



ISSN: 2149-0821

## Sosyal Bilimler Dergisi / The Journal of Social Science

Yıl: 5, Sayı: 26, Ağustos 2018, s. 522-552

**Doç. Dr. Necati KAYHAN**

KTO Karatay Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, necati.kayhan@karatay.edu.tr

**Arş. Gör. Gökçe Bahar GÜRBÜZER**

KTO Karatay Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, goke.ulug@karatay.edu.tr

**Havva Nur TORAMAN**

KTO Karatay Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi, havvanurtoraman@gmail.com

### **BİLİŞİM ÇAĞINDA ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ZAMAN YÖNETİMİ VE SERBEST ZAMAN DEĞERLENDİRME EĞİLİMLERİ: KONYA ÖRNEĞİ<sup>1</sup>**

#### **Özet**

Bilgi İletişim Teknolojilerinin (BİT) etkin rol oynadığı çağımız küreselleşme koşullarında, birçok unsur gibi toplumsal değerlerin de hızla değişime uğradığı gözlenmektedir. Küreselleşmeye ilişkin çalışmalar göstermektedir ki, yaşanan sistemin doğası gereği en güçlü silah konumunda olan tüketimi kamçılayan medyanın da ağırlıklı hedefinde nüfusun en stratejik kesimi üniversiteli gençler bulunmaktadır. Bu bağlamda değişime çok açık olan gençlerin mevcut yaşanan internet medya merkezli sosyalleşme ortamında birçok yönden olduğu gibi zaman yönetim algısı bakımından da istismara maruz kalmaları kaçınılmaz olmaktadır.

Bu bakımdan geleceğin beyin gücünü yetiştiren üniversite hayatının önemi de yadsınamaz. Belirtilen nedenlerle seçilen Konya vakıf üniversitesi gençlerine yönelik olmak üzere ‘Zaman yönetimi parametreleri ve Eğilimi’ adlı çalışma ile

<sup>1</sup> Bu çalışma 3-5 Mayıs 2018 tarihleri arasında Alanya Alaattin Keykubat Üniversitesi tarafından düzenlenen 4.Asoscongress’ de sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

Bilişim teknolojileri (BİT) ağındaki gençlerin zaman yönetimi ve serbest zamanı değerlendirme konusundaki eğilimlerini betimlemek amacıyla bu araştırma yapılmıştır. Sonuçta bu çalışma ile altın çağındaki üniversite gençlerinin paradan çok daha kıymet arz eden boş zamanlarını rasyonel değerlendirmelerine yönelik bazı öneriler getirilmeye çalışılmaktadır.

**Anahtar kelimeler:** Boş Zaman, Üniversite Gençliği, Bilişim Teknolojileri (BİT), Zaman Tuzakları, internet bağımlılığı

## **TIME MANAGEMENT AND LEISURE TIME TENDENCIES OF UNIVERSITY STUDENTS IN THE AGE OF INFORMATICS: KONYA SAMPLE**

### **Abstract**

In the current globalization conditions where Information and Communication Technologies (ICT) play an active role, it is observed that social value is changing rapidly just like a great many components. The studies regarding globalization show that the most strategic part of the population, the young, particularly university youth, are in the target of the media triggering the consumption which is the most powerful weapon as a nature of the system. In this sense, it is inevitable that young people who are open to change are exposed to exploitation in terms of time management perception as in many other sides in internet – media centered socialization. For that reason, the importance of the university life training the brain power of the future cannot be ignored. The current study was carried out to define the tendency of young people in the network of ICT over spare time management and evaluating spare time with the name of Time Management Parameters and Tendencies over Konya University youth for the above-mentioned reasons. As a conclusion, the current study aimed at offering some recommendations regarding spending spare times which are of more value than money for the university students in a more rational way.

**Keywords:** Spare Time, University Youth, Informatics Technologies (IT), Time Traps, Internet Addiction

### **GİRİŞ**

İçinde bulunduğumuz 21.yy' da küreselleşme ve bilgi-iletişim teknolojisindeki (BİT) hızlı gelişmeler sonucunda, medyanın etkisi gittikçe artmış ve medya en etkin sosyalleşme aracına dönüşmüştür. Bu bağlamda internet merkezli görsel-ışitsel medya araçlarının (cep telefonu, tablet bilgisayarlar, sosyal medya, TV vb.) yaygınlaşması, medyanın etkinliğini artıran unsurlar olarak belirginleşmektedir. Medya, gelişmiş özellikleriyle içinde bulunduğumuz bilişim çağında insanların ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Geline süreçte gerek toplumda olsun gerekse insan yaşamında olsun adeta birinci güç konumuna dönüşen medya, serbest zaman değerlendirme aracı olarak kullanılmaya ötesinde, son gelişmeler ile birlikte büyük oranda eğlenme ve bilgi temin etmek amaçlı da kullanılmaktadır. Eskiden sadece belli zaman ve mekanda rolü olan

medya bugün günün her saatinde başvurulmuş önemli bir bilgilendirme aracı olarak insan hayatında daha etkin konuma gelmiştir. Bu nedenle günümüz koşullarında ağırlıklı genç nüfus olmak üzere toplumumuzun çoğu boş zamanlarını büyük oranda medya kullanarak geçirmektedir. GWI-2017 raporuna göre: Son yıllarda internet kullanma trendi bakımından dünya sıralamasında Türkiye'nin ön sıralarda yer aldığı gözlenmektedir. Nitekim TÜİK verilerine göre 2017 yılında 16-24 yaş aralığındaki bireylerin %87,2'si, 25-34 yaş aralığındaki bireylerin ise %85,6'sı internet kullanmaktadır (TÜİK, 2018). Türkiye'deki internet kullanıcılarının, yaş ve eğitim grubuna göre yapılan bir analizde ise %65 ile üniversitelilerin internet kullanımında önde gittiği belirlenmiştir. Diğer yandan Türkiye'de internet kullanıcılarının ise günlük sosyal ağlarda geçirdikleri ortalama süre ise 2s 53dk'dır. Her geçen gün sosyal ağların çeşitlenmesi ve her şeyin dijital entegre olmaya başlaması ile birlikte bu rakamlar günden güne artmaya devam etmektedir (Dijital Türkiye Raporu, 2018).

Küreselleşme rüzgârı ile birlikte internet merkezli medyanın klasik fonksiyonları belirtilen çerçevede hızla değişirken, artık günümüz popülist kültürün egemen olduğu şartlarda, medyanın kitleleri tüketim merkezli irrasyonel teşvik işlevi daha da ön plana çıkmaktadır (Çapcıoğlu, 2008: 11-14). Çünkü dünyanın her yerinde medyanın, reytingini artırmak için her fırsatta katalizör olarak hız, moda ve cinselliğin (subliminal mesaj) yoğun bir şekilde kullanıldığı gözlenmektedir. Belirtilen çerçevede medyanın genellikle üretmeden tüketmeyi empoze ettiği, ticari nitelikli mesajlarla toplumdaki sosyo-ekonomik dengeleri bozmanın yanında, özellikle gençlerin zihinlerini manipüle ederek (enerjilerini tüketerek) onların kişisel ve sosyal gelişmelerini engellediği gözlenmektedir. Medyanın bu olumsuz yönü boş zaman yönetimi yönünden ciddi risk oluşturmaktadır.

Halbuki boş zaman dahi olsa, zaman herkesin eşit sahip olduğu ve ancak bir kez kullanılabilen tekrarı mümkün olmayan sınırlı bir kıt kaynaktır. Ömür sermayesi olarak da adlandırılan zamanın neredeyse uçak hızıyla geçmesi onu depolama ve durdurma imkanımızın olmamasının yanında, bir kez kullanılabilen yaşamsal bir kıt kaynak olması onun önemini ortaya koymaktadır. Benzer şekilde zamanın, çok çabuk tükenen gençlik gibi ikamesi mümkün olmayan, tükenen bir kaynak olduğu hatırlanırsa yine onun zamanında fark edilemeyen ehemmiyeti anlaşılabilir. Bu nedenle zamanın kıymetini bilmeyen, kendini ve zamanı yönetemeyen toplum ve insanların hiçbir alanda yaşam kalite ve başarılarını yükseltmeleri mümkün değildir (Abay, 2000:87-125; İlseven,2016:5-9). Zamanın önemini vurgulamak için batılı medeniyetler “zaman paradır” derken, ünlü İslam düşünürü İmam Şâfi Hz. : “Zaman kılıç gibidir. Sen onu kesmezsen o seni keser.” demiştir. Bu bağlamda ‘Bütün maddi ve manevi zenginlikleri elde etmenin şartı da zamanı planlı ve etkili bir şekilde kullanmaktan geçmektedir.’ (Güçlü, 2001: 27). O yüzden İslam kültürüne göre “Tasavvuf'un bir anlamı da ehemmi mühime tercih etmektir. Yani vakti en değerli olanı daha az değerli olana yani önceliklere göre sarf edilmesi ” öngörülmektedir. (Abay,2000: 44-46; Ebu Gudde,2018:232-236).

Bu nedenle gençlerin boş zamanlarını gerektiği gibi etkin değerlendirmeleri bakımından onları aşırı meşgul edebilecek medya gibi, zaman tuzağı içeren unsurlara dikkat etmeleri gerekmektedir (Joinfantastic.com.au, 2018). Bu bağlamda medyanın bilinçli kullanılması önem arz etmektedir. Aksi takdirde hem olumlu hem olumsuz yönleri olan medyanın neden olabileceği zaman tuzakları yüzünden her kullanıcı gibi, özellikle yetişme çağındaki gençlerin çok daha yaşamsal psiko-sosyal risklere maruz kaldıkları gözlenmektedir. Belirtilen nedenlerle seçilen

“Üniversite Gençliği ve Serbest Zaman Yönetimi” adlı araştırma konusu çağımıza ilişkin öne çıkan, bir toplumun geleceği ve stratejik güç konumundaki gençliğin eğitim ve yaşam kalitesi sorunlarından olduğu için önemi gereği incelemeye alınmıştır. Burada söz konusu araştırma konusunun işlenmesi ve ilgili makale yazım sürecinde izlenen planlamayı belirtmek gerekirse: Makalenin giriş bölümünü akabinde, konuya ilişkin anahtar kavramlar açıklandıktan sonra, ulusal ve uluslararası güncel araştırmalar ve literatür çalışması özetlenmiştir. Bilahare seçilen araştırma konusunu gerçekleştirilmesine ilişkin metodolojimize kısaca değinerek elde edilen bulgular çerçevesinde makale konusunda ilişkin öne çıkan sorunlara dikkat çekilmiştir. Makalenin sonuç ve öneriler bölümünde ise üniversite gençliğinin serbest zaman yönetimine ilişkin gerçekleştirilen araştırmaya dair amaç ve bulgular çerçevesinde belirli çıkarımlarda bulunularak tespit edilen sorunlara çözüm önerileri getirilmeye çalışılmıştır.

## **1. Bilgi Teknolojileri Çağında Üniversite Gençliğinin Boş Zaman Yönetimi İle İlgili Temel Kavramlar**

### **1.1. Gençlik**

Gençlik dönemi 18-22 yaş arasında bireyin yetişkinlik yıllarını şekillendirdiği, tam bağımsızlaşmayı sağladığı, kimliğini tanımladığı buna bağlı olarak içsel değer sisteminin inşasını tamamladığı, sosyal statüsünün temellerini attığı buna bağlı olarak sosyal rollerini belirlediği döneme verilen addır (Asıcı, 2017: 323). Bu yaş aralığı Türkiye’de bireyin eğitime devam etmesi durumunda üniversite yıllarına tekabül etmektedir. Bu dönem bireyin kariyer planının şekillendiği, kişilerarası yakın ilişkilerin kurulduğu, farklı kültürlerin, görüşlerin kaynaşma alanı olan üniversite ortamında kişilerarası iletişim becerisinin gelişmesinin beklendiği bir dönemdir (Sekam, 2013: 645-646). Bu sebeple bu dönemde sık karşılaşılan psiko-sosyal sorunlar; kişilerarası iletişim kuramama, kimlik krizleri, kaygı, gelecek yaşam için plan yapamama, duygu durumunu düzenleyememe, kimlik oluşumunu tamamlayamama, kültürel yabancılaşma olarak kendini göstermektedir (Tarhan, 2017: 29-51). Esasen bu sorunlar hem bireyin içinde bulunduğu toplum yapısından hem de bireyin psikolojik özelliklerinden beslenmektedir. Bu nedenle bu sorunların temel nedenlerini bulmak ve çözümlenmek kolay olmamaktadır. Çünkü toplumların yapısı ekonomik özelliklere bağlı olarak değişmektedir. Günümüzde neo liberal görüşler toplumların ekonomisini şekillendirmektedir. Kapitalizmin uzantısı olan bu görüş kitleleri özellikle değişime çok açık ve tecrübesiz konumdaki gençleri her şeyden önce tüketim aracı olarak görmektedir (Kayhan,2010:49-50). Belirtilen nedenlerle kar amaçlı çok uluslu şirketler, sistemin lokomotifleri olarak gördükleri tüketici kitlenin özellikle de değişime çok açık konumdaki gençlerin alışkanlıklarını manipüle ederek tüketimi teşvik ve tek tipleştirme için yoğun çaba sarf etmektedirler. Bu konuya örnek olarak global marka niteliğindeki, McDonald’s, Adidas, Nike, CocaCola, Bosch, BMW vb. çok uluslu fast-food, giyim, elektronik eşya üretim şirketlerince uluslararası çapta icra edilen yoğun reklam ve sosyal medya kampanyaları verilebilir. Bu tablo doğal olarak çağımız gençlerinin yaşamlarının her alanında bilinçli davranmalarını engelleyici nasıl organize bir psiko-sosyal ve ekonomik riskler ile kuşatıldıklarını ortaya koymaktadır. O yüzden söz konusu yüksek risk içeren olumsuz koşullar nedeniyle, gençlerin hayata çok daha dikkatli hazırlanmaları gerektiği hususu araştırmamızda altı çizilerek analizi yapılmaya çalışılmaktadır.

## 1.2. Boş zaman (Rekreasyon)

Boş zaman (Rekreasyon); yenilenme, yeniden yararlanma veya yeniden yapılanma anlamına gelen latince ‘recreation’ kelimesinden gelmektedir. Birçok tanımı olsa da özü itibarıyla rekreasyon: Zamanın iyi bir şekilde planlanması sonucu ortaya çıkan boş zaman içerisinde gerçekleştirilen, insanların fiziksel ve ruhsal yönden yenilenmesini, sağlayan, gönüllü olarak yapılan rutin işlerin dışında yapılan tatmin edici dinlendirici faaliyetler şeklinde tanımlanabilir (Stebbins, 2016:11). Serbest zaman, iş yaşam dengesi için bir dayanak noktası özelliği taşıyan sosyal bir kurumdur. Bu bağlamda serbest zaman: Kişinin rutin çalışma hayatından kaynaklanan stres, psikolojik ve fiziksel yıpranma vb. olumsuzlukları iyileştirmeye kendini yenilemesine yönelik olmak üzere, kendi özgür iradesi ile seçerek boş zamanda gerçekleştirdiği gönüllü icra edilen dinlendirici faaliyetlerdir. Burada açıklanması gereken bir ayrıntı ise genelde serbest zaman ile boş zamanın tanımlarının karıştırılması hususudur. Esasında literatürde iş dışı zaman “Boş Zaman” olarak adlandırılırken, “Serbest Zaman” ise: Boş zaman içerisinde kişinin sadece hür iradesiyle kendi isteklerini gerçekleştirdiği zaman dilimine denilmektedir.

Serbest zaman süreleri ve kullanım şekilleri bireylerin yaşam kaliteleri ile doğrudan ilintilidir. Serbest zaman etkinliklerine; kendimizi yenilemek, geliştirmek ve yaşamımızı zenginleştirmek için katılırız. Serbest zaman etkinlikleri; yaşama sevincini, rahatlamamızı, kendimizi tanımamızı, yenilenmemizi, hayata geri dönmemizi sağlayan fırsatlar verir. Serbest zamana katılım günlük yaşam kalitemizi güçlendirir. Ancak çoğu insan boş zamanın önemini farkında değildir (Ebu Gudde, 2018). Halbuki hem batı hem doğu kültüründe zaman para gibi algılanarak önemi vurgulanmak istenmiştir. Yine Kuran-ı Kerim’de bu amaçla birçok ayette kaybedenlerden olmamak için dakikalık zamana kadar düzenlenen ibadet saatlerinde hikmetler bulunduğu hatırlatılmaktadır. Bu nedenle her insanın bir günlük süreyi Allah’ın kendisine bir armağan, emanet olarak verdiği düşüncesi ile onu etkin kullanma adına günün beş vakit namaz ile adeta planlanması istenmektedir. Bu bağlamda prensip olarak namaz ile de bir insan rutin günlük yoğun çalışma temposuna günde beş defa kısa süreler ile düşünme, dinlenme vb bir çok faydalı maksat taşıyan kısa aralar vererek fecirde (güneşin doğuş vakti) ile başlayan gününü, güneşin batışı yani yatsı uyku (gün bitimi, en yorgun zaman) vakti ile ertesi güne zinde hazırlanmak üzere ara vermiş olmaktadır. Sonuçta bu şekilde bir günlük çalışma ve dinlenme süresi insan doğasına uygun bir şekilde düzenlenip planlanarak etkin kullanılması hedeflenmektedir. Çünkü İslam’da zaman (ömür sermayesi) yaşamsal önemde olup onun çok dikkatli kullanmak adına kuran ve hadiste (Tekasür, Vel asır, Zariyat, Fecr, Leyl, İnşirah, Ali İmran suresi vb.) bir çok uyarılarda bulunmanın ötesinde namaz vb ibadetler ile söz konusu zaman kaynağının planlı ve disiplinli kullanılması ve yaşama geçirilmesi ayrıca kolaylaştırılmak istenmektedir (Abay,2000:45; İlseven,2016:2-3).İslam da öngörülen hac, oruç,Uzlet,İtikaf) vb ibadetler hep namaz gibi zaman şartına bağlıdır (Okumuş, 2012:705-710). Bu bağlamda İslam Peygamberi (sav)’de zaman konusunda kıymeti pek bilinmeyen üç nimetin önemine dikkat çekmek üzere şöyle buyurmuştur: “Gençlik, sıhhat ve boş zamandır” (Ebu Gudde, 2018).

Hız.Mevlânâ’ da konuya dair Mesnevî’de uyarıda bulunmaktadır: ‘Ey cânımın cânı ey benim cânânım , aklını başına al da şu içinde bulunduğun ânın kıymetini bil!’ Benzeri şekilde konuya dair bilim uzmanları da: Zaman israfının telafisi mümkün olmayan ciddi kayıp ve zarara neden olacağı gibi, doğru şekilde değerlendirilen boş zamanın kişilerde beden ve mental yönden fayda sağlayıp verim artıracaklarını vurgulamaktadırlar. Çünkü yoğun ve rutin iş yaşamında kay-

bedilen enerjinin geri kazanılması, artan stresin azaltılması boş zamanın doğru bir şekilde değerlendirilmesi sonucu ortaya çıkan rekreasyon ile mümkün olabilmektedir (Economist.com, 2014). Aksi halde insanlar boş zamanlarını sapkın davranışlar, alkol, madde ve teknoloji bağımlılığı vb. rasyonel olmayan atipik faaliyetler ile israf etmek yanlına düşmektedirler. Çalışma zamanı ile boş zaman arasında ters yönlü bir ilişki vardır. Çalışma süreleri arttıkça boş zamanlar azalır (Kılıç,2017:77)

Teknolojik gelişmeler, endüstri devrimi vb. gelişmeler sonucu iş gücüne olan ihtiyacın azalması, çalışma sürelerinin kısalmasında ve boş zamanların artışında etkili olmaktadır. Diğer yandan gelir ve eğitim düzeyinin artması da boş zamanı daha önemsenir hale getirmektedir. Günümüzde gelişmiş ülke insanları boş zamanlarını daha bilinçli kullanma eğilimindedirler. Bu da rekreasyonun bilim dalı olarak gelişmesine zemin hazırlamaktadır. Nitekim gelenen süreçte gelişmiş ülke üniversitelerinin birçoğunda konuya dair yeni dersler eklenmekte, bölümler açılmaktadır. Türkiye gibi gelişmekte olan ülkelerde bu bilinç yavaş yavaş oluşurken, gelişmiş ülkelerde insanlar zamanlarını yalnızca yaşamlarını devam ettirebilmek için kullanmaktadır. Bu anlamda boş zamanlardaki artış ciddi bir boş zaman endüstrisi oluşmasına neden olmaktadır (Karaküçükve Akgül, 2016). Nitekim gelenen süreçte dünyaya hakim olan kapitalist sistemde her şeyin olduğu gibi boş zaman değerlendirme konusunu da istismar ederek ekonomik boyutunu ön plana çıkarmak suretiyle kazanca dönüştürmeye çalışmaktadır.

Bu bağlamda insanların boş zaman eğilim ve ihtiyaçları manipüle edilerek ticari amaçla bir şekilde istismar edilebilmektedir. O yüzden günümüzde abartılı tüketim harcamalarının yüksek olduğu pasif ve atipik etkinlikler, ne yazık ki boş zamanların katili haline dönüşmüştür. Sonuçta bu olumsuzluklar yüzünden, serbest zamanların bilinçli değerlendirilmesi için izlenmesi gereken ideal tutum olarak kabul edilen amaçlı, kişisel zevke uygun planlı pozitif aktivite niteliğindeki rutin iş dışı, bedenin farklı biçimde daha aktif olacağı, sportif, sosyal, sanat, öz eleştiri, seyahat vb. kültürel etkinlikler ise göz ardı edilmektedir (Hamid, Ahmad, & Awang, 2016: 5).

### **1.3. Medya**

Her türlü kitle iletişim ve yayın organlarının tümüne birden medya denmektedir. Medya, bugün küresel güçlerin amaçlarına ulaşma noktasında en etkin araç haline gelmiştir. Medya gücünü söz, resim, sembol ve algılarla toplumu manipüle ederek, kendi amaçlarına uygun bir hayat tarzı ve kutsalları benimsetme gücünden almaktadır. Bugün insanlık bilişim teknolojilerinin gelişmesiyle birçok pozitif gelişmelerin yanında, yoğun ticari amaçlı medya bombardımanı yüzünden bilgi kirliliği nedeniyle başta zaman olmak üzere, maddi ve manevi birçok yönden istismar edilmektedir. Bu nedenle çağımıza “medya çağı”, “iletişim çağı” diyenler de vardır. Bu bağlamda medyaya her ne kadar teoride “4.kuvvet” deniyorsa da gelenen süreçte kitleleri yönetmedeki artan gücü onu nerdeyse birinci kuvvet konumuna taşımaktadır. Gerçekten gelenen süreçte tekel oluşturmuş birçok iletişim aracı, insanları birbirine yaklaştırma yerine, toplumun çimentosu olan yerel kültürleri tahrip ederek, bireyselleştirici ve ayrıştırıcı nitelikteki kitle kültürünü empoze etmektedir. Bunun sonucu tekelleşmiş sermayenin emrindeki medya imparatorluğu, kültürel sömürü yöntemiyle, adeta bireyleri robotlaştırırken, toplumun bağımsızlığını da yaprak dökümü misali çökerterek ayrıştırmaktadır. Bu nedenle gelenen süreçte aynı çatı altındaki aile fertleri arasında dahi, birliği sağlamak gittikçe güçleşmektedir. Günümüzde etkin güç konumundaki neo-liberal zihniyet, emperyalist amaçları için medyayı kullanarak, bütün dünya-

da demokrasi, barış, paylaşma ahlakı, sevgi vb. insani değerler yerine şiddet, tüketim, savaş ve ayrımcılığı körüklemektedir (Tarhan, 2006: 92; Sayar,2013:29). Amaç, tüketici geniş halk yığınlarını reklam vb. zihin kontrolü yöntemiyle teslim alarak kapitalizmin öngördüğü kar ve rant merkezli sömürü modelini sürdürmektir. Gerçekten günümüzde küreselleşme dalgasının yol açtığı, dünyanın mevcut resmine bakıldığında görülmektedir ki: “ABD, dünya üzerindeki hegemonyasını silâh gücünden çok, medya gücüne borçludur. ”Yani Hollywood, Amerika demektir; Amerika ise Hollywood. Bu bağlamda Hollywood ise, kapitalizmin başta ABD, İngiltere gibi Batı'nın ekonomik güç odaklarının temsilcisi olarak, tek tip kitle kültürünü evrenselleştirerek, bütün dünyayı adeta sürüleştiren tüketim toplumu haline dönüştürmek misyonunu gerçekleştirmektedir (Kurtoğlu, 2013: 254-293). Medyanın sonuçta olumlu ve olumsuz etkisinin olduğu bilinen bir gerçektir. Ancak Türkiye gibi okuma düzeyi düşük toplumlarda medyanın olumsuz etkisi daha fazla olmaktadır. Genelde ticari kuruluş niteliğindeki medyanın içeriği de büyük ölçüde uluslararası reklam şirketlerince şekillendirilmektedir. Bunun yanında içerikte büyük oranda; medya sahibinin görüşü, toplumsal kabuller ve siyasi ortam da az da olsa etkilidir (Güven, 2015: 38-39). Bu yapı ise medyanın genelde kamuoyuna gerçekleri sunmasına engel teşkil etmektedir. O yüzden medyanın tüketim merkezli (irrasyonel, sorumsuz) yaşam biçimini empoze etmesini doğal karşılamak gerekir (Tarhan, 2017:73-125). Belirtilen nedenler ile hakim sistem neoliberalizm, yeni sömürgecilik mantığı gereği dünya hakimiyetine giden yolda, ekonomik gücünü geliştirmek adına, medyanın gücünden azami ölçüde yararlanmaktadır(Kayhan,2010:49-60). Burada medyanın bu genel olumsuzluklarının yanında araştırmamızın önemli unsurlarından olan, internet sosyal medya gibi gelişen bilişim teknolojilerinin amaç dışı bilinçsiz kullanılmasının yol açtığı teknoloji bağımlılığı gibi zaman tuzakları günümüzde üniversite gençliğini artan oranda tehdit etmektedir(Tarhan,2017: 72). Bu konuda yakın zamanda yapılan birçok ulusal ve uluslararası araştırmalar bu gerçeği teyit etmektedir. Burada vurgulanması gereken BİT (Bilgi İletişim Teknolojileri) bu kadar iç içe geldiğimiz süreçte mevcut konumuyla aşırı işlevselleşen cep telefonları hakkında birkaç söz etmek gerekirse: Nerdeyse 24 saat yanımızdan ayırmak istemediğimiz mobil telefonlar öyle işlevselleşerek tarifi güç bir önem kazanmıştır ki, yaşantımızda artarak yer alan söz konusu medya ve iletişim araçları, neredeyse ekmek su gibi hayati öneme haiz olmak üzere bireyin ayrılmaz bir parçası konumuna dönüşmüştür. Ayrıca bu aşırı bağımlılık ilişkisi birey için öyle bir birliktelik teşkil etmektedir ki; bu durum bir çocuk için adeta emzik neyse, yetişkin bir birey ve özellikle gençler için cep telefonu aynı derecede vazgeçilmez bir önem kazanmıştır. Bu değişim olgusundan kaynaklanan bir sosyal riske dikkat çekmek gerekirse, olumlu ve olumsuz yanı ile insan tutumunu aşırı biçimde etkileyen söz konusu iletişim teknolojilerinin geline süreçte çevremizde neden olduğu tabloya göre: Hızla gelişen iletişim teknolojileri ile kendine yabancılaşan (asosyalleşen) insan, geldiğimiz süreçte neredeyse günlük hayatta en çok sevdiğine dahi ayırmadığı vakitlerini cep telefonu veya internet teknolojilerine ayırması hayli düşündürücüdür.

#### **1.4 Popüler Kültür**

Popüler kültür, bir toplumda günlük hayata egemen olan kültürdür. Bu programın temelinde şiddet, argo dil, espri, moda, eğlence, cinsellik, müzik ve tüketim vardır. Seçkinci görüşe göre kalite ve nicelik arasında ters ilişki vardır. Nicelik arttıkça kalite düşer. Çünkü kitle adamı öğrenmeyi, düşünmeyi ve sanatı sevmez; kitle adamı yaşamı anlamak yerine, dikkatini başka yere çekerek eğlenme ve geçici hazları arzulamaktadır (Erdoğan-Alemdar, 1994: 115).Ayrıca popüler kültürün en belirgin özelliği "özgür yaşam, sınırsız zevk!" gibi bir yaşam felsefesini

savunmasıdır. Sözelimi "istediğin gibi yaşa", sloganını prensip edinen popüler kültür, sınırsız özgür bir yaşam biçimini empoze ederken aslında insanı kendi zevkine köle etmektedir. Yani bu kültür anlayışı bir anlamda haz alamadığında mutlu olamayan egoist bireyler üretmektedir (Sayar ve Yalaz, 2016:17). Hal böyle olunca, toplumu ayakta tutan vefa, sabır, paylaşma, özveri, empati gibi ulusal kültür ve insani değerler rafa kalkmaktadır. Uzmanlar popüler kültürün, (haz, hız, top, pop, moda, lüks tüketim, marka düşkünlüğü vb.) kontrolünde amaçsız, yalnız, umutsuz hem psikolojik hem de fiziksel açıdan hasta bir nesil ürettiğini belirtmektedir. Bu bağlamda popüler kültürün en büyük kurbanı ise gençliktir. Bu nedenle çağımızda gençleri genelde, etkin konumdaki popüler kültür yönetmektedir dersek bu görüş yanlış olmayacaktır (Tayanç ve Varol, 2017:143-144). Çünkü deneyimsiz genç kesim, bireyi adeta robotlaştıran bu kültürel sömürü düzeninin farkına varmadan esiri ve kurbanı olabilmektedir(Kayhan,2015:63). Belirtilen nedenlerle hızlı değişen, kontrol dışı teknolojik gelişim ve küresel koşulların empoze ettiği geçici zevk tuzakları yüzünden günümüz gençlerinin çoğunluğu zamanını iskalayarak yaşamsal önem arz eden geleceğe hazırlanamamaktadırlar (Tarhan,2017:73).

## **2. Bilişim Çağında Üniversite Öğrencilerinin Karşılaştıkları Psiko-Sosyal Risklere Ve Boş Zaman Yönetimine İlişkin Genel Değerlendirme**

Sanayileşmenin akabinde bilgi iletişim teknolojilerinin gelişmesiyle küreselleşen dünyada boş zaman kavramı kendi başına sosyolojik bir kurum olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak küreselleşmenin etkisiyle sermaye sahipleri bu sosyolojik kurumu da pazar olarak görmüşler ve piyasalaştırmanın bir yolunu bulmuşlardır (Aytaç, 2005: 6-8; Aydoğan, 2017: 39-45). Kapitalizmin etkisiyle oluşan küreselleşmeyle beraber küresel ölçekli sermaye sahipleri kitlelerin üretmesinden, düşünmesinden, okumasından ziyade tüketmesini hedeflemektedirler(Topçuoğlu, 1996: 166; Bauman, 1999: 93; Aytaç, 2006). Bu süreçte sermayenin yönlendirdiği medyanın empoze ettiği baskın güç konumundaki popüler kültür benzeri politikalar ile okumayı, düşünmeyi ve üretmeyi desteklememesi ve milli kültürü asimile etmesi gençlerin rasyonel davranmasını engellemektedir. Bu noktada sadece tüketen, kendine yabancılaşan gençlerin psiko-sosyal sorunları doğal olarak artış göstermektedir (Lupu, Cecilia, Elena, & Georgeta, 2014). Söz konusu küreselleşme sürecinin baş aktör konumundaki BİT ticari amaçla başvurdukları zaman tuzakları özellikle değişime açık olan gençleri baştan çıkartarak dizayn etmekte, popüler kültür ve tüketimi teşvik etmektedir (Bayram, 2013: 244-246). Bu tuzakların günümüzde en etkin aracı ise internet kullanımı ve sosyal medyadır. Küresel ölçekli sosyal medya siteleri, dizi, film sektörü son zamanlarda gençleri hedef kitle seçerek manipüle etmektedir (Kayhan, 2010: 43-49). En dinamik yaş dönemini yaşayan gençlerin bu tuzaklarla oyalanarak, tüketim çılgını bireyler haline gelmesi hedeflenmektedir (Sağlam, 2016: 218; Bilgili, 2014: 108-109; Erdoğan, 2017: 29). Nitekim günümüz gençlerinin kişisel zevk ve ilgi alanları yerine moda tutkunluğu, sürekli alışveriş yapmaları, kafe, sahil, sinema, AVM gibi mekanlarda aşırı vakit geçirmeleri bu stratejinin bir sonucudur. Bir diğer tüketim aracı internet kullanımının verimli olmayışı bireyleri kültürel yabancılaşmaya dolayısıyla sosyal uyumsuzluğa itmekte; topluma, ailesine uyum sağlayamayan ve sosyal işlevselliği bozulan bireyin verimsiz internet kullanımını arttırmaktadır. Genç, sosyal çevresinde bulamadığı ilgiyi internet ortamında aramaktadır. Bu durum bir kısır döngü halini almaktadır(Başaran, 2005: 41; Karakoç ve Taydaş, 2013: 221; Can, 2008: 71; Demir, 2011: 24; Argın, 2003: 154). İçinde yaşadığı toplumu tanımayan, tarih bilinci olmayan veya güçlü bir inanç ve değer anlayışı olmayan birey kim olduğunu tanımlayamaz. Bir kimlik geliştiremez. Buna bağlı olarak ileriye dönük bir plan geliştiremez, üretken değildir, davranışları ile duyguları



arasında mantıklı bir bağ oluşturamaz, bu nedenle depresyon gibi psikiyatrik hastalıklara yakalanma riski yüksektir. Kimlik gelişimini tamamlayamadığı için sosyal ilişkilerinde sık sık çatışma yaşar. İletişim kurmakta, sosyal gruplar içinde duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorlanır. Ailesinden özerkleştiğini düşünür ancak kendine özgü bir düşünce sistemi yoktur. Önemli tercihlerini genelde arkadaş çevresine göre belirler.

Belirtilen koşullarda sosyal medyanın empoze ettiği hakim popüler kültür gençleri daima salt lüks maddi ihtiyaçlar ve arkası gelmeyen tüketime yönlendirmektedir. Sonuçta kar amaçlı medya tarafından adeta robotlaştırılarak asosyal yaşam biçimi telkin edilen çağımızın genç insanı bu yüzden ne yazık ki mutluluğu, üretimden çok salt tüketim (maddi unsurlar) gibi yanlış adreste araması nedeniyle kaçınılmaz olarak kapitalizmin tuzağına düşmektedir. Bu yüzden içinde bulunduğumuz küresel yaşam koşullarının yol açtığı çok stresli bir yaşam mücadelesine rağmen, insanlar emperyalist kültür yüzünden bir türlü gerçek mutluluğu bulamamaktadır (Talentouch.com,2018). Çünkü boş zamanlarını büyük oranda gereksiz ve sanal tüketim davranışlarına dönük harcamaktadırlar. Gelişime, öğrenmeye gerekli vakti ve çabayı harcamadığı için gerek iş gerekse aile yaşamı sağlıklı temellere oturmamaktadır.

### **Zaman İsrafını Önlemede En Etkin Olacak İlk Adım: Kendimizi Tanıma ve Yönetme Becerisini Geliştirmek.**

Zaman israfının ve zaman yönetme becerisinin, kök çözümü kişinin kendini yönetme becerisinden geçmektedir. Ancak zaman yani ömür israfı ciddi bir sorun olduğu için bu konuda kendimizi eğitmenin ciddi bir irade ve disiplin işi olduğunu baştan kabul etmek gerekir. Bunun için izlenecek çözüm yolu, kişinin kendini bilip, tanınması, kendisiyle yüzleşip SWOT analizi yaparak zayıf ve güçlü yönlerinin, farkına varıp zayıf yanlarını güçlendirmesinden başlamaktadır. (Tarhan,2017:11). O yüzden Aristo vb. birçok batılı bilge yazarlar gibi (Foucault, Gutman ve Hutton, 2001) Yunus Emre de boşuna: “İlim ilim bilmektir. İlim kendini bilmektir” dememiştir. Aynı şekilde konuya çok önem veren Kuran-ı Kerim’ de de birçok Ayet ve hadislerle uyarıyla değinilirken. Bunlardan bir tanesi olarak : “Kendini bilen rabbini bilir.” ifadesi dikkat çekicidir. Ancak bize göre kişi, aşırı dünyevi meşguliyetten zaman yönetimi yanlışlarının nedeninin özünde kendinden kaynaklandığını fark edemediği için genellikle etkin çözümler üretmekte de zorlanmaktadır. Bir anlamda zaman yönetimi sorunu ile başa çıkmak ciddi bir kişisel gelişim eğitimi gerektiriyor ise de teşhisi güç olduğu için “Terzi kendi söküğünü dikemez” misali çözümü de çok basit değildir. Bu gibi kişisel kusurların teşhis ve tedavisinin güç olmasının temel nedenleri ise özetle: Yaratılış olarak insanın kendi hatalarına karşı hoşgörülü, toz kondurmayacak bir eğilimde olmasının yanında, yoğun hayat temposu, işkolik olma, stres ve popüler kültürün vb. neden olduğu bazı sapkın alışkanlıklarından (egoizm, madde bağımlılık vb.) derin etkileri ile açıklanabilir (Duralı,2016:185-187).O yüzden çevrede genelde bu konuda kişisel gelişim yönünden başarısız kişiler gözlemlendiğinde: Bunların genelde yanlışlarını fark edip, yüzleşme, düzeltme cesareti gösteremeyen ve öz eleştiriye zaman ayıramayan, peşin hükümlü bazen madde bağımlısı vb. psiko-sosyal sorunlu kişiler olduğu fark edilmektedir(Tarhan,2017:115-119). Bu gibi çağın yoğun stres, popüler kültür ortamının yol açtığı kişisel kusurlara ilişkin bir vurgu yapmak gerekirse: Günümüzde insan yaşam kalitesini tehdit eden moda, lüks tüketim, alkol, internet, madde vb. unsurları karşımıza çıkmaktadır. Ancak günümüzde çok masum algılanan belirtilen anlamda sanal mutluluk merkezli benzeri unsurlara aşırı tutku (hırs, bağımlılık, kula kulluk duygusallığı, şirk vb.) insanı hem körleştirmekte hem köle-

leştirebilmektedir. O yüzden serbest zamanın birçok faydasından biri de belirtilen anlamda bireylerin kendisine zaman ayırıp, düşünme ve öz eleştiri (empati, nefis muhasebesi) yapmasına fırsat vererek yanlışlarını düzeltmesine fırsat tanınmasından kaynaklanmaktadır (Aslantaş,2012:67-68). Ancak söz konusu tedavi sürecinde öz eleştirinin dozajı da önemlidir. Yapıcı eleştiriler bireyin kişisel gelişimine katkı sağlarken ağır ve sonuç odaklı olmayan eleştiriler bireyin ruhsal çöküntüler yaşamasına neden olabilir. Öz eleştiri yaparken yapıcı üslupta, aşağılayıcı olmamak, eleştirinin boyutunu dengelemek önerilmektedir. Çağımızın stres merkezli sağlık sorunlarına, çözüm adına çok farklı çıkış yolları ve sosyal aktiviteler üretilebilmektedir. Bunlara örnek olarak son yıllarda yaygınlaşan Yoga sporu verilebilir. Gerçekten Budizm dininden esinlenen Yoga günümüzde her farklı kültürden insanların ilgi duyduğu beden ve ruh sağlığını korumaya yönelik, medyatik sosyal bir aktivite olarak öne çıkan ritüellerden bir tanesidir. Geline süreçte Yoga bütün dünyada serbest zamanlarını değerlendirmek amaçlı özellikle genç insanların çok yaygın olarak ilgi duyduğu bir spor dalıdır. Ancak burada bir hususa vurgu yapmak gerekirse Yoga (meditasyon)'nın amaçları arasında beden terbiyesinin yanında oto kontrol, empati merkezli eğitim programları da bulunmaktadır. Diğer yandan sosyal yönü itibarıyla Yoga ile bazı kişisel gelişim merkezli İslam dininin de öngördüğü bazı aktiviteleri kıyas yapmak gerekirse, kısmen amaçların örtüştüğü İslami öğretilerde de benzeri amaçları içeren farklı ibadetlerin bulunması dikkat çekmektedir (İmamoğlu ve Dilek, 2016). Örneğin İslam da özel olarak kendini geliştirmek isteyen kişilere öngörülen: Oto kontrol, kişisel gelişim ve arınma merkezli çok önemli bir ibadet olan namazın dışında İslam dünyasında dahi pek fazla bilinmeyen çok daha özgün kapsamlı fayda ve özellikler içeren her yıl Ramazan<sup>2</sup> ayının son on günü gerçekleştirilen uzlet (itikaf) ibadeti keşfedilmeye değer faydalar sunmaktadır.

İtikaf (İtikaf, TheSpiritual Retreat)<sup>3</sup>: Kişinin toplumdan kısa bir süre uzaklaşıp uzlete çekilerek az yemek ve uyumak buna karşın başta Kuran-ı Kerim okumak tefekkür vb yoğun arınma amaçlı Allah daha yakın olmak için ibadet gerçekleştirmek üzere normal yaşam biçiminden radikal bir değişime gitmesidir. Çok özel anlamı olan itikaftaki kişi bu süreçte belirtilen manada öz eleştiri murakabe, tefekkür, otokritik vb bir anlamda kişisel gelişim ve denge için kendine zaman ayırmış olmaktadır. Bu gibi uygulamalı geleneksel halk eğitim örneklerinden de hareketle sonuçta denilebilir ki: Gerek zaman gerekse serbest zaman yönetimi için öncelikle gençlerin

<sup>2</sup> Ramazan: İslam öğretilerine göre aynı zamanda öz eleştiri (empati, nefis muhasebesi) ayı olarak bilinen Ramazan Ayının Müslümanlar için çok derin anlam ve önemi bulunmaktadır. Bu bağlamda Müslümanlara göre Ramazan ayı: İnsan beden ve ruhunun (psikolojisinin) her yıl değişen bir aylık takvim zamanında gerçekleştirilen, adeta eğitim, periyodik bakım, disiplin, yenileme, empati geliştirme vb fabrika ayarlarına dönüş amacına yönelik bir aylık özel ibadet sürecidir (Baig, Message of Ramadan, 2018).

<sup>3</sup> İtikaf: Hz. Peygamberin(sas) unutulmakta olan sünnetlerindedir. Genelde Ramazan ayının son on gününde Allah'ın rızasını kazanmak üzere rutin bütün dünyevi meşguliyetten ilgiyi kesip kişinin kendisi ile baş başa kalmak adına cami vb mekanlara kısa bir süre kapanarak ibadet etmesidir. Amaç Kuranın öngördüğü gibi sözde değil özde ibadet etme adına kişinin önce kendini eğitmesidir. Müslümanlar itikafı, Cami veya cami hükmündeki bir yerde dışarı çıkmadan, dünyevi bir şey konuşmadan, Kur'an okuyup, ibadet ve tefekkür (düşünme) ederek Allah'a yaklaşılmaya çalışırlar. Belirtilen anlamda kişi bu ibadeti gösteriş (riya vb) tüm dış tesirlerden uzak olmak üzere gerçekleştirir. Bunların dışında itikafa girmenin bir çok kuralı varsa da temel amaç, kuranın özüne uygun olarak (Hesaba çekilmeden önce nefsinizi hesaba çekiniz, Kendine yapılmasını istemediğin bir şeyi başkasına yapma vb ayet gereği) yaşam biçimini (batını ve psiko sosyal sorunları vb) mevcut alışkanlıkların gözden geçirmektir. İtikafala icra edilen tüm söz konusu inanç merkezli aktiviteler (uyanış, diriliş, empati, kişisel gelişim,, nefsin ıslah) adına gerçekleştirilmektedir. (Dini Kavramlar Sözlüğü, DİB yayınları, "Ramazan" "İtikaf" md.)

özeleştir, sorgulama, yaşam boyu öğrenme ve sürekli iyileşme merkezli öz bilinç, öz yönetim vb nitelikli kişisel ve sosyal gelişim eğitimlerine her fırsatta zaman ayırıp önem vermeleri gerekmektedir (İlseven,2016:5-9; Dalkılıç,2014:161). Çünkü cehalet bütün kötülüklerin anasıdır. O yüzde Atatürk: “En hakiki mürşit bilimdir, fendir.” ve Hz. Ali ise “Cahil, ne kendi eksikliğini görür, ne de öğütlere kulak asar” demiştir. Bilim olmadan kişi kendisini tanıyamadığı gibi Allah’ı da tanıyamaz. Bugünkü insani, toplumsal sorunlarımızın temelinde, belki kendimizi tanımamak duygusal iletişim kuramamak, vermeden alınamayacağını algılayamamak ya da benzeri “İnsan insanın kurdudur” T.Hobbes gibi batının yozlaşmış anlayışları gereği paylaşmayı unutup aşırı bireyselleşme modasından etkilenmemiz bulunmaktadır. Halbuki insan, öncelikle iyiliğe anahtar, kötülüğe fren amaçlı olmak üzere, yaşamak ve yaşatmak için yaratılmış sosyal bir varlıktır.

Çünkü çağımızın küreselleşme koşullarının empoze ettiği mevcut ticari amaçlı yıkıcı zihin kontrol vb emperyalist kültür uygulamaları: Mesut eden değil, meşgul eden riskleri tetiklemektedir. Neticede bu olgular, insan yaşam kalitesini ve insani değerleri tehdit etmektedir. Bu yüzden demekteyiz ki, çağımızın mevcut risk ve artan zaman tuzaklarına karşı kendini dolayısıyla etkin zaman yönetimini bilmeyen, bilgi ve beceri yönünden donanımsız yetişen bir genç kuşağın ne kendine ne de toplumun gelişimine ideal ölçüde katkıda bulunması pek kolay ve mümkün gözükmemektedir.

### **3. Literatür Taraması**

Bir ülkenin en önemli sosyal sermayesi, üretken, değişime, gelişime açık, okuyan, düşünen genç nüfus potansiyelidir. Ancak iki taraflı bıçak niteliğinde olan genç nüfus kaynağının bilinçsiz ve cahil bırakılması ise ülkelerin geleceği bakımından ciddi bir riske ve kayba neden olmaktadır. O nedenle toplumların kalkınması bakımından anahtar rol taşıyan genç nüfus gücünün her bakımından iyi eğitilmesi çağın koşullarına göre bilgili, bilinçli zamanını etkin kullanan bireyler olarak yetişmesi yaşamsal önemde olup, dikkat gerektirmektedir. Bu nedenle üniversite çağında olan gençlere öncelikle başarının ön şart prensibi olan zamanı etkin yönetme ve boş zamanlarını kaliteli nitelik taşıyan etkinliklerle değerlendirme bilincinin kazandırılması gerekmektedir. Bu sayede gençlerin zamanlarını etkin kullanmaları psikolojik, fiziksel, zihinsel, sosyal bakımından sağlıklı gelişmelerine; gelecek yaşamları için güzel alışkanlıklar kazanmalarına fırsat ve imkan tanınmış olunacaktır. Sonuç olarak bir ülke için belirtilen çizgide ideal manada donanımlı yetişmiş bir gencin, gelecekte kendisiyle ve çevresiyle barışık bir birey olarak hem iş hem sosyal ortamda başarıyı yakalaması kolay olacağından yaşam kalitesi yüksek olacaktır (Işık, Demirel ve Gümüşgöl, 2015). Bu sebeple yakın zamanda akademik çevrelerin dikkatleri üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimi konusuna odaklanmıştır. Özellikle yeni gelişmekte olan serbest zaman yönetimi ile ilgili çalışmaların son yıllarda artmakta olduğu gözlenmektedir. Bu sebeple aşağıda gençlerin boş zaman yönetimi hakkında yapılmış güncel ulusal ve uluslararası bazı çalışmalar derlenmiştir. Bilgi çağı olarak nitelenen günümüz toplumlarında bilgiye dijital ortamdaki ulaşmak da oldukça kolaydır. TÜİK verilerine göre 2017 yılında 16-24 yaş aralığındaki bireylerin %87,2’si, 25-34 yaş aralığındaki bireylerin %85,6’sı internet kullanmaktadır (TÜİK, 2018). Günümüzde özellikle gençlerin internet ortamında oldukça fazla süre geçirdikleri bilinmektedir. Ne yazık ki bu süre öğrencilerin sosyal becerilerini, entelektüel düzeylerini geliştirici alanlardan çok zaman tuzağı olarak kabul edilen oyun, sosyal medya gibi amaçsız aktivitelerle tüketilmektedir. Nitekim SETA tarafından Türkiye çapında

yapılan en güncel araştırma sonuçlarına göre gençlerin çok büyük bir kısmı boş zamanlarını TV izleyerek geçirmektedir. Çalışma sonuçlarına göre katılımcıların %56,8'i boş zamanlarını televizyon izleyerek ve radyo dinleyerek, %40,8'i kitap, dergi, gazete okuyarak, %37,2'si sosyal medya sitelerine girerek, %29,6'sı spor yaparak, %15,6'sı tiyatroya, sinemaya ve konsere giderek, %13,4'ü kırıathane, kafe gibi mekânlarda arkadaşlarıyla buluşarak, %9,5'i müzik aleti çalarak, %7,7'si el sanatları uğraşarak, %7,5'i bar, türkü bar, disko tarzı eğlence yerlerine giderek, %4,5'i resim yaparak, %3,6'sı gezerek değerlendirmektedirler. Bu durum üniversite gençliğinin kendine yatırım yapacağı diğer bir deyişle okuyacağı, mesleki gelişimini artıracak faaliyetlerde bulunacağı, üniversite sonrası yaşamının temellerini atacağı bir zaman diliminin boş yere akıp gitmesi anlamına gelmektedir (Gür, Dalmış, Kırmızıdağ, Çelik ve Boz, 2012).

Bu konuda yapılan ulusal çalışmaların sonuçları taranılarak yapılan bir çalışmada: Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını müzik dinleme, arkadaşlarla vakit geçirme, TV izleme, sosyal medyada gezinme gibi zaman tuzaklarıyla değerlendirdikleri göze çarpmaktadır (Arat & Çalılımlı, 2017: 125; Asma, Çoşkun, Gencer ve Eriş, 2017: 15-16; Hajıbalayeva, 2017; Özdemir, Utkun ve Yeşil, 2015: 85-87). Sevinç ve Aktan'ın (2017) çalışmasına göre ise, üniversite öğrencileri boş zamanlarını değerlendirmek için en çok internet kullanımını ve müzik dinlemeyi tercih etmektedirler (Sevinç ve Aktan, 2017: 39).

Diğer bir güncel çalışma olarak, Akyüz ve Türkmen'in, Arat ve Çalılımlı'nın İncaz ve diğerlerinin yaptığı çalışmaya göre üniversite öğrencileri boş zamanın iyi değerlendirilmesi sayesinde akademik başarılarının, entelektüel birikimlerinin artacağına bilincinde olmalarına rağmen boş zamanlarını verimsiz, önemsiz işlerle diğer bir deyişle zaman tuzaklarıyla harcamaktadırlar (Akyüz & Türkmen, 2016: 352-354; Tektaş, Tektaş ve İncaz, 2017: 333; Arat & Çalılımlı, 2017). Bu durumun nedenini ise çevrelerinde ulaşılabilir rekreasyon faaliyetlerin olmamasına bağlamaktadırlar (Arat & Çalılımlı, 2017: 125). Konuya ilişkin Sarı ve Kaya'nın (2016) yaptığı bir çalışmaya göre de üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını verimli kullanmaları onların akademik başarıları artırıcı bir etki oluşturduğu ortaya konmuştur (Sarı & Kaya, 2016: 5).

Asma vb. yapılan bir başka çalışmaya göre: Öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirdikleri aktiviteler ile gelir düzeyi ve cinsiyet arasında ilişki bulunmuştur. Buna göre gelir düzeyi arttıkça boş zamanlar kaliteli aktivitelerle değerlendirilmekte ve erkek öğrenciler kız öğrencilere göre boş zamanlarını daha verimli kullanmaktadırlar (Asma, Çoşkun, Gencer ve Eriş, 2017: 15-16; Durhan, Akgül ve Karaküçük, 2017: 15). Çakır vd. yaptığı bir çalışmaya göre cinsiyet ve haftalık boş zaman süresinin boş zaman faaliyetlerinin kaliteli olmasını etkileyen önemli bir faktör olduğu, bunun yanında yaşın da boş zamanların aktif kullanılmasını sağlayan başka bir faktör olduğu saptanmıştır (Çakır, 2017: 25; Göksel, Togo, Zorba ve İkizler, 2017). Durhan ve diğerlerinin yaptığı bir başka çalışmanın sonuçlarına göre regreatif bir uğraşısı olan bireylerin boş zaman yönetiminde başarılı olduğu çalışmanın sonuçları arasındadır (Durhan, Akgül, & Karaküçük, 2017: 15).

Bilişim teknoloji araçları bireyin yüz yüze iletişimin engelleyen bir toplumsallaşma aracı olduğu gibi, bireyin çok farklı özelliklere sahip farklı mekanlarda yaşayan insanlarla iletişime girmelerine de olanak sağlamaktadır. Ancak internet kullanımının kültürel yabancılaşmaya neden olduğu üniversite öğrencilerinin sosyal uyumunu azalttığı Aydın ve diğerleri tarafından yapılan çalışmanın sonuçları arasında tespit edilmiştir (Aydın, Baş ve Çelik, 2017: 43; Timisi,

2003: 159). Sosyal medya kullanımı, önceleri internet kullanımının içerisinde bir kategori olarak kullanılırken günümüzde ayrı bir boş zaman değerlendirme, bilgi edinme, sosyalleşme aracı olarak ele alınmaktadır. Günümüzde başlangıçta sadece boş zamanlarda kullanılan sosyal medya giderek günün önemli bir zaman dilimini kapsar konuma gelmiştir. Gençlik Spor Bakanlığı (2013) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre gençlerin %86'sı sosyal medyaya günde en az 1 kere; %72'si ise her gün birkaç kere bağlanmaktadır. Her üç gençten birisi sosyal medyada günde en az 3 saat geçirmektedir (GSB, 2013: 6). Akkor'un çalışmasına göre de gençler her gün en az beş saat internet ortamında oyun ya da sohbet sitelerinde vakit geçirmektedirler (Akkor ve Çağlar, 2016: 491). İncaz ve diğerlerinin yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre katılımcıların %35,6'sı boş zamanlarının yarısını sosyal medya ağlarında geçirdiklerini belirtmişlerdir (İncaz, Tektaş ve Tektaş, 2017: 493). Gençlerde internet ve sosyal medya kullanımı okuma alışkanlığını da olumsuz etkilemektedir. Yapılan araştırmaların sonuçları üniversite öğrencilerinin kitap okumanın en derin ve doğru bilgi kaynağı olduğunu belirtmelerine rağmen, kitap okuma alışkanlığına gereken önemi vermedikleri yönündedir. Bu çalışmalarda da ulaşılan sonuç günümüzde artık kitap okuma gibi kaliteli boş zaman faaliyetlerinin yerini verimsiz internet kullanımının yer aldığıdır (Ateş ve Şahin, 2015: 12-13; Odabaş, Odabaş ve Polat, 2008: 460; Yılmaz, Köse ve Korkut, 2009: 45-47). Hajıbalaviya'nın çalışmasının dikkat çeken bir sonucu ikamet yeri ile boş zaman aktivitelerinin niteliği arasında anlamlı ilişkinin olmasıdır. Buna göre evde, yurttan ya da tek yaşayan bireyler arasından yurttan yaşayan bireylerin zaman tuzaklarıyla boş zamanlarını değerlendirdikleri sonucuna ulaşılmıştır (Hajıbalayeva, 2017: 84). Yağmur ve Tarcan'ın yaptıkları çalışma sonuçlarına göre ise, öğrenciler grup olarak yapılan regretiler faaliyetlerine katılım göstermemekte daha çok boş zamanlarını bireysel değerlendirmektedirler. Çalışmanın diğer sonuçları da literatürü destekler niteliktedir (Yağmur ve Tarcan İçigen, 2016: 240). Karaçor ve diğerlerinin üniversite öğrencilerinin kişilikleriyle zaman yönetimi becerilerini incelediği çalışmada öğrenmeye, gelişime açık bir kişilik sergileyen bireylerin zaman yönetimi becerilerinin gelişmiş olduğu sonucu bulunmuştur (Karaçor, Çakır ve Sakallı, 2017: 128).

Yusufoğlu (2017) akıllı telefonların internet merkezli kullanımının üniversite öğrencilerinin beden, ruh sağlığı ve serbest zamanı değerlendirmelerin etkilerine ilişkin bir araştırma sonucuna göre: Akıllı telefonların; gençlerin beden ve ruh sağlığını bozduğu, gençleri topluma yabancılaştırdığı, ve ciddi oranda zaman israfına yol açtığı konusunda tespitler yapılmıştır (Yusufoğlu, 2017: 2431) Boş zaman faaliyetlerinin genel olarak insan üzerinde yerine getirdiği fonksiyonlarla birlikte, bu çalışmanın amaçları açısından değinilmesi gereken önemli bir unsur da bireylerin özelliklerine bağlı olarak değişkenlik göstermesidir. Yapılan pek çok çalışma göstermiştir ki, boş zaman faaliyetlerini seçme ve onlara katılma, cinsiyete, yaşa, gelir düzeyine, eğitime, mesleğe, statüye, çalışma durumuna, çevreye ve daha pek çok değişkene göre farklılık göstermektedir (Terzioğlu ve Yazıcı, 2003: 24-31).

Fidan ve Yeşil (2016) Y kuşağı denilen 2000 doğumlu olup internet ile çok genç yaşta tanışan üniversite gençliğinin tutumlarıyla ilgili yapılan bir araştırma sonuçlarına göre: Y kuşağının tüm sorunlarını internet ile çözmeye eğiliminde oldukları yaşamlarında yoğun e- iletişim kullandıkları belirlenmiştir. Bu kuşağın karakteristik özellikleri: Sorumluluk almaz. Çalışmayı sevmez. Çabuk sıkılır. Para kazanmayı değil, harcamayı sever. Tüketim toplumunun temel aktörüdürler. Sorumsuz ve doyumsuzdurlar. Bunlara İletişim teknoloji kuşağı denmektedir (internet odaklı yaşam tarzı). Y kuşağı sonuçta X kuşağının eseridir. Aşırı korunmuş kuşak (kuluçka ebeveyn) vardır. O yüzden bu gençlerin özellikle serbest zaman sürecinde de internet kullan-

malarında ciddi zaman israfı söz konusu olduğundan amaçlı ve bilinçli internet kullanmaları konusunda eğitilmeleri gerekmektedir (Fidan ve Yeşil, 2017 : 108)

Samsudin (2011) tarafından ne çalışan ne okuyan dezavantajlı gençlere yönelik boş zaman değerlendirme tutumları ve yaşam kalitelerini belirlemeye yönelik bir dış kaynaklı araştırma sonucuna göre: Serbest zamanını aktif olarak değerlendiren gençlerin beden ve ruh sağlığı yönünden değerlendirmeyenlere göre çok başarılı oldukları tespit edilmiş. Tam aksi tutumda olup serbest zamanını pasif olarak medya önünde geçirenlerin ise madde bağımlısı vb. anti sosyal ve sapkın alışkanlıklar edindikleri gözlenmiştir (Samsudin , Nor Ba'yah , Wan Amizah, Rusyda , & Chang , 2011).

Hamid vd.(2016) yaptıkları gençlere ilişkin serbest zaman değerlendirme ve yaşam kalitesi adlı uluslararası bir araştırma bulgularına göre: Serbest zamanın aktif ve amaçlı bir şekilde değerlendirilmesinin önemi vurgulanarak gençlerin yaşam kalitesinin yükseltilmesinin en önemli unsurlarından birisinin serbest zamanı amaçlı ve bilinçli olarak değerlendirilmesinden kaynaklandığı vurgulanmaktadır (Hamid,2016:5).

Nyambugave Ogweno (2014) tarafından Rongo Üniversitesinde gerçekleştirilen gençliğin boş zaman değerlendirmesinde Sosyal Medyanın etkisine ilişkin bir çalışmanın sonuç bulgularına göre: Benzer şekilde gençlerin başta cep telefonu olmak üzere bilişim teknolojilerine yoğun olarak başvurduğu belirlenmiştir. Diğer taraftan bu kapsamda en fazla ise sosyal medyanın yüksek oranda gençler tarafından boş zamanları değerlendirmek için kullanıldığı gözlenmektedir. Ancak sosyal medyanın zamanı kullanma yönünden aktif ve pasif anlamda veya olumlu-olumsuz nitelikli olmak üzere gençlere birçok tercihler sunmaktadır. O yüzden gençlerin mevcut koşullarda sosyal medya ve interneti kullanırken zararlı etkilerinden korunmak için çok dikkatli olmaları ve bilinçli davranmaları önerilmektedir (Nyambuga & Ogweno, 2014)

## **4. Metodoloji**

### **4.1. Araştırmanın Önemi**

BİT teknolojilerinin gelişme süreciyle birlikte Dünya'da giderek artan medya kullanımı, başta bilim dünyası olmak üzere tüm çevrelerin dikkatini çekmektedir. Neredeyse gelinen süreçte başta gençler olmak üzere, insan yaşam alanlarında yaygın ve uzun süreli kullanılma aşamasına gelen internet teknolojisi ve medya, günümüz koşullarında insanların en fazla zaman tüketerek birlikte ve etkileşimde olduğu vazgeçilmez bir unsur haline dönüşmüştür. Olumlu-olumsuz birçok yönü olan medya, insanların sadece serbest zamanlarının vazgeçilmez unsuru değil, mevcut işlevleri nedeniyle diğer zamanlarının da merkezinde yer almaktadır. O yüzden insan yaşam kalitesini geliştirmek bakımından gittikçe yükselen etki alanı farklı özellikleri nedeni ile kontrolsüz güç konumuna dönüşen medyanın bilinçli kullanılması önem arz etmektedir. Belirtilen nedenler ile bilişim çağının tetiklediği kaotik ortamda zamanı bilinçli kullanma sorunu, artan oranda yükselen risk konumuna dönüşen "ömür sermayesinin" yani zaman israfını önlemek bakımında yaşamsal önemdedir. Bu konu aynı zamanda küreselleşme koşullarının pasifleştirdiği toplum içindeki bireyin yaşam kalitesi bakımından önemli olduğu gibi, içinde bulunulan hız ve teknoloji çağının yol açtığı bütün baskıya rağmen zamanın nesnesi değil öznesi olma mücadelesi bakımından da önem arz etmektedir. Boş zamanın değerlendirilmesi kişinin

beden ruh sağlığı bakımından faydalı aktivitelerle geliştirmesi gencin psiko-sosyal gelişimi bakımından ideal bir tutumdur (Shannon-McCallum, 2014). Ancak bunun için serbest zamanların etkin değerlendirilmesi bakımından ekran önünde pasif yaşam biçimi yerine, kişinin kendisini aktif kılan spor, müzik, resim, tarım, sosyal yardım, kitap okuma, seyahat vb. sosyal, kültürel, kişisel gelişim aktivitelerine katılmak, kitap okumak gibi faydalı faaliyetlere zaman ayırması gerekmektedir. Belirtilen nedenler ile söz konusu araştırma konusu, özellikle yaşadığımız bilişim çağında en çok medya kullanan stratejik güç konumundaki eğitim ve kariyer kazanma çağındaki gençler bakımından daha da önem arz ettiği için özellikle seçilmiştir.

#### **4.2 Araştırmanın Amaçları**

Bu anket araştırmasının amacı: Öncelikle üniversite öğrencilerinin hızlı değişim gösteren küreselleşme koşullarındaki yaşam ortamında zaman yönetimi ve serbest zaman değerlendirme konusundaki eğilimlerini betimleyerek, nicel olarak analizler yapmaktır. Araştırma sürecinde, konuya açıklık getirmek adına gerekli istatistik analizleri kullanılarak elde edilen bulgulara göre; gençlerin sosyalleşmelerinde en çok etki eden unsurlar ve bilgi kaynakları tespit edilmek suretiyle bunlar üzerinden bilimsel çerçevede çıkarımda bulunmaktadır. Özellikle araştırmamızın ana teması olarak üniversite gençlerinin serbest zaman eğilimleri dikkate alındığından, bu konu iki ana grupta okul içinde ve dışında olmak üzere değerlendirmeye alınarak anket soruları hazırlanmıştır. Nihai olarak bu araştırma ile elde edilmek istenen alt amaçları tespit etmek üzere oluşturulan sorular maddeler halinde özetlenirse:

1. Gençler zamanı etkin ve verimli kullanma konusunda gerek okul içinde gerekse dışında bilinçli davranıyorlar, gerekli özeni gösteriyorlar mı?
2. Çağın yaşam ve çalışma koşullarında gençlerin sosyalleşmelerinde en etkin hangi unsurlar ve bilişim araçları rol oynamaktadır?
3. Gençler zamanlarını yönetim ve kullanma sürecinde geleceklere yatırım amaçlı beden, ruh sağlığı, öğrenmeye ilişkin kişisel ve sosyal gelişimlerine yönelik aktivitelerle ne derece önem veriyorlar ve bunları dikkate alıyorlar?
4. Gençlerin sosyo-ekonomik durumlarına göre zaman yönetimi anlayışı arasında bir ilinti var mı? Nasıl değişiyor?
5. Gençlerin akademik başarıları ile zaman yönetimi alışkanlıkları arasında nasıl bir korelasyon var?
6. Günlük hayatta İnternet kullanımı gençlerin kişisel ve sosyal yönden gelişmelerini ne şekilde etkilemektedir?

Sonuç itibarıyla; bu araştırma konusu, alanında çalışanlar için literatüre, katkı sağlamasının yanında; değişen sosyalleşme araçlarını ve değişen genç kuşağa ilişkin zaman yönetim eğilimleri hakkında güncel bilgiler elde edilmesinde fayda sağlayacağı gibi eğitimcilerin de bilgilerini ve etkinliklerini artırılmasında yardımcı olacağı düşünülmektedir.

#### **4.3 Yöntem**

Araştırmanın verilerinin toplanmasında yüz yüze görüşme anket tekniği kullanılmıştır. Veri derlemek amacıyla uygulanan soru kağıdında değişik konulara ilişkin 33 soruya yer verilmiştir. Yapılan araştırmanın etkinliğini sağlamak için konuya ilişkin bir ön literatür taraması yapılmış, ayrıca TÜİK' in zaman kullanım araştırmasında kullandığı yöntem incelenmiştir. Ya-

pılan bu ön inceleme çalışmalarından esinlenerek soru kâğıdı hazırlanmıştır. Yüz yüze görüşme ile gerçekleştirilen anket çalışmasında hedef kitleyi oluşturan evren olarak 2018 yılında Konya'da bir vakıf üniversitesi öğrencileri esas alınmıştır. Üniversitenin mevcudu olan 7000 kişi dikkate alınarak yaklaşık %3,5oranda tesadüfi olarak seçilen 350 kişilik örneklem üzerinde bilimsel yöntemlere dikkat edilerek yüz yüze anket uygulanmıştır. Söz konusu araştırma için 450 soru kâğıdı basılmış, basılan soru kâğıdı lisans ve yüksek lisans eğitimi alan öğrencilere uygulanmıştır. Uygulamalı bir betimleme çalışması olan bu çalışmada basit tesadüfi örneklem yöntemi kullanılmıştır. Derlenen verilerin bilgisayar kayıtları yapıldıktan sonra, SPSS yöntemi kullanılmak suretiyle nicel olarak istatistiki analizler gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 15.0 paket programı kullanılmıştır. Analiz yöntemi olarak da genellikle frekans/yüzde dağılımı incelenmiş olup, bazı durumlarda amaca göre uygun istatistik teknikler kullanılarak bağımsız ve bağımlı değişken ilişkisi belirlenmeye çalışılmıştır. Betimleyici bağımsız değişkenler; cinsiyet, yaş, bir işte çalışıp çalışmama durumu, ekonomik durum, sınıf, not ortalaması, kaldığı yer vb. iken bağımlı değişkenler; Öğrencinin hafta içi okul içinde ve dışında boş zamanlarını, nasıl değerlendirdiği, boş zamanlarda kitap okuma durumu, herhangi bir hobisinin olup olmadığı, günde ne kadar süreyle ders çalıştığı, bilgiye ulaşmak için hangi kaynakları kullandığı vb. konular içermektedir.

#### 4.4 Sınırlılıklar

Bu araştırma sınırlı imkanlarla yapılmış mevzi bir çalışma olup, bulgular sadece Konya'da ki vakıf üniversitesi gençliğinin serbest zaman eğilimleri hakkında fikir verebilecek düzeydedir. Konu ile ilgili daha detaylı bilgi için evreni daha geniş ölçekli temsil edebilen örneklem üzerinde yeni gerçekleştirilecek araştırmaların faydalı olacağı düşünülmektedir.

#### 5. Analiz

*Tablo 1 Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı*

Cinsiyet	Frekans	Yüzde
Kadın	225	66,0
Erkek	114	33,4
Toplam	339	99,4
Kayıp Veri	2	,6
Toplam	341	100,0

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyete göre dağılımı incelendiğinde, 341 öğrenciden %66'sı bayan iken %33,4 ünün ise erkek olduğu belirlenmiştir.

*Tablo 2 Katılımcıların yaşa göre dağılımı*



Yaş	Frekans	Yüzde
18-20	155	45,5
21-23	142	41,6
24-26	30	8,8
27 ve üstü	6	1,8
Toplam	333	97,7
Kayıp Veri	8	2,3
Toplam	341	100,0

Katılımcıların yaş dağılımı incelendiğinde ise, büyük kısmının 18-23 yaş aralığında ergenlik yaş grubunda olduğu görülmektedir.

**Tablo 3 Katılımcıların akıllı telefon değiştirme sürelerine ilişkin dağılım**

	Frekans	Yüzde
Akıllı telefonum yok	20	5,9
1-2 yıl arası	103	30,2
3-4 yıl arası	171	50,1
5 yıl ve üzeri	45	13,2
Toplam	339	99,1
Kayıp Veri	2	,6
Toplam	341	100,0

Bu araştırmanın amaçlarından biri de öğrencilerin ekonomik durumlarına ilişkin bilgiler elde ederek, gençlerin ekonomik durumlarının boş vakitlerini değerlendirmedeki seçeneklerini ne yönde etkilediği belirlemektir. Bu amaçla akıllı telefon sahipliği ve modeli öğrencinin ekonomik durumunu yansıtan Proxy değişken olarak düşünülmüştür. 3 yıldan daha az süredir telefon kullananlar yüksek, 4 yıldan daha fazla süredir telefon kullananlar ise düşük gelir grubu olarak değerlendirilmiştir. Bu bağlamda elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin %50 sinin 3-4 yıldır aynı telefonu kullandığı gözlenmiştir. Bu varsayımdan hareketle okul öğrencilerinin yarısının, orta gelir grubunda yer aldığı değerlendirilmesi yapılmıştır.

**Tablo 4 Katılımcıların ikamet durumlarının dağılımı**

	Frekans	Yüzde
Aile	99	%29,0
Ev	83	%24,3
Akrabalarla	46	%13,5
Yurt	113	%33,1
Toplam	341	%100

Araştırmada, öğrencilerin ikametgahlarının zaman kullanımları üzerine etkilerinin de ölçülmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla derlenen verilerden, öğrencilerinin çoğunluğunun (%33.1) yurtda ikamet ettiği, daha sonra sırasıyla %29 unun ailesinin yanında, %24.3 ünün evde, %13.5 inin de akrabalarının yanında kaldığı görülmüştür.

**Tablo 5 Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Tatillerde Kitap, Müzik, Seyahat, Spor Rekreasyon Aktiviteleriyle İlgilenme ve Sosyal Medya Kullanım Süreleri Arasındaki İlişkiyi Gösteren Korolesyon Testi**

		Tatillerde kitap, müzik, seyahat, spor rekreasyon aktiviteleriyle ilgilenme süresi
Tatillerde sosyal medya kullanım süresi	PearsonCorrelation	-,110(*)
	Sig. (2-tailed)	,042
	N	341

$p < 0.05$  düzeyinde anlamlı

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin tatillerde rekreatif faaliyetlerle ilgilenme ve sosyal medya kullanım süreleri arasında ters korelasyon ilişkisi saptanmıştır. Bu bulguya göre üniversite öğrencileri tatillerde sosyal medya kullanım süreleri arttıkça rekreatif faaliyetlerle uğraşı süreleri de azalmaktadır. Diğer bir deyişle rekreatif faaliyetlerle uğraşı sürelerinin uzaması üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım sürelerinin kısılmasını sağlamaktadır.

**Tablo 6 Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyi İle Okul Dışında Sosyal Medya Kullanım Süresi**

		Sınıf ve Okul Dışında Sosyal Medya izleme süresi				Toplam
		0-90 dk	91-180 dk	181-270 dk	271 ve üstü dk	
Sınıf 1.	SAYI	33	36	7	11	87
sınıf	%	37,9%	41,4%	8,0%	12,6%	100,0%
2.	Sayı	57	37	9	23	126
sınıf	%	45,2%	29,4%	7,1%	18,3%	100,0%
3.	Sayı	15	22	4	24	65
sınıf	%	23,1%	33,8%	6,2%	36,9%	100,0%
4.	Sayı	8	12	2	20	42
sınıf	%	19,0%	28,6%	4,8%	47,6%	100,0%
Toplam	Sayı	114	108	22	79	323
	%	35,3%	33,4%	6,8%	24,5%	100,0%

$p < 0.05$  düzeyinde anlamlı

Araştırma bulgularına göre okul dışında boş zamanını 0-90 dk arasında sosyal medya kullanarak değerlendiren öğrencilerin %37,9'u birinci, %45,2'si ikinci, %23,1'i üçüncü, %19'u dördüncü sınıf öğrencisidir. Boş zamanını 91-180 dk arasında sosyal medya kullanarak değerlendiren öğrencilerin %41,4'ü birinci, %29,4'ü ikinci, %33,8'i üçüncü, %28,6'sı dördüncü sınıf öğrencisidir. Boş zamanını 181-270 dk arasında sosyal medya kullanarak değerlendiren öğrencilerin

%8'i birinci, %7,1'i ikinci,%6,2'si üçüncü, %4,8'dördüncü sınıf öğrencisidir. Boş zamanını 271 ve üstü dk arasında sosyal medya kullanarak değerlendiren öğrencilerin %12,6'sı birinci, %18,3'ü ikinci,%36,9'u üçüncü, %47,6'sı dördüncü sınıf öğrencisidir. Bu tabloya göre öğrenim yıllarının sonuna gelmiş yetişkin yaşamına adım atmaya hazırlanan öğrencilerin % 36,9'u okul dışı boş zamanlarının 3 saat ve üzeri zaman dilimini sosyal medyada kullanmaktadır.

**Tablo 7 Okul Dışında Yapılan Sosyal Aktiviteler ile Sınıf Düzeyi Arasındaki İlişki**

		Okul Dışında Yapılan Aktivite ile Sınıfın Arasındaki İlişki					
		TV izliyorum	İnternette vakit geçiriyorum	Sosyal Medyada Vakit Geçiriyorum	Arkadaşlarımla vakit geçiriyorum	Kitap, Müzik, Sporla ilgileniyorum	
Sınıfı	1.	Sayı	6	17	49	16	6
	Sınıf	%	6,4	18,1	52,1%	17,0%	6,4%
			%	%			
	2.	Sayı	16	21	40	42	13
	Sınıf	%	12,1	15,9	30,3%	31,8%	9,8%
			%	%			
	3.	Sayı	8	16	6	25	12
	Sınıf	%	11,9	23,9	9,0%	37,3%	17,9%
			%	%			
	4.	Sayı	3	19	0	12	7
	Sınıf	%	7,3	46,3	,0%	29,3%	17,1%
			%	%			
	Toplam	Sayı	33	74	96	96	38
		%	9,8	22,0	28,5%	28,5%	11,3%
			%	%			

*p<0.05 düzeyinde anlamlı*

Araştırma bulgularına göre okul dışında boş zamanını TV izleyerek değerlendiren öğrencilerin %6,4'ü birinci, %12,1'i ikinci, %11,9'u üçüncü, %7,3'ü dördüncü sınıf öğrencisidir. Boş zamanını internet kullanarak değerlendiren öğrencilerin %18,1'i birinci, %15,9'u ikinci, %23,9'u üçüncü, %46,3'ü dördüncü sınıf öğrencisidir. Boş zamanını sosyal medya kullanarak değerlendiren öğrencilerin %52,1'i birinci, %30,3'ü ikinci, %9'u üçüncü, %0'ı dördüncü sınıf öğrencisidir. Boş zamanını arkadaş ortamında değerlendiren öğrencilerin %17'si birinci, %31,8'i ikinci, %37,3'ü üçüncü, %29,3'ü dördüncü sınıf öğrencisidir. Boş zamanını kitap, müzik, spor faaliyetleriyle değerlendiren öğrencilerin %6,4'ü birinci, %9,8'i ikinci, %17,9'u üçüncü, %17,1'i dördüncü sınıf öğrencisidir.

Tablo 8 İkamet İle Okul İçerisindeki Boş Vakitlerde Yapılan Aktivite

		İkamet İle Okul İçerisindeki Boş Vakitlerde Yapılan Aktivite					
		TV izli- yorum	İnternette vakit geçiri- yorum	Sosyal Medyada Vakit Geçi- riyorum	Arkadaşlarımla vakit geçiriyo- rum	Kitap, Müzik, Sporla ilgile- niyorum	Total
İkamet	Alie Sayı	0	0	97	2	0	99
	%	,0%	,0%	98,0%	2,0%	,0%	100,0%
	Ev Sayı	0	27	0	56	0	83
	%	,0%	32,5%	,0%	67,5%	,0%	100,0%
	Akraba- Sayı	7	0	0	0	38	45
	%	15,6%	,0%	,0%	,0%	84,4%	100,0%
Yurt Sayı	27	47	0	39	0	113	
%	23,9%	41,6%	,0%	34,5%	,0%	100,0%	
Total Sayı	34	74	97	97	38	340	
%	10,0%	21,8%	28,5%	28,5%	11,2%	100,0%	

541

Tablo 8'e göre Aileleri ile kalanlar boş vakitlerinde %98 oranda sosyal medya kullanıyor. Evde kalanlar %67.5 arkadaşlarıyla vakit geçiriyor. Akrabasinda kalanlar %84.4 Kitap, Müzik, Sporla ilgileniyor. Yurttaki kalanların %41.6'ı internette vakit geçiriyor, %34.5'i arkadaşlarıyla vakit geçiriyor, %23.9 TV izliyor.

Tablo 9 Üniversite Öğrencilerinin Okul Dışındaki Boş Vakitlerinde Sosyal Medya Ve İnternet Kullanım Sürelerini Betimleyici İstatistikler

	□( ortalamadk)	Ss (standart sapma)	N( katılımcı)
Okul dışında boş vakitlerde internet kullanım süresi	156,00	77,115	341
Okul dışındaki boş vakitlerde sosyal medya kullanım süresi	153,40	85,455	341

**Tablo 10 Üniversite Öğrencilerinin Okul İçindeki Boş Vakitlerini Arkadaş Ortamında Geçirme Ve Sosyal Medya Kullanım Sürelerini Betimleyici İstatistikler**

	□( ortalamadk)	Ss (standart sapma)	N( katılımcı)
Okul içerisinde boş vakitlerde sosyal medya kullanım süresi	168,23	67,173	341
Okul içerisinde boş vakitlerin arkadaş ortamında değerlendirilme süresi	34,60	56,434	286

**Tablo 11 Üniversite Öğrencilerinin Tatillerde Bir İşte Çalışma Ve Sosyal Medya Kullanım Sürelerini Betimleyici İstatistikler**

	□(ortalama dk)	Ss (standart sapma)	N( katılımcı)
Tatillerde sosyal medya kullanım süresi	101,33	44,453	341
Tatillerde bir işte çalışma süresi	51,28	69,632	341

**Tablo 12 Üniversite Öğrencilerinin Tatillerde Kitap, Müzik, Seyahat, Spor Aktiviteleriyle İlgilenme Ve Sosyal Medya Kullanım Sürelerini Betimleyici İstatistikler**

	□( ortalamadk)	Ss (standart sapma)	N( katılımcı)
Tatillerde sosyal medya kullanım süresi	101,33	44,453	341
Tatillerde kitap, müzik, seyahat, spor rekreasyon aktiviteleriyle ilgilenme süresi	51,28	69,632	341

**Tablo 13 Üniversite Öğrencilerinin Günlük Yaşamda Sosyal Medya Kullanımı, Haftalık Ders Çalışma Ve Okuma Sürelerini, Not Ortalamalarını Betimleyici İstatistikler**

	Haftalık Okuma Süresi	Haftalık Ders Çalışma Süresi	Not Ortalaması	Günlük Yaşamda Sosyal Medya Kullanım Süresi
N	285	282	341	341
Değer Kayıp Veri	56	59	0	0
□(ortalamadkveagno)	70,6351	104,4681	2,81	422,9619
S.s( standart sapma)	115,11525	151,16518	,851	91,67331

**Tablo 14 Üniversite Öğrencilerine Göre Bilginin En Pratik ve Önemli Birinci Kaynağı**

	Frekans	Yüzde
Kitap	90	26,4
Öğretmen	77	22,6
İnternet	54	15,8
Kütüphane	15	4,4
TV	11	3,2
Sosyal Medya	9	2,6
Konferans	7	2,1
Gazete	3	,9
Arkadaş	33	9,7
Toplam	299	87,7
Kayıp Veri	42	12,3
Toplam	341	100,0

**Tablo 15 Üniversite Öğrencilerinin Hobilerine İlişkin Dağılım**

	Frekans	Yüzde
Spor (tenis, atletizm, badminton, basketbol, savunma sporları, bisiklet, fitness, futbol, yürüme, yüzme)	40	11,7
Dans	2	,6
Sinema ve Tiyatro	15	4,4
Ebru, Hat, Tezhip	3	,9
Hobim yok	218	63,9
Fotoğrafçılık	2	,6
Yazılım Kodlama	1	,3
Şiir Yazma	1	,3
Toplam	282	82,7
Kayıp Veri	59	17,3
Toplam	341	100,0

## 6. Bulgular

Bu araştırmanın temel amacı gençlerin serbest zamanlarını nasıl değerlendirdiklerini ortaya koyan bulgular çerçevesinde konuya ilişkin literatür taraması bilgilerini de dikkate alarak ilgililere yönelik rehber niteliğinde öz birtakım çıkarımlarla katkıda bulunmaktır. Araştırma bulgularından elde edilen ilgili birçok betimleyici tablolarda görüldüğü gibi, dezavantajlı grup statüsünde kabul edilen toplumun geleceği olan üniversite öğrencilerince, gerek okul içinde gerekse okul dışındaki serbest zamanlarda internet ve sosyal medya vb. iletişim biçimleri günlük yaşamlarının merkezinde ağırlıkla yer almaktadır. Çünkü çok işlevli çağdaş iletişim araçları insanların günlük birçok ihtiyaçlarının karşılanmasında yoğun olarak kullanılmaktadır. (Tablo :2,3,5) Bulgulara göre: Üniversite öğrencisi gençler gerek okulda gerekse okul saatleri dışında serbest zamanlarda resmi tatillerde dahi, çoğunlukla internette vakit geçirmektedirler. Gerçekten elde edilen bulgulara göre gençlerde, resmi tatillerde amaçlı, pozitif sosyal aktivitelerden

çok, söz konusu internet ağırlıklı zaman tüketim anlayışı hakim durumdadır (Tablo:13).Bu sağlıksız olguya rağmen bulgulara göre, örneklemedeki öğrencilerin okul başarı ortalaması 4 üzerinde 2.87 olduğu ortaya çıkmakta ise de mevcut zaman yönetim anlayışlarına göre bu sonuç bizce çok iyi derece değilse de çok kötü derece de olmadığını da kabul etmek gerekir.(Ancak böyle bir sonucun çıkmasında öğrencilerin konuya ilişkin anket sorusunu doğru cevaplandırmamalarının da rolü olabilir).

Diğer yandan üniversite öğrencilerinin günümüzde söz konusu günlük yaşamlarında tespit ve gözlemlenen internet merkezli eğilimler tutum ve alışkanlıklarına paralel olarak, akıllı telefonlar da üniversite öğrencileri tarafından çok amaçla başvurulan yaşamın ayrılmaz bir parçası konumuna dönüşmüştür. Bu bulgulardan hareket ederek demektediriz ki üniversitelerinin sosyalleşmesinde çağımızın bilgi ve iletişim teknolojilerinin çok büyük rolü bulunmaktadır (Tablo: 3-5-8-9). Bu sonuç bulguları ile araştırma konusuna ilişkin başta hipotez olarak belirlediğimiz, Amaç: 1,2,3'teki soruların cevabını büyük oranda almış olmaktadır. Ancak bulgulara göre; "Öğrencilerin itibar edip en çok güvendikleri bilgi kaynağı sizce nedir?" sorusuna verilen cevaplar sırasıyla: Arkadaş, kitap, öğretmen, internet ve kütüphane şeklindedir(Tablo:14). Ayrıca bu bulgulara göre ortaya çıkan vurgulanması gereken bir başka husus: Gençlerin sosyalleşmesinde arkadaşlığın sarsılmaz etki gücünün kazandığı önemdir. Diğer bir altı çizilecek husus ise icra edilen söz konusu araştırma bulgularına göre: Üniversite öğrencilerinin%63,9 gibi ekser bir çoğunluk hiçbir hobim yok derken, %11,7 çeşitli spor aktivitelerinden bahsetmekte, %4.4 ise TV ve sinema ile ilgilendiklerini beyan etmeleridir. Bu bulgu gibi, araştırma sonucu elde edilen diğer tüm bulgular bize: Üniversite öğrencilerinin serbest zaman kullanma noktasında bilinç düzeylerinin hayli düşük durumda olduğunu göstermektedir. Özellikle Tablo:15 gibi bulgular bize gençlerin serbest zaman değerlendirmeye ilişkin pozitif sosyal aktivitelerinin kısıtlı olması nedeniyle beden ve ruh sağlığı koruma ve geliştirme noktasında yetersiz durumda olduklarını ortaya koymaktadır. Bu negatif durum ise gençleri hem akademik hem iş ve sosyal hayatlarında onları başarısızlığa götürmektedir (Amaç :5-6). Mevcut analizlerden öne çıkan diğer bir anlamlı bulgu ise, okul dışındaki serbest zamanların kullanımında, sınıf düzeyi ile aktif sosyal aktivitelere katılım arasında doğrudan olumlu bir ilişkinin bulunmasıdır. Yani üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyi arttıkça amaçlı sosyal aktivitelere katılım oranları artmaktadır (Tablo:7). Bu bulgu ile Amaç: 4' teki sorunun cevabın kısmen almış olmaktadır. Ancak ankette planlanan katılımcıların ekonomik durumun tespitine ilişkin sorulara verilen cevaplar hep tek seçenekte (orta gelir düzeyi) toplandığı için değişkenlerde tek tipiklik nedeniyle konuya ilişkin çapraz tablolarda ayrıntılı sonuç elde edilememiştir. Tablo:7deki sonuç ile ilgili açıklanması gereken diğer bir husus ise bizce en önemli neden: Tablo:8' de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin aile bağlarından uzaklaştıkça (kuşak çatışması, ergen psikolojisi, kişilik arayışı, medyanın empoze ettiği, moda fikir cereyanları, arkadaş grubu, sosyal ve sportif alt yapı, bilinçlenme vb. rol model farklılaşması gibi etkenler ile gençlerin serbest zamanlarında nispeten biraz daha amaçlı , sağlıklı sosyal aktivitelere zaman ayırmak durumuna gelmeleridir. Ancak yine de bu sonuç üniversite öğrencileri eğitim düzeyleri yükseldikçe tamamen sosyal medyadan, iletişim teknolojilerinden uzaklaşıyorlar anlamına da gelmemektedir. Benzer sonuca dair literatür bulguları ile tarafımızca yürütülen araştırma sonuçları genelde bu bağlamda örtüşmekle beraber tarafımızca gerçekleştirilen araştırmanın en önemli sonucu üniversite öğrencisi katılımcıların ikamet durumuna göre, serbest zaman kullanmadaki farklı tercih yaklaşımlarının öne çıkması hususudur ki, bu husus araştırmanın sonucu bakımından en dikkat çekici ve düşündürücü bulgu-

dur(Tablo:8). Nitekim bu bağlamda bahsi geçen bulgulara göre yurttan kalan öğrencileri ile ailesi yanında kalanlar arasındaki farkı özetlemek gerekirse: Yurttan kalanlar öğrenciler daha pozitif ve aktif biçimde sosyal aktiviteler ile serbest zamanlarını değerlendirilmeleri ile öne çıkarken. Tam tersi olarak ailesi yanında ikamet eden üniversite öğrencilerin ise pasif biçimde sosyal medya meşguliyeti ile daha çok serbest zamanlarını tüketmeleri (israf etmeleri) ile dikkat çekmektedir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre diyebilmekteyiz ki: Yetişme çağındaki üniversite öğrencilerinin beden ve ruh sağlığı yönünden iyi yetişmeleri bakımından serbest zaman kullanma noktasında bilinç düzeyleri yetersiz olup geliştirilmeleri gerekmektedir. Bu araştırma sınırlı imkanlarla sınırlı düzeyde gerçekleştirilmiş olup hızla değişen bilgi ve iletişim teknolojilerinin ışığında, üniversite öğrencisi gençliğinin gerek Konya gerekse ülke çapında olsun serbest zaman yönetim tutumlarını öğrenmek amaçlı daha büyük ve uygun ölçekte ve detaylı profesyonel çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır.

## 7. SONUÇ ve ÖNERİLER

İnsan yaşamında psikolojik sıkıntıların en büyük nedeni Shelley 'in "Ruh zevkini çalışmada bulur" atasözü gereği olsa gerek işsizlikten ve boşluktan meydana gelmektedir. Diğer yandan devamlı aynı işi yapmak da insan verimini düşüreceğinden insanın hür iradesiyle seçeceği farklı meşguliyetler ile kendisini dinlendirmesinin insan yaşam kalitesi için temel bir ihtiyaç olduğu bilimsel bir gerçek olarak günümüzde kabul görmektedir. Bu yüzden araştırma konusu olarak seçilen serbest zamanın burada bir tanımını hatırlatmak gerekirse: Serbest zaman, iş yaşam dengesi için bir dayanak noktası özelliği taşıyan sosyal bir kurumdur. Bu bağlamda serbest zaman: Kişinin rutin çalışma hayatından kaynaklanan stres, psikolojik ve fiziksel yıpranma vb. olumsuzlukları iyileştirmeye, kendini yenilemesine yönelik olmak üzere, bizzat kendi özgür iradesi ile seçerek boş zamanda gerçekleştirdiği, dinlendirici faaliyetlerdir. Burada vurgulanması gereken diğer bir husus ise "Zamanın paradan kıymetli olduğudur." Serbest zaman da aynı ehemmiyeti taşıdığı için, değerlendirilmesinde de aynı mantıkla aynı özeni göstermek gerekmektedir. Serbest zamanın planlı ve amaçlı kullanılması gerekir. Bu konuda yapılan birçok araştırmalar göstermektedir ki serbest zamanı yönetemeyen bireylerin hayatta başarı ve mutluluk olma şansı da bulunmamaktadır. O yüzden önemi gereği gerçekleştirilen serbest zaman değerlendirme konusuna dair bu araştırmamızdan elde edilen mevcut bulgulara paralel olarak, bugüne kadar bir çok araştırma sonuçları da göstermektedir ki: Serbest zamanlarını alışı gelmiş iletişim teknolojilerine (ekranlara) fazla bağımlı olmadan sosyal, kültürel vb. alanlarda planlı amaçlı insan yaratılış özelliklerine ve anatomisine uygun sosyal rekreasyon(yenileyici), rekreatif(eğlendirici) aktiviteler ile değerlendiren gençlerin yaşamlarının diğer eğitim, iş vb. rutin yaşam alanlarında da yüksek performans, kendini gerçekleştirme, kendisi ile ve çevresi ile barışık pozitif kişilik kazanma vb. kriterler bakımından başarıyı yakalama şanslarının daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Bu bağlamda özetle serbest zamanlarını spor, hobi, sanat, kültür, müzik, din, doğa, bilim, okuma, düşünmek, seyahat, örnek rol model ve iyi arkadaş edinme gibi pozitif aktiviteler ile değerlendiremeyen bireylerin ise tam aksi atipik bir yaşam tarzı yüzünden sigara, alkol, madde ve internet bağımlılığı, hedonizm, kötü arkadaş, şiddet, terör, fanatizm, yasa dışı faaliyetler, obezite, zararlı alışkanlık vb.psiko-sosyal sorunlara yakalanma riskleri yüksek olduğundan yaşam kaliteleri düşmektedir. Sonuç olarak, toplumlar için stratejik güç konumundaki üniversite öğrencisi gençlerin serbest zamanlarını bilinçli değerlendirmeleri yaşamsal önem arz eden bir konudur. Belirtilen çerçevede "Gençlik tutulmaz elle, geçirme boş



emelle!” atasözü gereği altın çağda denen gençlik için hayati önem arz eden dönemde gençleri geleceğe hazırlamada verilecek bilinçlendirme eğitimlerinde üç temel amacın göz ardı edilmemesi gerekir. Bunlar:

a) Üniversite öğrencilerinin serbest zaman yönetim bilincini verebilmek için öncelikle onlara kendini yönetme bilgi ve becerisinden geçtiğinin göz ardı edilmemesi gerekir. Bu bakımdan serbest zaman yönetim sorunun çözümü bakımından gençleri hayata hazırlamadaki temel prensiplerimiz: Kendisini, milli kültürünü bilen, çalışma, azim, öz denetim, iletişim, okuma alışkanlığı olan, öğrenme ve yeniliğe açık vb. başarının olmazsa olmaz temel bilgi ve becerilerinin kazandırılmasını gerektirmektedir.

b) Üniversite öğrencisi gençlere, empati, hür ve analitik düşünme, sevgi, sabır, duyguları gelişmiş, kendisi ve çevresiyle barışık pozitif, sosyal bir kişilik kazandırmayı gerektirmektedir. Bu konuda gençlere en çok yardımcı ve etkili olan unsurlar olarak ise: Pozitif bir örnek rol modelin (kılavuz, Yaşam koçu) varlığı, iyi arkadaş çevresi, aile büyükleri ve öğretmenler vb. farklı aktörlerin çokluğu ve kalitesi yaşamsal anlamda önem kazanmaktadır.

c) Bunların yanında üniversite öğrencisi gençlerin kendisiyle ve çevresiyle barışık olması (Well-being) bakımından; gençlere kendi yeteneklerini gerçekleştirme fırsatları vererek, onları üretici ve sorun çözebilen, özgüven sahibi yapmak esas prensibimiz olmalıdır. Bu bakımdan etkin eğitim için izlenecek strateji: Mümkün olduğu kadar ezberci eğitimden kaçınmak, günümüzde çoklu zeka gerçeğini dikkate alarak eğitim programlarının ihtiyaca göre revize edilip mümkünse derslerin uygun farklı oyun programıyla, uygun ortamlarda sevdirek, uygulamayla, eğlendirerek vermek başarıyı artıran genel prensiplerden olmaktadır.

Bu konuların önemi, gençlerin beden ve ruh sağlığı yönünden sağlıklı mutlu ve başarılı bireyler olarak yetişmeleri bakımından evrensel ilke olarak birçok gelişmiş ülkelerce halen kabul görmektedir. Belirtilen nedenlerle aynı zamanda bir insan hakkı niteliğinde kabul edilen dinlenme hakkı ile ilgili hem İnsan Hakları Evrensel Beyanname’sinde (md.24) hem de bizde olduğu gibi (AY md.18 -50/3) birçok gelişmiş ülke anayasalarında dinlenme hakkının kaliteli bir şekilde yaşama geçirme adına emredici düzenlemeler bulunmaktadır. Bu çerçevede konuya ilişkin halkı bilinçlendirmek amaçlı başta aile ve eğitim kurumları olmak üzere hem kamu hem gönüllü kuruluşlar düzeyinde gençliğe yönelik sağlık, sosyal ve kültürel eğitim ve destek hizmetlerin verilmesi önem arz etmektedir. O nedenle gelişmiş ülkelerce bu konuda üretici ve sağlıklı gençlik yetiştirmek adına Üniversitelerde serbest zaman yönetimi ile alakalı lisans ve yüksek lisans düzeyinde bölümler açılıp eğitim ve bilimsel çalışmalar icra etmenin yanında, kamu tarafından da etkin sosyal politikalar üretme arayış ve çabaları yoğun bir şekilde sürdürülmektedir. Aynı şekilde konu ile alakalı AB projelerinde Sosyal Sorumluluk, yaşam boyu eğitim (Life Long Learning), öğrenci değişimi (Erasmus vb.) projeleri ilgili ülke gençlerini psiko-sosyal yönden geliştirmek adına artan oranda farklı programlar uygulanıp yaygınlaştırılmaktadır (EC, 2018). Bu projelerin sonuç ve tecrübeleri ilgili ülkelerce paylaşılmaktadır. Ayrıca belirtilen amaçla ilgili ülke resmi ve gönüllü kuruluşlarınca da gençlere kaliteli sosyal aktivite alışkanlıkları kazandırmak için önem arz eden, spor, müzik, çevre, sanat, seyahat, dini, sosyal dayanışma ve bilimsel aktiviteleri teşvik amaçlı her türlü sosyal destek, kültürel alt yapı vb. bir dizi ek sosyal, kültürel, sportif gençlik politikaların geliştirilmesine ihtiyaç bulunmaktadır. Diğer yandan belirtilen gençlerin eğitiminde, ailelere de önemli görevler düşmektedir. Gençlerin

eğitimine ilişkin öncelikle ailelerin yaşadığımız internet çağı koşullarındaki gençlere yönelik bilinçlendirme amaçlı rehberlik görevini bilim ve geleneksel değerleri göz ardı etmeden hakkıyla ifa ederek onlar ile empatiyle her koşullarda diyalog ya da kaliteli birliktelik halinde olmaları önem arz etmektedir(Erdağ,2015:25-30). Ayrıca ailelerin küresel güçlerin ticari amaçları için birçok şekilde istismar etmeye çalıştığı gençlere şartsız sevgi göstererek onların sorunlarını paylaşmaları maruz kalınan ergenlik sorunlarının sağlıklı çözümü bakımından yaşamsal önem teşkil etmektedir. Aksi takdirde küresel güçler kazançlarını artırmak için masum ve tüketime açık gençlerin her türlü iyi niyetlerini istismar ettiği gibi, tatil ihtiyaçlarını da istismar edebilmektedir. Gerçekten geline süreçte sermaye, tatil adı altına insanlara birçok seçeneikli amaç dışı atipik, fantazi ve renkli ama pahalı ve sağlıksız çözümler (popüler kültür, cinsellik, moda, lüks tüketim vb) her türlü zihin kontrol yöntemleri kullanarak cezbedici şekilde empoze edilebilmektedir. Bu anlamda tatil sektörünün kumpasında hedef olarak çoğunlukla gençlerin seçilmesi de tesadüfi olmayıp onların iyi niyetli ve bu alanda bilinçsiz, maddi ve manevi olarak manipülasyon ve sömürüye açık durumda olabilmelerinden kaynaklanmaktadır. Halbuki serbest zaman süreleri ve kullanım şekilleri bireylerin yaşam kaliteleri, kişisel zevk,hedef ve yetenekleri ile doğrudan ilintilidir. Ancak doğru şekilde değerlendirilen serbest zaman kişilerde fiziksel ve mental fayda sağlar. Yoğun ve rutin iş yaşamında kaybedilen enerjinin geri kazanılması, artan stresin azaltılması serbest zamanın moda sapkınlığına düşmeden doğru bir şekilde değerlendirilmesi sonucu ortaya çıkan rekreasyon ile ancak mümkün olabileceğini hiçbir zaman göz ardı etmemek gerekir.

#### KAYNAKLAR

- Abay, M. (2000). *Zamanı Değerlendirmek*, İstanbul: B.K.Y.
- Akkor, H. Ö., & Çağlar, E. (2016). "Müzik Anabilimdalı Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Örneği". *The Journal of Academic Social Science Studies*, 1(3), 475-492.
- Akyüz, H., & Türkmen, M. (2016). "Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi: Bartın Üniversitesi Örneği". *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(Özel sayı 1), 340-357. doi:10.14486/IntJSCS562
- Arat, T., & Çalılımlı, Y. (2017). "Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Tercihleri: Selçuk Üniversitesi Turizm Fakültesi Örneği". *Çatalhöyük Uluslararası Turizm ve Sosyal Araştırmalar Dergisi* (2), 77-98.
- Argın, Ş. (2003). *Nostalji ile Ütopya Arasında*. İstanbul: Birikim Yayınları.
- ASICI, E. (2017). *Üniversite Dönemi Gençliği ve Uyum Problemleri, Yaşam Dönemleri ve Uyum Sorunları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Asma, M., Çoşkun, F., Gencer, Y., & Eriş, F. (2017). "Yüzüncü Yıl Üniversitesi Kredi ve Yurtlar Kurumunda Kalan Öğrencilerin Regreasyon Etkinliklerinin Düzenlenmesi". *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(Özel Sayı 3), 10-17.

- Ateş, V., & Sami Şahin. (2015). "Yüksek Lisans Öğrencilerinin Okuma Alışkanlıklarına Bilgisayar ve İnternet Teknolojilerinin Etkileri". *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 15(2), 1-16.
- Aydın, E., Baş, M., & Çelik, A. (2017). "Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanım Tutumları İle Sosyal Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi". *Uluslararası Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 35-46.
- Aydoğan, F. (2017). *Yeni Medya Kuramları*. İstanbul: DR Yayınları.
- Aytaç, Ö. (2005). "Kapitalizm ve Boş Zaman". *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 1-22.
- Aytaç, Ö. (2006). "Tüketimcilik ve Metalaşma Kısacasında Boş Zaman". *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(1), 27-53.
- Baig, K. (2016). *Message of Ramadan*. <http://www.iccambridge.com/wp-content/uploads/2016/06/The-Meaning-of-Ramadan-Ramadan-2016-Article-1.pdf> adresinden alındı Erişim Tarihi: 15.06.2018
- Başaran, F. (2005). "İnternetin Ekonomi Politikası". M. Binark, & B. Kılıçbay içinde, *İnternet, Toplum, Kültür* (s. 32-53). Ankara: Epos Yayınları.
- Bauman, Z. (1999). *Küreselleşme Toplumsal Sonuçları*. (A. Yılmaz, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Bayram, Y. (2013). "Küreselleşme Sürecinde Medya Sektörünün Değişen Doğası ve Türk Medya Sektörüne Yansımaları". *Halk İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 2(3), 234-261.
- Bilgili, C. (2014). "Medya(nın) Ekonomisi ve Medya Ürününe Etki Biçimleri". *Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi*, 3(3), 95-112.
- Can, N. (2008). "Gençlik Sorunlarında Medyanın Etkisi". *Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 62-76.
- Çapçioğlu, İ. (2008). "Cultural Globalization and Global Flow of Popular Culture", *World Applied Sciences Journal*, Vol:4, 10-15.
- Çakır, V. O. (2017). "Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Doyum Düzeyleri İle Serbest Zaman Yönetimleri Arasındaki İlişki". *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3).
- Dalkılıç, O.S. (2014). *Tükenmişlik Sendromu ve Mücadele Teknikleri*, Ankara: Nobel
- Demir, T. (2011). "Medya ve Ergen", *Türk Pediatri Arşivi*, 46(11), 22-24.
- Dijital Türkiye Raporu. (2018). Dijital Türkiye 2018 Raporu- Türkiye Dijital Pazar İstatistikleri. <https://dijilopedi.com/2018-turkiye-internet-kullanim-ve-sosyal-medya-istatistikleri/> adresinden alındı
- Duralı, Ş. T. (2016). *Çağdaş Küresel Medeniyet*, İstanbul: Dergah

- Durhan, T. A., Akgül, B., & Karaküçük, S. (2017). "Regreatif Amaçlı Yüzme Sporuyla Uğraşan Bireylerin Boş Zaman Yönetimleri Üzerine Bir Değerlendirme". *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* , 19(4), 8-16.
- Ebu Gudde, A. (2000). *Zamanın Kıymeti*. Ankara: Otto Yayıncılık.
- EC, (2018). Key Competences, <https://ec.europa.eu/education/sites/education/files/swd-recommendation-key-competences-lifelong-learning.pdf>. Erişim : 15.06.2018
- Economist, (2014). why-is-everyone-so-busy, <https://www.economist.com/2014/12/20/why-is-everyone-so-busy> Erişim tarihi: 13.6.2018
- Erdağ, F. (2015). *İnternet Çağında Pozitif Ebeveynlik*. İstanbul: TİMAŞ
- Erdoğan, E. (2017). "İnternet ve Siyasal Katılım: Türkiye Gençliği Üzerinden Bir Değerlendirme". *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 5(3), 5-31.
- Erdoğan İ.&Alemdar. K. (1994). *Popüler Kültür ve İletişim*, Ankara: Ümit Yayıncılık
- Fidan, F., & Yeşil, Y. (2017). "Türkiye’de Y Kuşağının E-İletişim Kullanımı: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma". *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, 3 (01), 100-109.
- Foucault & Gutman & Hutton,(2001). Kendini Bilmek, [https://kupdf.net/download/foucault-amp-gutman-amp-hutton-kendini-bilmek-pdf\\_58f3d1bedc0d60a54eda9823\\_pdf](https://kupdf.net/download/foucault-amp-gutman-amp-hutton-kendini-bilmek-pdf_58f3d1bedc0d60a54eda9823_pdf)
- Göksel, A., Togo, O., Zorba, E., & İkizler, H. (2017). "Deniz Harp Okulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri". *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(52), 1425-1429. doi:<http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2017.1992>
- GSB. (2013). *Gençlik ve Sosyal Medya Araştırma Raporu*. Gençlik ve Spor Bakanlığı.
- Güçlü, N. (2001). Zaman Yönetimi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*(25), 87-107.
- Güven, S. (2015). *Medyada Çocuk ve Toplumsal Dönüşüm*, Ankara : Orient Yayıncılık
- Hajibalayeva, A. (2017). "Lisansüstü öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin incelenmesi: Ondokuz Mayıs Üniversitesi ve Azerbaycan Devlet İktisat Üniversitesi Karşılaştırması". Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü / İşletme Anabilim Dalı, Samsun.
- Hamid, N., Ahmad, A., & Awang, M. (2016). The Effect of Leisure Time Activities on Life Quality of Youth in Malaysia. *International Conference on Education and Regional Development 2016 (ICERD 2016) "Cross-Cultural Education for Sustainable Regional Development"* , (s. 728-731). Bandung, Indonesia.
- İlimcephesi. (2017). *Abdulfettah Ebu Gudde – İslam Alimlerine Göre Zamanın Kıymeti Adlı Eserinden ‘Alıntılar’*. <http://ilimcephesi.com/abdulfettah-ebu-gudde-islam-alimlerine-gore-zamanin-kiymeti-adli-eserinden-alintilar/> adresinden alındı
- İmamoğlu, O , Dilek, A.N. (2016)."Common Benefits of Prayer and Yoga on Human Organism", <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/225986>

- İslam Ansiklopedisi: İtikaf Nedir? <http://www.islamansiklopedisi.info/dia/maddesnc2.php?MetinTmz=itikaf> adresinden alındı.
- İncaz, S., Tektaş, N., & Tektaş, M. (2017). "Yükseköğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinliğinin Gelirle İlişkisi Vakıf ve Devlet Üniversitesi Örneği". *International Congress on Economic Researches and Financial Markets. 1*, s. 485-499. Edirne: Detay Yayıncılık.
- Joinfantastic.com.au. (2018). *Vital Time Management Principles and Strategies in 2018*. Joinfantastic.com.au: <https://joinfantastic.com.au/blog/principles-strategies-time-management/> adresinden alındı
- Karaçor, M., Çakır, O., & Sakallı, K. (2017). "Kişilik Özelliklerinin Zaman Yönetimi Becerilerine Etkisi: Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma". *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(21), 118-130.
- Karakoç, E., & Taydaş, O. (2013). "Toplumsal Dönüşüm Bağlamında Sosyal Medya ve Değişen Aile Kavramı". A. Büyükaslan, & A. Kırık içinde, *Sosyal Medya Araştırmaları 1 "Sosyalleşen Birey"* (s. 207-224). Çizgi Kitabevi.
- Karaküçük, S. ve Akgül, M. (2016). *Rekreasyon ve Çevre*, Ankara: Gazi Kitabevi
- Kayhan, N. (2010). *Küreselleşme, Sosyal Devlet ve Haklardaki Geri Çekilme Bağlamında Türkiye'de Yıllık İzin Hakkı ve Bazı Uygulama Sorunları*. Ankara: TES-İŞ Eğitim Yayınları.
- Kayhan, N. (2015) "Medyadaki Şiddet Kültürünün Çocuklara Etkisi ve Mağduriyetler" *Toplum Bilimleri Dergisi* 9(18). Ankara.
- Kılıç, M. (2017). *Gençlik Şiddet ve Serbest Zaman*, Ankara : Düzce Üniversitesi Yayınları
- Kurtoğlu, Ramazan (2013). *Küresel Para Savaşları ve Davranış Ekonomisi Nörofinans*, Ankara: Orion Kitabevi
- Lupu, E., Cecilia, G., Elena, S., & Georgeta, N. (2014). "Education Regarding Addictions and the Impact of Leisure Time Physical Activities Upon the Control of the Addictive Behaviour". *Procedia - Social and Behavioral Sciences Vol.159*, s. 283-287.
- Nyambuga, C., & Ogwen, J. (2014). "The Influence of Social Media on Youth Leisure in Rongo University". *Journal of Mass Communication & Journalism* 4:223.
- Odabaş, H., Odabaş, Z., & Polat, Ç. (2008). "Üniversite Öğrencilerinin Okuma Alışkanlığı: Ankara Üniversitesi Örneği". *Bilgi Dünyası*, 9(2), 431-465.
- Özdemir, S., Utkun, E., & Yeşil, E. (2015). "Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri: Pamukkale Üniversitesi Örneği". *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 5(1), 82-88.
- Okumuş, E. (2012). *Din ve Boş Zaman Din Sosyolojisi El Kitabı*, Editör: N.Akyüz, İ.Çapçioğlu Ankara: Grafiker
- Sağlam, Ö. (2016). "Küreselleşen Dünyada Tüketimin Anlamsal Çözülüşü". *21. Yüzyılda Eğitim Ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi* , 5(13), 187-223.

- Samsudin , A., Nor Ba'yah , A., Wan Amizah, W., Rusyda , H., & Chang , P. (2011). "Media Time vs Active Time: Leisure Time amon the Youth in Disadvantaged Community". *International Journal of Human and Social Sciences* 6:3, 153-158.
- Sarı, İ., & Kaya, E. (2016). "Serbest Zaman Tatmini Okul Başarısını Artırır Mı? Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Tatmini ile Genel Not Ortalaması Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 11-17.
- Sayar, K.,& Yalaz, B. (2016). *Sanal Aşk*, İstanbul : Kapı Yayınları
- Sayar, K. (2013). *Özgürlüğün Baş Dönmesi*, İstanbul: Timaş Yayınları
- Sayar,K. (2017),kendini+bilen+rabbini+bilir, <http://www.gercek hayat.com.tr/yazarlar/kendini-bil/> adresinden alındı.
- SEKAM. (2013). *Türkiye'de Gençlik Gençliğin Özellikleri, Sorunları, Kimlikleri ve Beklentileri*. İstanbul: SEKAM.
- Shannon-McCallum, C. (2014). "Educating for Leisure: Expanding Understanding of Leisure as an Avenue to Health and Wellness", *Antistasis*, 3 (2) [https://www.researchgate.net/publication/\\_Educating\\_for\\_Leisure\\_Expanding\\_Understanding\\_of\\_Leisure\\_as\\_an\\_Avenue\\_to\\_Health\\_and\\_Wellness](https://www.researchgate.net/publication/_Educating_for_Leisure_Expanding_Understanding_of_Leisure_as_an_Avenue_to_Health_and_Wellness) adresinden alındı
- Sevinç, Ö. S., & Osman Aktan. (2017). "Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinliklerinin Belirlenmesi (Manisa Celal Bayar Üniversitesi Örneği)". *Asya Öğretim Dergisi*, 5(1), 28-43.
- talenttouch.com. (2018, 05 18). *Önce Kendini Yönet*. <http://www.talenttouch.com.tr/profesyonel-is-yasami/once-kendini-yonet/> adresinden alındı
- Tarhan, N.(2017) *Bilinçli Genç Olmak*,İstanbul: Timaş
- Tarhan, N. (2006) *Psikolojik Savaş Gri Propaganda*, İstanbul: Timaş Yayınları
- Tayanç N. K. & Varol S. (2017). "Popüler Aramalar, Popüler Kültür ve Kültürel Küreselleşme", *Erciyes İletişim Dergisi "akademia" 2017*,Cilt 5, Sayı 1, 132-146.
- Tektaş, N., Tektaş, M., & İncaz, S. (2017). " Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi: Bandırma Onyediy Eylül Üniversitesi Örneği". *Journal of Current Researches on Social Sciences*, 7(4), 323-336. doi:10.26579/jocress-7.4.23
- Timisi, N. (2003). *Yeni İletişim Teknolojileri ve Demokrasi*. Ankara: Dost Yayınevi.
- Topçuoğlu, N. (1996). *Basında Reklam ve Tüketim Olgusu: Türkiye'de Yeni Gazetecilik Yönelimleri*. Ankara: Vadi Yayınları.
- TÜİK. (2018, 01 15). *Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması*. 01 25, 2018 tarihinde TÜİK: [http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt\\_id=1028](http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028) adresinden alındı

- Yağmur, Y., & Tarcan İçigen, E. (2016). "Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Süreci ve Rekreasyon Faaliyetlerinin İncelenmesi Üzerine Bir Çalışma". *Turizm Araştırmaları Dergisi*, 27(2), 222-242.
- Yılmaz, B., Köse, E., & Korkut, Ş. (2009). "Hacettepe Üniversitesi ve Bilkent Üniversitesi Öğrencilerinin Okuma Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma". *Türk Kütüphaneciliği*, 23(1), 29-51.
- Yusufoğlu, Ö. Ş. (2017). "Boş Zaman Faaliyeti Olarak Akıllı Telefonlar ve Sosyal Yaşam Üzerine Etkileri: Üniversite Öğrencileri" *İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6 (5), 2414-2434.
- zamanindegeri.com. (2018, 05 15). *Boş Vakit Nedir? / Boş zaman Kavramı*. <http://www.zamanindegeri.com/node/506> adresinden alındı