). The Impact of Leisure-Time Television on School Learning: A Research Synthesis. *American Educational Research Journal*, 19(1), 19-50.

Wittberg, R. A., Northrup, K. L., and Cottrel, L. (2009). Children's physical fitness and academic performance. *American Journal of Health Education*, 40(1), 30-36.

Yaşartürk, F., Akyüz, H., ve Karataş, İ. (2018). Rekreasyon Bölümü Öğrencilerinin Boş Zaman Yönetimi ile Akademik Başarılarını Etkileyen Örgütsel Faktörler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 233-243.

Yılmaz, E., & Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 59(59), 451-470.

Yılmaz, K. (2013). Comparison of quantitative and qualitative research traditions: Epistemological, theoretical, and methodological differences. *European Journal of Education*, 48(2), 311-325.

Yu, C. C. W., Chan, S., Cheng, F., Sung, R. Y. T., and Hau, K. (2006). Are physical activity and academic performance compatible? Academic achievement, conduct, physical activity and self-esteem of Hong Kong primary school children, *Educational Sciences*, 32(4), 331-341.

Yuen, C. Y. (2013). Ethnicity, level of study, gender, religious affiliation and life satisfaction of adolescents from diverse cultures in Hong Kong. *Journal of Youth Studies*, 16(6), 776-791.

Yunus, F. W., Mustafa, S. M. S., Nordin, N., and Malik, M. (2015). Comparative study of part-time and full-time students' emotional intelligence, psychological well-being and life satisfactions in the era of new technology. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 170, 234-242.

Zhao, X. R., Ghiselli, R., Law, R., and Ma, J. (2016). Motivating frontline employees: Role of job characteristics in work and life satisfaction. *Journal of Hospitality and Tourism Management*, 27, 27-38.

Zhi, T. F., Sun, X. M., Li, S. J., Wang, Q. S., Cai, J., Li, L. Z., and Wang, Z. D. (2016). Associations of sleep duration and sleep quality with life satisfaction in elderly Chinese: The mediating role of depression. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 65, 211-217.

Zhou, S., Xue, F., and Zhou, P. (2002). Self-esteem, life-satisfaction and materialism: Effects of advertising images on Chinese college students. *New Directions in International Advertising Research*, 12, 243-261.

Quinn, P. D., and Duckworth, A. L. (2007). Happiness and academic achievement: Evidence for reciprocal causality. In *The Annual Meeting of The American Psychological Society*, 24-27 May 2007.

TÜİK, Yaşam memnuniyeti araştırması. Url: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=33729> (Erişim Tarihi: 20.03.2020)