

# Prevalencija aktivnosti slobodnog vremena – ima li veze spol i fakultet?



**Odgoj danas za sutra:**

**Premošćivanje jaza između učionice i realnosti**

3. međunarodna znanstvena i umjetnička konferencija  
Učiteljskoga fakulteta Sveučilišta u Zagrebu Suvremene  
teme u odgoju i obrazovanju – STOO4 u suradnji s  
Hrvatskom akademijom znanosti i umjetnosti

**Irena Klasnić, Marina Đuranović, Siniša Opić**

*Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Hrvatska*

*irena.klasnic@ufzg.hr*

**Sekcija - Odgoj i obrazovanje za  
osobni i profesionalni razvoj**

**Broj rada: 7**

**Kategorija članka: Izvorni  
znanstveni rad**

## Sažetak

Cilj istraživanja bio je ispitati prevalenciju aktivnosti slobodnog vremena i načine provođenja slobodnog vremena studenata ovisno o spolu i fakultetu. U istraživanju je sudjelovalo 670 studenata (461 studentica), od prve do pete godine studija. Uzorkom su bili obuhvaćeni studenti sa šest sastavnica Sveučilišta u Zagrebu: Muzička akademija (16,4%), Kineziološki fakultet (17,3%), Prirodoslovno-matematički fakultet (17,0%), Filozofski fakultet (16,3%), Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet (16,1%) i Učiteljski fakultet (16,9%).

Dobiveni rezultati pokazali su da se studenti u slobodno vrijeme najčešće druže s prijateljima, opuštaju uz glazbu i surfaju internetom, a najrjeđe rade u udruzi studenata, bave se jogom te idu na ples. Od 42 varijable provođenja slobodnog vremena kreirano je šest kompozitnih varijabli: Kulturne aktivnosti, Opuštajuće aktivnosti, Elektronski medij i internet, Korisne aktivnosti, Sport te Druženje i izlasci. Utvrđena je statistički značajna razlika u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena na većini aktivnosti i po spolu i po fakultetu na kojem studenti studiraju. Tako studentice slobodno vrijeme više provode od svojih kolega studenata u Kulturnim aktivnostima ( $M_z = 1,96$ ;  $M_m = 1,79$ ), Opuštajućim aktivnostima ( $M_z = 3,26$ ;  $M_m = 2,90$ ), Korisnim aktivnostima ( $M_z = 2,24$ ;  $M_m = 2,12$ ) te u Druženju i izlascima ( $M_z = 3,05$ ;  $M_m = 2,78$ ), dok studenti više slobodnog vremena koriste za Sport ( $M_z = 1,98$ ;  $M_m = 2,13$ ). Rezultati pokazuju značajne razlike u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena s obzirom na fakultet na svim kompozitnim varijablama osim na varijabli Elektronski medij i internet. Nalazi istraživanja doprinose boljem razumijevanju provođenja slobodnog vremena studenata.

## Ključne riječi

fakultet; slobodno vrijeme; spolne razlike; studenti

## Uvod

Slobodno vrijeme je fenomen koji je star koliko i samo društvo. Tijekom povijesti javljao se u različitim oblicima i funkcijama. Već dugi niz godina predmet je rasprava i znanstvenih

promišljanja. Livazović (2018) ističe da je moguće razlikovati četiri vrste vremena u životu pojedinca: vrijeme određeno i ovisno o drugima, obvezujuće razdoblje usmjereno na posebne namjene, odmor i vrijeme za spavanje te slobodno vrijeme koje stoji na raspolaganju. Slobodno vrijeme mnogima je važno zato jer pruža užitak i ugodu, a s druge strane predstavlja sredstvo za bijeg od vanjskih izvora pritiska (Van Langenhove, 1992). Zadovoljstvo provedenim slobodnim vremenom povezuje se sa zadovoljstvom životom, kvalitetom života, zadovoljstvom zajednice, upravljanjem stresom, samoprocjenom zdravlja i kulturološkim skladom (Chick i sur., 2021).

Brojne su definicije slobodnog vremena, a one su se mijenjale tijekom povijesti jer se mijenjao i životni kontekst. Ni danas ne postoji jedinstvena i općeprihvaćena definicija ovog pojma. Potkonjak (1989) slobodno vrijeme definira kao vrijeme koje pojedincu preostaje nakon izvršenja svih profesionalnih, obiteljskih i društvenih obveza u kojemu on po svojoj volji odabire oblike i sadržaje odmora, razonode i stvaralaštva. Plenković (1997) smatra da je slobodno vrijeme skup aktivnosti kojima se čovjek predaje svojom voljom kako bi se odmorio, razonodio ili razvijao svoje spoznajne i stvaralačke sposobnosti nakon izvršenja svih obveza. Neulinger (1981) opisuje slobodno vrijeme kao aktivnosti koje su slobodno odabrane i intrinzično motivirane. Rojek (2010, prema Smajović, 2023) slobodno vrijeme posmatra kao školu života koju karakterizira sloboda, izbor i fleksibilnost.

Slobodno vrijeme, ovisno o tradiciji, odgoju, dobi, društvenom i materijalnom statusu ili osobnom i društveno-povijesnom trenutku predstavlja priliku i pruža mogućnost za intelektualni, emocionalni, tjelesni, moralni i radni rast i razvoj (Livazović, 2018). Osim toga, s aspekta društvenog razvoja, mladi koji su uključeni u slobodne aktivnosti imaju priliku uspostavljanja i izgradnje bliskih odnosa s drugima. Slobodno vrijeme može se promatrati kao značajan kontekst koji promiče pozitivan i zdrav rast i razvoj djece i mladih (Freire i sur., 2016), međutim, važno je naglasiti da je slobodno vrijeme mladih veliki vremenski prostor koji, ako je nedovoljno osmišljen i vođen, može imati negativne implikacije u formiranju ličnosti (Mlinarević, 2004).

Stebbins (2001) razlikuje ozbiljno i ležerno slobodno vrijeme. Ozbiljno slobodno vrijeme uključuje aktivnosti koje karakterizira predanost učenju novih vještina (npr. amatersko bavljenje sportom, volontiranje) dok ležerne aktivnosti slobodnog vremena zahtijevaju malo vještina i stvaraju ugodu (npr. druženje s prijateljima, gledanje filmova i sl.). Slobodno vrijeme mladima nudi priliku za sudjelovanje u brojnim aktivnostima, druženje, odmor ili bavljenje nekim drugim djelatnostima prema osobnom izboru.

Aktivnosti slobodnog vremena jesu one aktivnosti koje pojedinac prihvaća po slobodnoj volji i interesu, a uključuju i sve obveze i sve posljedice koje iz njih proizlaze (Mlinarević i sur., 2007). One su važno sredstvo za osnaživanje mladih kao i prostor za realizaciju interesa svakog pojedinca ili skupine (Jeđud i Novak, 2006). Te aktivnosti izazivaju pozitivne emocije i mogu ublažiti efekte negativnih događaja. Općenito, način provođenja slobodnog vremena može se promatrati i kao jedan od načina suočavanja sa stresom jer aktivno provođenje slobodnog vremena omogućava odmor od situacija i misli koje izazivaju stres te samim time povećavaju pojedinčevu otpornost i sposobnost proaktivnog suočavanja (Anić i Brdar, 2007).

Aktivnosti slobodnog vremena kojima se adolescenti i mladi bave klasificiraju se kao strukturirane ili nestrukturirane (Caldwell i Faulk, 2013). Strukturirane aktivnosti uglavnom se odvijaju po unaprijed određenom rasporedu, prisutan je nadzor i vođenje odraslih osoba, a fokus je na razvoju specifičnih vještina (Eccles i sur., 2003). Nestrukturirane aktivnosti uključuju one aktivnosti koje nisu planirane, ne odvijaju se prema utvrđenom rasporedu, nema nadzora odraslih, smjer i trajanje aktivnosti određuju sami sudionici, a mladima bavljenje aktivnošću predstavlja

ugodu i zanimljivost (Abbott i Barber, 2007; Caldwell i Faulk, 2013; Mahoney i sur., 2006). Neki autori smatraju da strukturirane slobodne aktivnosti, za razliku od nestrukturiranih, neformalnih i pasivnih slobodnih aktivnosti, doprinose pozitivnom razvoju adolescenata (Caldwell, 2008; Mahoney i sur., 2001). Mlinarević i suradnici (2007) navode rezultate istraživanja prema kojima mladi više preferiraju nestrukturirano slobodno vrijeme (druženje s prijateljima, zabava). Različite strukturirane slobodne aktivnosti, koje ispitanici rjeđe preferiraju, pružaju mladima mogućnost samoostvarivanja, realizaciju osobnih stvaralačkih potencijala, razvijanje specifične darovitosti i slično. Međutim, dio autora poziva na oprez u generaliziranju, s obzirom na to da postoje i slobodne aktivnosti koje nisu strukturirane, a ipak pridonose pozitivnim razvojnim ishodima mladih odnosno razvoju njihovih kompetencija (Caldwell i Faulk, 2013; Sharp i sur., 2015). To mogu biti aktivnosti poput čitanja, šetnje prirodom i slično. Mahoney i suradnici (2006) izražavaju zabrinutost o prekomjernom planiranju sudjelovanja mladih u organiziranim aktivnostima što može imati negativne učinke na njihovu dobrobit i zdravo funkcioniranje. Novija istraživanja pokazuju da današnji mladi (18-25 godina starosti) imaju manje strukturirani raspored i više slobodnog vremena nego mladi ljudi njihove dobi u prethodnim generacijama (Chan i sur., 2023).

Studiranje, osim što pruža mogućnost stjecanja diplome, otvara studentima i sveučilišnu scenu slobodnog vremena kao jedinstveno životno iskustvo (Stebbins, 2023). Analizirajući znanstvena istraživanja Kim i suradnici (2015) navode da je zadovoljstvo provođenjem slobodnog vremena usko povezano sa zadovoljstvom životom, smanjenjem stresa studenata i poticanjem društvenih aktivnosti. Fosnacht i suradnici (2018) naglašavaju da studenti imaju znatnu količinu slobodnog vremena te u prosjeku 20 sati tjedno provedu u slobodnim aktivnostima, poput opuštanja i druženja s prijateljima ili sudjelujući u raznim izvannastavnim aktivnostima. Mullens i Glorieux (2023) ističu da su neke aktivnosti slobodnog vremena korisnije od drugih. Prema rezultatima istraživanja Shin i You (2013) sudjelovanje u aktivnostima slobodnog vremena ima pozitivne učinke na fizičko i psihičko stanje pojedinca. Upravo stoga, važno je doznati na koji način studenti provode slobodno vrijeme.

## **Metode**

Osnovni cilj ovog istraživanja bio je ispitati prevalenciju aktivnosti slobodnog vremena i načine provođenja slobodnog vremena studenata ovisno o spolu i fakultetu.

U radu su postavljene dvije hipoteze:

H1 - Postoji statistički značajna spolna razlika u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena među studentima.

H2 - Postoji statistički značajna razlika između studenata različitih fakulteta Sveučilišta u Zagrebu s obzirom na prevalenciju aktivnosti slobodnog vremena.

U skladu s hipotezama postavljeni su i sljedeći zadaci istraživanja:

1. Ispitati postoje li statistički značajne spolne razlike u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena među studentima.
2. Ispitati postoje li statistički značajne razlike između studenata različitih fakulteta Sveučilišta u Zagrebu s obzirom na prevalenciju aktivnosti slobodnog vremena.

## **Uzorak i postupak**

Ovim radom prikazan je dio rezultata opsežnijeg istraživanja prevalencije aktivnosti slobodnog vremena studenata Sveučilišta u Zagrebu.

Uzorak je bio prigodni te je bilo obuhvaćeno 670 redovnih studenata (Tablica 1). Po spolu, oko dvije trećine je bilo ženskih sudionika (68,8%) i jedna trećina muških sudionika (31,2%). Uzorkom su bili obuhvaćeni sudionici sa šest sastavnica Sveučilišta u Zagrebu, u približno jednakom postotku: Muzička akademija - MUZA (16,4%), Kineziološki fakultet - KIF (17,3%), Prirodoslovno-matematički fakultet (Matematički odsjek i Fizički odsjek) - PMF (MO/FIZ) (17,0%), Filozofski fakultet - FF (16,3%), Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet - ERF (16,1%) i Učiteljski fakultet - UFZG (16,9%). Najviše je bilo studenata druge godine (30%), a najmanje pete godine studija (7,3%). Prema satima slobodnog vremena najmanje je onih studenata koji dnevno imaju do 1 sat slobodnog vremena ( $n = 46$ ; 6,9%), dok najviše studenata procjenjuje kako dnevno imaju 2-3 sata slobodnog vremena ( $n = 310$ ; 31,3%).

Tablica 1

Prikaz demografskih i kontekstualnih karakteristika sudionika ( $N = 670$ )

Demografske karakteristike	Frekvencija	Postotak (%)	Ukupno
<b>Spol</b>			670
muški	209	31,2	
ženski	461	68,8	
<b>Fakultet</b>			670
Muzička akademija	110	16,4	
Kineziološki fakultet	116	17,3	
Prirodoslovno-matematički fakultet	114	17,0	
Filozofski fakultet	109	16,3	
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet	108	16,1	
Učiteljski fakultet	113	16,9	
<b>Godina studija</b>			670
1. godina	118	17,6	
2. godina	201	30,0	
3. godina	167	24,9	
4. godina	135	20,1	
5. godina	49	7,3	
<b>Sati slobodnog vremena</b>			670
do 1 sat	46	6,9	
1-2 sata	130	19,4	
2-3 sata	310	31,3	
3-4 sata	167	24,9	
više od 4 sata	117	17,5	

Podaci su prikupljeni metodom papir-olovka, tijekom akademske godine 2022./2023. Prije provedenog istraživanja sudionici su bili upoznati s ciljem istraživanja te je dobiven njihov

pristanak. Ispitivanje je bilo anonimno, a u svakom trenutku ispitanici su mogli odustati od ispunjavanja upitnika.

Mjerni instrument i obrada podataka

Prvim dijelom upitnika prikupljeni su sociodemografski podaci o sudionicima, a drugim dijelom podaci o načinu provođenja slobodnog vremena. Prilikom ispunjavanja upitnika, sudionicima su ponuđene 42 aktivnosti provođenja slobodnog vremena. Na Likertovoj skali od pet stupnjeva (od 1- nikad do 5 - vrlo često) procjenjivali su koliko često svoje slobodno vrijeme ispunjavaju ponuđenim aktivnostima. Upitnik o provođenju slobodnog vremena oblikovan je na temelju relevantne literature (Barnett, 2006; Dirzyte i sur., 2022; Livazović, 2018; Opić i Đuranović, 2014; Schmiedeberg i Schröder, 2017; Trainor i sur., 2010). Promatrajući pojedinačno aktivnosti, studenti se najčešće druže s prijateljima ( $M = 4,19$ ;  $SD = 0,80$ ), opuštaju uz glazbu ( $M = 4,15$ ;  $SD = 0,93$ ) i surfaju internetom ( $M = 4,03$ ;  $SD = 0,88$ ). Aktivnosti koje rjeđe prakticiraju ima više, a najrjeđe rade u udruzi studenata ( $M = 1,29$ ;  $SD = 0,79$ ), bave se jogom ( $M = 1,32$ ;  $SD = 0,75$ ) te idu na ples (plesna škola ili općenito bavljenje plesom) ( $M = 1,46$ ;  $SD = 1,01$ ).

Rezultati i rasprava

Od 42 varijable provođenja slobodnog vremena kreirano je šest kompozitnih varijabli: V1. Kulturne aktivnosti, V2. Opuštajuće aktivnosti, V3. Elektronski medij i internet, V4. Korisne aktivnosti, V5. Sport te V6. Druženje i izlasci. U Tablici 2. navedene su deskriptivne vrijednosti kompozita. Sudionici najviše vremena provode u aktivnostima koje ih opuštaju ( $M = 3,15$ ;  $SD = 0,64$ ), a najmanje u bavljenju kulturnim aktivnostima ( $M = 1,90$ ;  $SD = 0,52$ ).

Tablica 2

Deskriptivne vrijednosti kompozitnih varijabli

	Raspo n	Min	Maks	M		SD	Asimetričnost		Spljoštenost	
Komp ozitne varija ble	Stat	Stat	Stat	Stat	Std. Error	Stat	Stat	St. pog.	Stat	St. pog.
V1. Kulturn e aktivno sti	2,90	1,00	3,90	1,905	,0200	,5177	,645	,094	,213	,189
V2. Opušta juće aktivn osti	4,00	1,00	5,00	3,151	,0246	,6366	-,110	,094	-,013	,189

V3. Elektro nski medij i interne t	3,43	1,29	4,71	2,926	,0212	,5479	,023	,094	,024	,189
V4. Korisl ne aktivn osti	3,33	1,00	4,33	2,207	,0229	,5923	,449	,094	,081	,189
V5. Sport	3,00	1,00	4,00	2,025	,0223	,5781	,567	,094	-,261	,189
V6. Družen je i izlasci	3,29	1,43	4,71	2,955	,0239	,6180	-,060	,094	-,410	,189

*Min = minimalni rezultat; Maks = maksimalni rezultat; M = aritmetička sredina; SD = standardna devijacija.*

Svrha ovog istraživanja bila je ispitati prevalenciju aktivnosti slobodnog vremena. Rezultati pokazuju kako studenti najveći dio slobodnog vremena koriste za opuštajuće aktivnosti (*spavam, izležavam se, čitam beletristiku, opuštam se uz glazbu*) i aktivnosti koje se odvijaju na elektronskim medijima i internetu (*gledam filmove i serije, slušam radio, igram igrice na mobitelu, pričam na mobitel, surfam internetom, na društvenim mrežama sam, igram igrice na PS/računalu*).

Dobiveni rezultati ukazuju da studenti provode slobodno vrijeme najviše u aktivnostima koje su im ugodne, ležerne i koje ne zahtijevaju veliki napor, niti fizički, niti psihički. Navedene aktivnost nisu strukturirane i unaprijed strogo planirane te vjerojatno studentima odgovara takav tip aktivnosti. Sve te aktivnosti najčešće se prakticiraju kod kuće ili kod bliskih osoba. I druga istraživanja pokazuju da mlade osobe oba spola provode velik dio svog slobodnog vremena u grupnim aktivnostima i/ili u sjedilačkim aktivnostima kao što su npr. slušanje glazbe, gledanje filmova, surfanje internetom ili jednostavno opuštajući se (Bradley i Inglis, 2012). Nadalje, Zhou i suradnici (2021) ističu kako su tijekom pandemije izazvane COVID-19, mnoge tradicionalne aktivnosti u slobodno vrijeme bile ograničene zbog socijalnog distanciranja. Moguće je da se takav način korištenja slobodnog vremena prolongirao i nakon završetka pandemije. Rezultati ove studije ukazuju da studenti preferiraju nestrukturirane aktivnost što bi moglo biti zbog činjenice da im je velik dio vremena strukturiran obvezama na fakultetu (predavanja, seminari, vježbe) budući da se radi o studentima redovnih studija, a nerijetko studenti i rade neki studentski posao. Preostalo slobodno vrijeme vjerojatno žele provesti bez unaprijed određenog rasporeda, bez vremenskog pritiska i na ležeran način.

U ovom se istraživanju pokazalo da studenti osim korištenja slobodnog vremena za opuštajuće aktivnosti, znatan dio vremena provode u aktivnostima koje se odvijaju na elektronskim medijima i internetu. Dobiveni rezultati u suglasju su s istraživanjima drugih autora. Istraživanja ukazuju na činjenicu da životni stilovi mladih postaju sve više sjedilački (Australian Bureau of Statistics, 2022) te u velikom broju različitih zemalja mladi sve više provode slobodnog vremena u aktivnostima koje se temelje na ekranu (Bucksch i sur., 2016). Tako je na primjer istraživanje koje

su proveli Barkley i Lepp (2016) potvrdilo kako studenti ( $N = 226$ ) znatan dio slobodnog vremena provode koristeći mobitele i pametne telefone, a Lepp i suradnici (2015) izvještavaju kako prosječni student koristi svoj mobitel pet do šest sati dnevno dok ga najaktivniji korisnici upotrebljavaju gotovo neprestano. Neki autori sugeriraju da je korištenje mobitela povezano sa sjedilačkim ponašanjem, smanjenim intenzitetom vježbanja te ističu kako je povećana upotreba mobitela povezana sa smanjenim akademskim uspjehom (Barkley i Lepp, 2016; Lepp i sur., 2015). Thulin i Vilhelmson (2019), elaborirajući rezultate nekih dosadašnjih istraživanja upozoravaju da prekomjerni sati provedeni ispred ekrana potencijalno mogu imati negativne implikacije na zdravlje: potiču sjedilački način života, smanjuju tjelesnu aktivnost pojedinca, izazivaju poremećaj spavanja te narušavaju dobrobit pojedinca. Erinjeri i Lobo (2023) proveli su zanimljivo istraživanje u Indiji vezano uz povezanost akademskog uspjeha studenata ( $N = 167$ ) i njihovih aktivnosti u slobodno vrijeme. Promatralo se šest kategorija slobodnih aktivnosti: spojevi (stalne veze ili povremeni susreti), čitanje (novine, blogovi, beletristika, publicistika), druženje (whatsapp, instagram, linkedin), aktivnosti u zatvorenom prostoru (slušanje glazbe, online igre, umjetnost i obrt) i fizičke aktivnosti (joga, teretana, sport, ples). Prema dobivenim rezultatima 95,8% studenata preferira društvene mreže kao svoju slobodnu aktivnost, 86,2% ih se bavi rekreacijskim aktivnostima, 85% aktivnostima u zatvorenom prostoru, 81,4% tjelesnim aktivnostima, 68,2% studenata preferira čitanje, a samo 39,5% provodi vrijeme u spojevima.

Jedna od aktivnosti za koju se smatra da pozitivno utječe na kvalitetu života je sudjelovanje u kulturnim aktivnostima. Neka istraživanja pronalaze povezanost sudjelovanja u kulturnim aktivnostima i kvalitete života (Bygren i sur., 2009), dok drugi smatraju da to nije glavna odrednica kvalitete života (Galloway, 2006). U ovom se istraživanju pokazalo da studenti tijekom slobodnog vremena najmanje prakticiraju kulturne aktivnosti. Iako u Zagrebu, kao glavnom i najbrojnijem gradu u Republici Hrvatskoj, postoji najveći broj kulturnih ustanova i događanja, studenti ih rijetko posjećuju i konzumiraju. Mogući razlog mogao bi biti financijske prirode jer se ulaznice za većinu kulturnih aktivnosti plaćaju što bi studentima mogao biti problem.

Trend provođenja slobodnog vremena nije se promijenio zadnjih 20-tak godina jer je do sličnih rezultata došla i Vlasta Ilišin (2007) početkom 21. stoljeća. I tada su najzastupljenije aktivnosti u slobodnom vremenu mladih bile aktivnosti iz područja zabave i razonode.

### ***Spolne razlike u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena***

Za testiranje H1 o spolnim razlikama u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena korišten je t-test u bootstrapped modelu. Naime, riječ je o kategoriji velikih uzoraka iako s disproporcijom subuzorka koji se uspoređuju, blage asimetrije, blage platikurtične (V2., V5., V6.) i leptokurtične (V1., V3., V4.) sampling distribucije. Riječ je o homogenim obilježjima (koeficijent varijabilnosti <35%). Rezultati t-testa prikazani su u Tablici 3.

Kao što je vidljivo u Tablici 3. postoji statistički značajna spolna razlika u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena i to na 5 od ukupno 6 kompozitnih varijabli (ne postoji u aktivnosti *Elektronski mediji i internet*). Veličine učinka standardizirane veličine učinka (Cohen´d, Hedges` korekcija, Glass`s delta) iznose za sve komponente aktivnosti između 0,51-61 standardne devijacije što indicira srednju jačinu razlika između subuzoraka. S obzirom na bootstrapping model rezultati Bias-a za sve aktivnosti su manje od ,001. S obzirom na smjer razlika studentice slobodno vrijeme više provode od svojih kolega studenata u V1. *Kulturnim aktivnostima* ( $M_z = 1,96$ ;  $M_m = 1,79$ ), u V2. *Opuštajućim aktivnostima* ( $M_z = 3,26$ ;  $M_m = 2,90$ ), V4. *Korisnim aktivnostima* ( $M_z = 2,24$ ;  $M_m = 2,12$ ) te za V6. *Druženje i izlaske* ( $M_z = 3,05$ ;  $M_m = 2,78$ ) dok studenti više slobodnog vremena

koriste za V5. *Sport* ( $M_{\bar{z}} = 1,98$ ;  $M_m = 2,13$ ).

<div> <div>Tablica 3</div> <div>Spolne razlike u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena</div> </div>										
		Levene test		t-test						
		jednakosti varijanci								
		F	SSi	t	df	St.znač. (dvosmjerno)	Arit.sredina razlika	Std. greška razlike	95% interval pouzdanosti razlike	
			g.						nni	viši
									ži	
V1.	Pretpostavka jednaki varijanci	,818	,366	-3,812	668	<b>,000</b>	-,163	,043	-,247	-,079
	Pretpostavka da varijanci nisu jednake			-3,733	382,585	<b>,000</b>	-,163	,043	-,249	-,077
V2.	Pretpostavka jednaki varijanci	1,953	,163	-7,092	668	<b>,000</b>	-,363	,051	-,464	-,263
	Pretpostavka da varijanci nisu jednake			-7,367	441,522	<b>,000</b>	-,363	,049	-,460	-,267
V3.	Pretpostavka jednaki varijanci	1,793	,181	-1,481	668	,139	-,068	,046	-,157	,022
	Pretpostavka da varijanci nisu jednake			-1,444	378,668	,149	-,068	,047	-,160	,024
V4.	Pretpostavka jednaki varijanci	3,891	,049	-2,424	668	<b>,016</b>	-,119	,049	-,216	-,023

Pretpostavka da varijanci nisu jednake			-2,351	374,276	<b>,019</b>	-,119	,051	-,219	-,020	
V5. Sport	Pretpostavka jednakih varijanci	2,089	,149	3,151	668	<b>,002</b>	,151	,048	,057	,245
	Pretpostavka da varijanci nisu jednake			3,056	374,230	<b>,002</b>	,151	,049	,054	,248
V6. Druženje i izlasci	Pretpostavka jednakih varijanci	,084	,771	-5,116	668	<b>,000</b>	-,259	,051	-,358	-,160
	Pretpostavka da varijanci nisu jednake			-5,214	420,961	<b>,000</b>	-,259	,050	-,356	-,161

$p < 0.05$

Dodatno, u području inferencijalne statistike proveden je Bayesian inference (uvjetne vjerojatnosti). Rezultati su prikazani u Tablici 4.

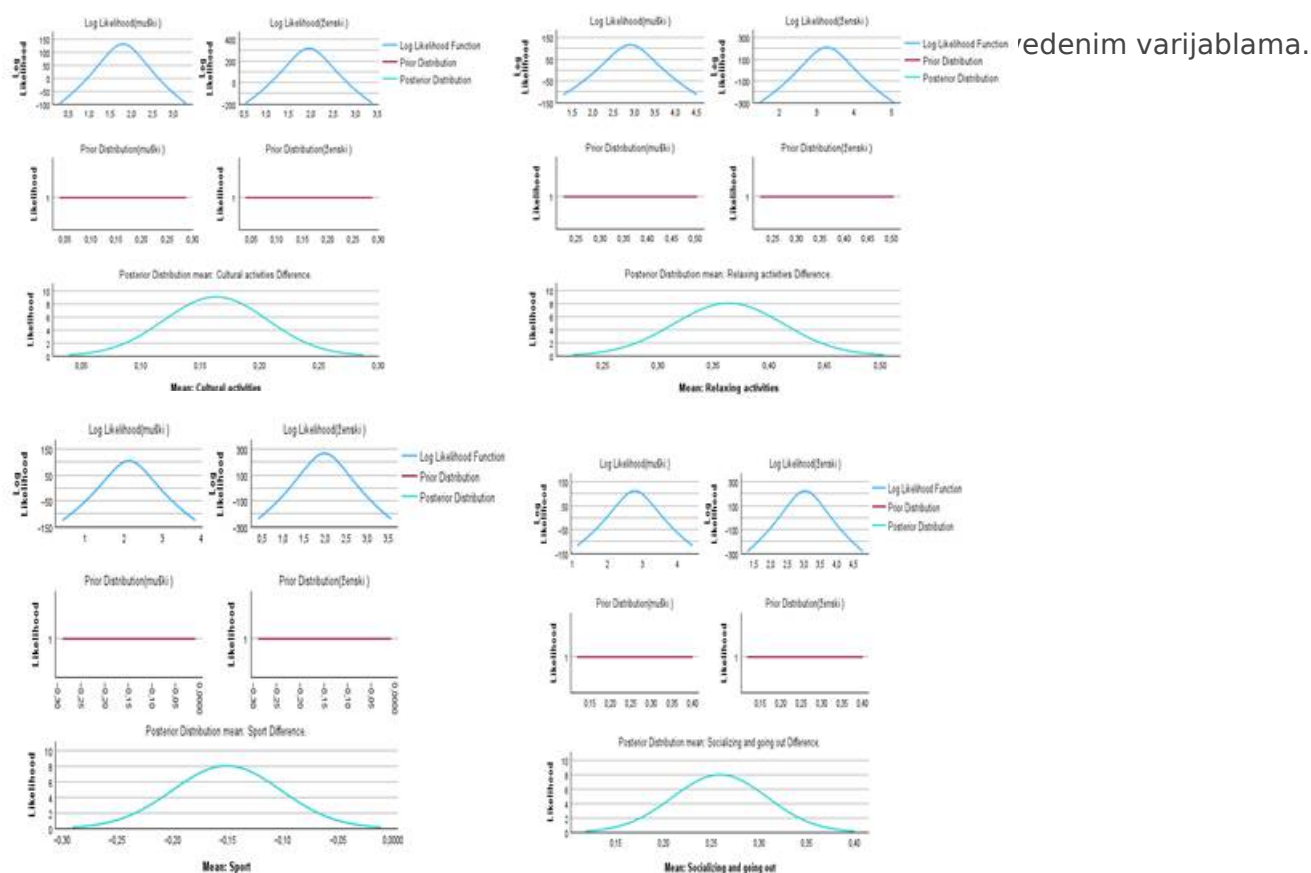
Tablica 4							
Bayes Faktor t test za nezavisne uzorke (Metoda = Rouderr) <sup>a</sup>							
	Arit. sredina razlike	Pooled Std. greška	Bayes Faktor <sup>b</sup>	t	df	St. znač. (dvosmjerno)	
V1. Kulturne aktivnosti	,1629	,04274	,012	3,812	668	<,001	
V2. Opuštajuće aktivnosti	,3634	,05123	,000	7,092	668	<,001	
V3. Elektronski mediji i internet	,0676	,04565	5,127	1,481	668	,139	
V4. Korisne aktivnosti	,1193	,04921	,841	2,424	668	,016	
V5. Sport	-,1509	,04789	,116	-3,151	668	,002	

V6. Druženje i izlasci ,2588 ,05059 ,000 5,116 668 <,001

a. pretpostavka nejednakih varijanci među grupama.

b. Bayes faktor: Nul hipoteza vs alternativna hipoteza.

Sukladno rezultatima potvrđuje se vjerojatnost alternativnim hipotezama za V1, V2, V4, V5 i V6.



Slika 1

Posterior distribucije muških i ženskih sudionika

Rezultati ovog istraživanja ukazuju da su studentice usmjerenije nestrukturiranim aktivnostima dok studenti više vremena provode baveći se sportom. Studentice više sudjeluju u kulturnim i opuštajućim aktivnostima, družeći se i izlazeći. Čini se da je njima važan socio-kulturni aspekt života te odabiru aktivnosti koje im to omogućuju. I druga istraživanja pokazuju da se vrste aktivnosti u kojima mladi sudjeluju razlikuju ovisno o spolu te da žene općenito sudjeluju u većem broju aktivnosti od muškaraca (McHale i sur., 2004). Zhang i Zheng (2017) proveli su istraživanje s kineskim studentima i utvrdili da su muški studenti slobodno vrijeme više provodili u igranju videoigara i tjelesnom vježbanju, dok su se studentice više bavile kupnjom i odlascima na ručkove. Navedeni autori ističu da su studenti vjerojatno bili usmjereniji aktivnostima koje su natjecateljske prirode, a studentice onim aktivnostima koje su im davale više prilika za povezivanje i izgradnju međuljudskih odnosa. Rezultati drugih istraživanja također pokazuju da su osobe muškog spola

sklonije slobodno vrijeme provoditi u sportskim i vanjskim tjelesnim aktivnostima, a osobe ženskog spola koriste više vremena za razgovore s prijateljima, kupovinu, čitanje i bavljenje kreativnim aktivnostima kao što su ples i glazba (Barnes i sur., 2007; Sharp i sur., 2007; Trainor i sur., 2010).

Sukladno navedenom, djelomično se potvrđuje H1 hipoteza.

### ***Razlika između fakulteta Sveučilišta u Zagrebu s obzirom na prevalenciju aktivnosti slobodnog vremena***

Ovim se istraživanjem nastojalo ispitati i postoje li razlike između fakulteta Sveučilišta u Zagrebu s obzirom na prevalenciju aktivnosti slobodnog vremena.

Distribucija nezavisne varijable (fakulteta) prikazana je u Tablici 1. Za testiranje H2 korištena je jednosmjerna analiza varijance ANOVA (Tablica 5).

Tablica 5

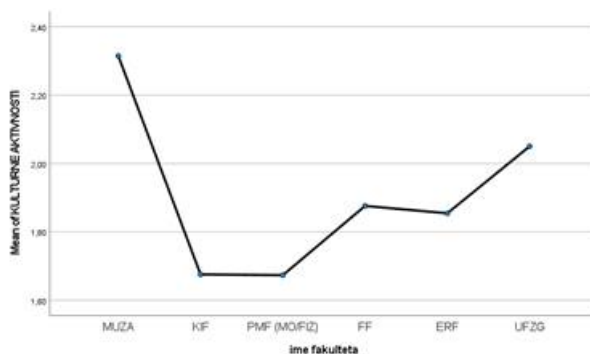
ANOVA

		Suma kvadrata (SS)	df	MS	F	St.znač.
V1. Kulturne aktivnosti	Među grupama	33,395	5	6,679	30,393	<b>,000</b>
	Unutar grupa	145,918	664	,220		
	Total	179,314	669			
V2. Opuštajuće aktivnosti	Među grupama	22,300	5	4,460	11,901	<b>,000</b>
	Unutar grupa	248,849	664	,375		
	Total	271,150	669			
V3. Elektronski medij i internet	Među grupama	3,209	5	,642	2,156	,057
	Unutar grupa	197,634	664	,298		
	Total	200,843	669			
V4. Korisne aktivnosti	Među grupama	6,592	5	1,318	3,838	<b>,002</b>
	Unutar grupa	228,069	664	,343		
	Total	234,661	669			
V5. Sport	Među grupama	41,672	5	8,334	30,424	<b>,000</b>
	Unutar grupa	181,897	664	,274		
	Total	223,569	669			
V6. Druženje i izlasci	Među grupama	18,505	5	3,701	10,367	<b>,000</b>
	Unutar grupa	237,032	664	,357		
	Total	255,536	669			

$p < 0,05$

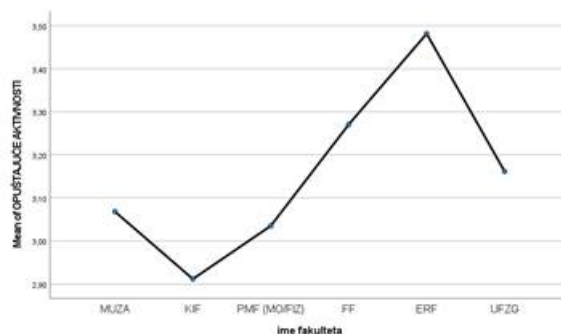
Testirana je homogenost varijanci (Levene test) i pokazalo se da V1. *Kulturne aktivnosti* i V5. *Sport* ne ispunjavaju preduvjet homogenosti (V1. Levene = 2,818;  $df1 = 5$ ,  $df2 = 0,664$ ,  $p = 0,016$ ; V5. Levene = 3,095;  $df1 = 5$ ,  $df2 = 664$ ,  $p = 0,009$ ), bazirano na aritmetičkoj sredini. Ostale varijable (V2. *Opuštajuće aktivnosti*, V3. *Elektronski medij i internet*, V4. *Korisne aktivnosti* i V6. *Druženje i izlasci*) ispunjavaju preduvjet homogenosti.

Rezultati, prikazani u Tablici 5., potvrdili su pretpostavljenu hipotezu o postojanju razlike između fakulteta s obzirom na prevalenciju aktivnosti slobodnog vremena na 5 od ukupno 6 kompozitnih varijabli. Na niže prikazanim slikama vidljiva je razlika ( $p < 0,05$ ) među fakultetima na svakoj kompozitnoj varijabli (Slika 2., 3., 4., 5. i 6.).



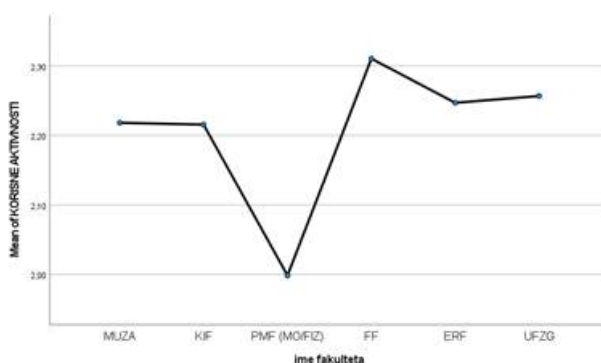
Slika 2

Razlike među fakultetima na kompozitnoj varijabli V1. *Kulturne aktivnosti*



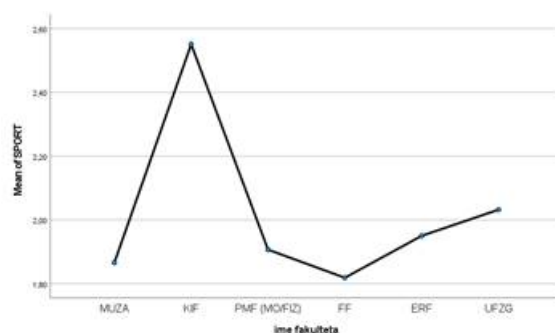
Slika 3

Razlike među fakultetima na kompozitnoj varijabli V2. *Opuštajuće aktivnosti*



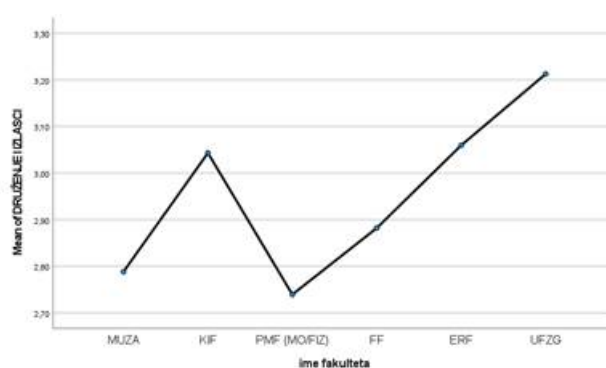
Slika 4

Razlike među fakultetima na kompozitnoj varijabli V4. *Korisne aktivnosti*



Slika 5

Razlike među fakultetima na kompozitnoj varijabli V5. *Sport*



Slika 6

Razlika među fakultetima na kompozitnoj varijabli V6. *Druženje i izlasci*

Veličina učinka prikazana je u Tablici 6.

Tablica 6  
ANOVA - veličine učinka (Effect Sizes<sup>a,b</sup>)

		Procjena vrijednosti		95% interval pouzdanosti	
				niža	viša
V1. Kulturne aktivnosti	Eta-squared	,186		,132	,232
	Epsilon-squared	,180		,125	,227
	Omega-squared	,180		,125	,226
	Fixed-effect				
	Omega-squared	,042		,028	,055
V2. Opuštajuće aktivnosti	Random-effect				
	Eta-squared	,082		,042	,118
	Epsilon-squared	,075		,034	,112
	Omega-squared	,075		,034	,112
	Fixed-effect				
	Omega-squared	,016		,007	,024
	Random-effect				

V3. Elektronski medij i internet	Eta-squared	,016	,000	,032
	Epsilon-squared	,009	-,008	,025
	Omega-squared Fixed-effect	,009	-,008	,025
	Omega-squared Random-effect	,002	-,001	,005
V4. Korisne aktivnosti	Eta-squared	,028	,004	,050
	Epsilon-squared	,021	-,003	,043
	Omega-squared Fixed-effect	,021	-,003	,043
	Omega-squared Random-effect	,004	-,001	,009
V5. Sport	Eta-squared	,186	,132	,233
	Epsilon-squared	,180	,125	,227
	Omega-squared Fixed-effect	,180	,125	,227
	Omega-squared Random-effect	,042	,028	,055
V6. Druženje i izlasci	Eta-squared	,072	,034	,107
	Epsilon-squared	,065	,027	,100
	Omega-squared Fixed-effect	,065	,027	,100
	Omega-squared Random-effect	,014	,005	,022

*a. Eta-squared i Epsilon-squared su procijenjene na bazi fiksnog modela učinka (fixed-effect model).*

*b. Negativne, ali manje pristrane (bias) procjene su zadržane, nisu zaokružene na nulu*

Kao što je vidljivo u Tablici 6. varijable variraju od malog učinka (V3., V4.) dok su ostale varijable u rasponu od srednjeg do velikog učinka. Te vrijednosti nam pokazuju stvarne razlike subuzorka na zavisnim varijablama.

Dodatno, u području inferencijalne statistike proveden je Bayesian inference (uvjetne vjerojatnosti). Rezultati su prikazani u Tablici 7.

Tablica 7  
Bayes faktor

Varijabla	Bayes faktor	Stat. znač.
V1. Kulturne aktivnosti	2,5433E23	<,001
V2. Opuštajuće aktivnosti	1225486,621	<,001
V3. Elektronski medij i internet	,000	,057
V4. Korisne aktivnosti	,007	,002
V5. Sport	2,707E23	<,001
V6. Druženje i izlasci	35831,342	<,001

Na slici 7. prikazane su Bayesian posterior vrijednosti aritmetičkih sredina (nove procijenjene vrijed

Bayesian Estimates of Coefficients <sup>a,b,c</sup>						Bayesian Estimates of Coefficients <sup>a,b,c</sup>					
Parameter	Mode	Posterior Mean	Variance	95% Credible Interval		Parameter	Mode	Posterior Mean	Variance	95% Credible Interval	
				Lower Bound	Upper Bound					Lower Bound	Upper Bound
College = 1	2,315	2,315	,002	2,227	2,402	College = 1	3,068	3,068	,003	2,954	3,183
College = 2	1,676	1,676	,002	1,590	1,761	College = 2	2,912	2,912	,003	2,800	3,023
College = 3	1,674	1,674	,002	1,587	1,760	College = 3	3,035	3,035	,003	2,923	3,148
College = 4	1,876	1,876	,002	1,788	1,964	College = 4	3,271	3,271	,003	3,156	3,386
College = 5	1,855	1,855	,002	1,766	1,943	College = 5	3,481	3,481	,003	3,366	3,597
College = 6	2,050	2,050	,002	1,964	2,137	College = 6	3,162	3,162	,003	3,048	3,275
a. Dependent Variable: Cultural activities						a. Dependent Variable: Relaxing activities					
b. Model: College						b. Model: College					
c. Assume standard reference priors.						c. Assume standard reference priors.					

Bayesian Estimates of Coefficients <sup>a,b,c</sup>						Bayesian Estimates of Coefficients <sup>a,b,c</sup>					
Parameter	Mode	Posterior Mean	Variance	95% Credible Interval		Parameter	Mode	Posterior Mean	Variance	95% Credible Interval	
				Lower Bound	Upper Bound					Lower Bound	Upper Bound
College = 1	2,799	2,799	,003	2,697	2,901	College = 1	2,218	2,218	,003	2,108	2,328
College = 2	2,972	2,972	,003	2,872	3,071	College = 2	2,216	2,216	,003	2,109	2,322
College = 3	2,882	2,882	,003	2,782	2,983	College = 3	1,999	1,999	,003	1,891	2,106
College = 4	2,921	2,921	,003	2,819	3,024	College = 4	2,310	2,310	,003	2,200	2,421
College = 5	2,979	2,979	,003	2,876	3,082	College = 5	2,247	2,247	,003	2,136	2,358
College = 6	3,003	3,003	,003	2,902	3,103	College = 6	2,257	2,257	,003	2,148	2,365
a. Dependent Variable: Electronic media and the Internet						a. Dependent Variable: Useful activities					
b. Model: College						b. Model: College					
c. Assume standard reference priors.						c. Assume standard reference priors.					

Bayesian Estimates of Coefficients <sup>a,b,c</sup>						Bayesian Estimates of Coefficients <sup>a,b,c</sup>					
Parameter	Mode	Posterior Mean	Variance	95% Credible Interval		Parameter	Mode	Posterior Mean	Variance	95% Credible Interval	
				Lower Bound	Upper Bound					Lower Bound	Upper Bound
College = 1	1,866	1,866	,002	1,768	1,964	College = 1	2,788	2,788	,003	2,676	2,900
College = 2	2,551	2,551	,002	2,455	2,646	College = 2	3,043	3,043	,003	2,934	3,152
College = 3	1,907	1,907	,002	1,811	2,003	College = 3	2,739	2,739	,003	2,629	2,849
College = 4	1,819	1,819	,003	1,720	1,917	College = 4	2,882	2,882	,003	2,770	2,994
College = 5	1,950	1,950	,003	1,851	2,049	College = 5	3,060	3,060	,003	2,947	3,172
College = 6	2,032	2,032	,002	1,935	2,129	College = 6	3,212	3,212	,003	3,102	3,323
a. Dependent Variable: Sport						a. Dependent Variable: Socializing and going out					
b. Model: College						b. Model: College					
c. Assume standard reference priors.						c. Assume standard reference priors.					

Legenda: 1 = MUZA, 2 = KIF, 3 = PMF, 4 = FF, 5 = ERF, 6 = UFZG

Slika 7

Bayesian posterior vrijednosti aritmetičkih sredina

Profesionalne težnje imaju važnu ulogu u razvoju karijere, mijenjaju se tijekom života, a uključuju i usmjeravanje pojedinca da se uključi u ponašanja koja mu pomažu u postizanju njegovih ciljeva. Istraživanja o izraženim preferencijama i interesima mladih za provođenje slobodnog vremena sugeriraju da postoje veze između uključivanja u aktivnosti slobodnog vremena i razvoja karijere (Lee i sur., 2018). Tako su rezultati 18-godišnje longitudinalne studije koja je uključivala izvješća o slobodnim aktivnostima adolescenata pokazali da je oko 35% uzorka izabralo buduće zanimanje iz područja koje odgovara njihovim slobodnim aktivnostima (Hong i sur., 1993). U skladu s navedenim, moguće objašnjenje dobivenih rezultata moglo bi biti u specifičnim preferencijama studenata kojima su se vjerojatno vodili prilikom upisivanja fakulteta. Upravo stoga kulturne aktivnosti koje uključuju odlaske na koncerte i u kazalište te pjevanje i sviranje najviše prakticiraju studenti Muzičke akademije (Slika 2.), dok u sportskim aktivnostima (npr. treniranje određenog sporta, rekreativno trčanje, vježbanje u teretni, odlasci na sportske priredbe i sl.) prednjače studenti Kineziološkog fakulteta (Slika 5.).

Zanimljivo je da se u ovom istraživanju pokazalo da jedino na kompozitnoj varijabli V3. *Elektronski mediji i internet* (Tablica 5.) nema razlika u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena s obzirom na fakultet. Navedena varijabla obuhvaća sljedeće aktivnosti: *gledanje filmova i serija, slušanje radija, igranje igrica na mobitelu/PS/računalu, pričanje na mobitel, surfanje internetom i korištenje društvenih mreža*. Zašto je to tako? Čini se da su te aktivnosti toliko univerzalne i općeprihvaćene među svim studentima da fakultet koji pohađaju nije povezan s njihovom usmjerenošću na te aktivnosti. Univerzalnost internetskog prostora i povezanost s aktivnostima slobodnog vremena naglašavaju i drugi autori. Internet je *pomaknuo* slobodno vrijeme iz njegovog uobičajenog prostornog i vremenskog konteksta (López-Sintas i sur., 2015) te je stvorio brojne društvene prostore za uživanje u aktivnostima slobodnog vremena (López-Sintas i sur., 2017; Sharaievska i Stodolska, 2017).

Sukladno navedenom potvrđuje se H2 hipoteza.

## **Zaključak**

Slobodno vrijeme je ono vrijeme koje preostaje pojedincu nakon svih obaveza te predstavlja značajan kontekst za osobni rast i razvoj. Aktivnosti slobodnog vremena mogu imati brojne pozitivne, ali i negativne implikacije u formiranju osobnosti. Važnost kvalitetnog provođenja slobodnog vremena ogleda se i u činjenici da mladi danas imaju više slobodnog vremena nego mladi ljudi njihove dobi u prethodnim generacijama.

Ova studija je ukazala na načine provođenja slobodnog vremena studenata Sveučilišta u Zagrebu. Rezultati pokazuju kako studenti najveći dio slobodnog vremena koriste za opuštajuće aktivnosti i aktivnosti koje se odvijaju na elektronskim medijima i internetu, a najmanje u bavljenju kulturnim aktivnostima. Ovim istraživanjem djelomično se potvrdila pretpostavka da postoje razlike u prevalenciji aktivnosti slobodnog vremena među studenticama i studentima. Naime, razlike su utvrđene na pet kompozitnih varijabli. Nadalje, nalazi istraživanja ukazuju da načini korištenja slobodnog vremena uvelike ovise o tome koji fakultet studenti pohađaju. Interesantno je da jedino na varijabli *Elektronski mediji i internet* ne postoje razlike niti po spolu niti po fakultetu koji studenti pohađaju. Provođenje slobodnog vremena mladih koje uključuje elektronske medije i internet toliko je univerzalno i općeprihvaćeno u ukupnoj studentskoj populaciji da se razlike po spolu i fakultetu nisu pokazale.

Osmišljeno korištenje slobodnog vremena predstavlja velik potencijal za pozitivan razvoj mladih ljudi. Rezultati ovog istraživanja mogli bi biti polazište za razmatranje mogućnosti osposobljavanja studenata za kvalitetno oblikovanje slobodnog vremena, a izborni kolegiji bi mogli biti način na koji se to može provesti.

Ova studija ima i određena ograničenja. Kao prvo, uzorak nije bio reprezentativan pa dobivene rezultate treba uzeti s dozom opreza. Ipak, oni mogu poslužiti kao polazište za druga istraživanja slične tematike. Kombinacija kvantitativnog i kvalitativnog pristupa bila bi primjerena istraživanju fenomena korištenja slobodnog vremena kako bi se dobili dodatni podaci o razlozima zašto mladi prakticiraju određene aktivnosti u većoj mjeri od drugih.

## **Literatura**

Abbott, B. D. i Barber, B. L. (2007). Not just idle time: Adolescents' developmental experiences provided by structured and unstructured leisure activities. *The Australian Educational and Developmental Psychologist*, 24 (1), 59-81. <https://doi.org/10.1017/S0816512200029102>

- Anić, P. i Brdar, I. (2007). Obrasci suočavanja s neuspjehom u školi, konzumacija lakih droga i aktivnosti u slobodnom vremenu srednjoškolaca. *Psihologijske teme*, 16(1), 99-120.  
<https://hrcak.srce.hr/20521>
- Australian Bureau of Statistics (2022). *Physical activity*. ABS.  
<https://www.abs.gov.au/statistics/health/health-conditions-and-risks/physical-activity/latest-release>
- Barkley, J. E. i Lepp, A. (2016). Mobile phone use among college students is a sedentary leisure behavior which may interfere with exercise. *Computers in Human Behavior*, 56, 29-33.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.001>
- Barnes, G., Hoffman, J. H., Welte, J. W., Farrell, M. P. i Dintcheff, B. A. (2007). Adolescents' time use: Effects on substance use, delinquency and sexual activity. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(5), 697-710. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10964-006-9075-0>
- Barnett, L. A. (2006). Accounting for leisure preferences from within: The relative contributions of gender, race or ethnicity, personality, affective style, and motivational orientation. *Journal of Leisure Research*, 38(4), 445-474. <https://doi.org/10.1080/00222216.2006.11950087>
- Bradley, G. L. i Inglis, B. C. (2012). Adolescent leisure dimensions, psychosocial adjustment, and gender effects. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1167-1176.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.03.006>
- Bucksch, J., Sigmundova, D., Hamrik, Z., Troped, P. J., Melkevik, O., Ahluwalia, N., Borraccino, A. i sur. (2016). International trends in adolescent screen-time behaviors from 2002 to 2010. *Journal of Adolescent Health*, 58(4), 417-425.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.11.014>
- Bygren, L. O., Weissglass, G., Wikström, B. M., Benson Konlaan, B., Grijbovski, A., Karlsson, A. B., Andersson, S. O. i Sjöström, M. (2009). Cultural participation and health: A randomized controlled trial among medical care staff. *Psychosomatic Medicine*, 71(4), 469-473.  
<https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e31819e47d4>
- Caldwell, L. L. (2008). Adolescent development through leisure: A global perspective. *World Leisure Journal*, 50(1), 3-17. <https://doi.org/10.1080/04419057.2008.9674523>
- Caldwell, L. i Faulk, M. (2013). Adolescent leisure from a developmental and prevention perspective. In T. Freire (Ed.), *Positive Leisure Science* (pp. 41-60). Springer.
- Chan, W. Y., Rodriguez, A., Shih, R. A., Tucker, J. S., Pedersen, E. R., Seelam, R. i D'Amico, E. J. (2023). How do college students use their free time? A latent profile analysis of leisure activities and substance use. *Leisure Sciences*, 45(4), 331-350.  
<https://doi.org/10.1080/01490400.2020.1829520>
- Chick, G., Dong, E., Yeh, C. i Hsieh, C. (2021). Cultural consonance predicts leisure satisfaction in Taiwan. *Leisure Studies*, 40(2), 183-189. <https://doi.org/10.1080/02614367.2020.1808052>
- Dirzyte, A., Patapas, A. i Perminas, A. (2022). Associations between leisure preferences, mindfulness, psychological capital, and life satisfaction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 4121.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph19074121>
- Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M. i Hunt, J. (2003). Extracurricular activities and adolescent development. *Journal of Social Issues*, 59(4), 865-889. <https://doi.org/10.1046/j.0022->

- Erinjeri, M. J. i Lobo, L. (2023). The impact of leisure time activities on the academic performance among college students. *International Journal for Research in Applied Science & Engineering Technology*, 11(1), 497-504. <https://doi.org/10.22214/ijraset.2023.48600>
- Fosnacht, K., McCormick, A. C. i Lerma, R. (2018). First-year students' time use in college: A latent profile analysis. *Research in Higher Education*, 59(7), 958-978. <https://doi.org/10.1007/s11162-018-9497-z>
- Freire, T., Tavares, D., Silva, E. i Teixeira, A. (2016). Flow, leisure, and positive youth development. In L. Harmat, F. Ø. Andersen, F. Ullén, J. Wright i G. Sadlo (Ur.), *Flow experience: Empirical research and applications* (pp. 163-178). Springer International Publishing/Springer Nature. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-28634-1\\_11](https://doi.org/10.1007/978-3-319-28634-1_11)
- Hong, E., Milgram, R. M. i Whiston, S. C. (1993). Leisure activities in adolescents as a predictor of occupational choice in young adults: A longitudinal study. *Journal of Career Development*, 19(3), 221-229. <https://doi.org/10.1177/089484539301900307>
- Galloway, S. (2006). Cultural participation and individual quality of life: A review of research findings. *Applied Research in Quality of Life*, 1(3-4), 323-342. <https://doi.org/10.1007/s11482-007-9024-4>
- Jeđud, I. i Novak, T. (2006). Provođenje slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju – kvalitativna metoda. *Revija za sociologiju*, 37(1-2), 77-90. <https://hrcak.srce.hr/13267>
- Ilišin, V. (2007). Slobodno vrijeme i interesi mladih. U V. Ilišin i F. Radin (Ur.), *Mladi: problem ili resurs* (str. 179-199). Institut za društvena istraživanja. <http://idiprints.knjiznica.idi.hr/421/1/Mladi.pdf>
- Kim, S., Sung, J., Park, J. i Dittmore, S. W. (2015). The relationship among leisure attitude, satisfaction, and psychological wellbeing for college students. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(1), 70-76. <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01012>
- Lee, B., Skinner, O. D. i McHale, S. M. (2018). Links between gendered leisure time in childhood and adolescence and gendered occupational aspirations. *Journal of Adolescence*, 62(1), 96-107. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.10.011>
- Lepp, A., Barkley, J. E. i Karpinski, A. (2015). The relationship between cell phone use and academic performance in a sample of U.S. college students. *SAGE Open*, 5(1), 1-9. <https://doi.org/10.1177/2158244015573169>
- Livazović, G. (2018). *Uvod u pedagogiju slobodnog vremena*. Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet; Hrvatska sveučilišna naklada.
- López-Sintas, J., García-Álvarez, M. E. i Hernández-López, A. G. (2017). In and out of everyday life through film experiences: An analysis of two social spaces as leisure frames. *Leisure Studies*, 36(4), 565-578. <https://doi.org/10.1080/02614367.2016.1203351>
- López-Sintas, J., Rojas de Francisco, L. i García-Álvarez, E. (2015). The nature of leisure revisited: An interpretation of digital leisure. *Journal of Leisure Research*, 47(1), 79-101. <http://dx.doi.org/10.1080/00222216.2015.11950352>
- Mahoney, J. L., Harris, A. L. i Eccles, J. S. (2006). Organized activity participation, positive youth development, and the over-scheduled hypothesis. *Society for Research on Child*

*Development: Social Policy Report: Giving Child and Youth Development Knowledge Away*, 20, 3-25. <http://dx.doi.org/10.1002/j.2379-3988.2006.tb00049.x>

- Mahoney, J. L., Stattin, H. i Magnusson, D. (2001). Youth recreation centre participation and criminal offending: A 20-year longitudinal study of Swedish boys. *International Journal of Behavioral Development*, 25(6), 509-520. <https://doi.org/10.1080/01650250042000456>
- McHale, S. M., Kim, J., Whiteman, S. D. i Crouter, A. C. (2004). Links between sex-typed time use in middle childhood and gender development in early adolescence. *Developmental Psychology*, 40(5), 868-881. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0012-1649.40.5.868>
- Mlinarević, V. (2004). Stilovi slobodnog vremena srednjoškolaca Slavonije i Baranje. *Pedagogijska istraživanja*, 1(2), 241-255. <https://hrcak.srce.hr/file/205503>
- Mlinarević, V., Miliša, Z. i Proroković, A. (2007). Slobodno vrijeme mladih u procesima modernizacije – usporedba slavonskih gradova i Zadra. *Pedagogijska istraživanja*, 4(1), 81-97. <https://hrcak.srce.hr/file/174925>
- Mullens, F. i Glorieux, I. (2023). Not enough time? Leisure and multiple dimensions of time wealth. *Leisure Sciences*, 45(2), 178-198. <https://doi.org/10.1080/01490400.2020.1805656>
- Neulinger, J. (1981). *The psychology of leisure: Research approaches to the study of leisure*. Charles C. Thomas.
- Plenković, J. (1997). *Slobodno vrijeme i odgoj*. Sveučilište u Zadru.
- Potkonjak, N. (ur.) (1989). *Pedagoška enciklopedija 2*. Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Opić, S. i Đuranović, M. (2014). Leisure time of young due to some-socio demographic characteristics. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 159, 546-551. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.422>
- Schmiedeberg, C. i Schröder, J. (2017). Leisure activities and life satisfaction: An analysis with German panel data. *Applied Research in Quality of Life*, 12(1), 137-151. <https://doi.org/10.1007/s11482-016-9458-7>
- Sharaievska, I. i Stodolska, M. (2017). Family satisfaction and social networking leisure. *Leisure Studies*, 36(2), 231-243. <https://doi.org/10.1080/02614367.2016.1141974>
- Sharp, E. H., Coatsworth, J. D., Darling, N., Cumsille, P. i Ranieri, S. (2007). Gender differences in the self-defining activities and identity experiences of adolescents and emerging adults. *Journal of Adolescence*, 30(2), 251-269. <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2006.02.006>
- Sharp, E. H., Tucker, C. J., Baril, M. E., Gundy, K. T. i Rebellon, C. J. (2015). Breadth of participation in organized and unstructured leisure activities over time and rural adolescents' functioning. *Journal of Youth and Adolescence*, 44, 62-76. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0153-4>
- Shin, K. i You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7(2), 53-62. <https://doi.org/10.1017/prp.2013.6>
- Smajović, A. (2023). Aktivnosti studenata u slobodno vrijeme. *Društvene i humanističke studije*, 1 (22), 339-356. <http://dhs.ff.untz.ba/index.php/home/article/view/5720/702>
- Stebbins, R. A. (2001). Serious leisure. *Society*, 38, 53-57.
- Stebbins, R. A. (2023). Leisure education in colleges and universities. *International Journal of the Sociology of Leisure*, 6, 15-26. <https://doi.org/10.1007/s41978-022-00111-z>
- Thulin, E. i Vilhelmson, B. (2019). More at home, more alone? Youth, digital media and the everyday use of time and space. *Geoforum*, 100, 41-50.

<https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2019.02.010>

Trainor, S., Delfabbro, P., Anderson, S. i Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of Adolescence*, 33(1), 173-186.

<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.013>

Van Langenhove, L. (1992). The identification and measurement of psychological aspects of leisure. *Leisure Studies*, 11(2), 147-156. <https://doi.org/10.1080/02614369200390051>

Zhang, J. i Zheng, Y. (2017). How do academic stress and leisure activities influence college students' emotional well-being? A daily diary investigation. *Journal of Adolescence*, 60, 114-118. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.003>

Zhou, B., Zhang, Y., Dong, E., Ryan, C. i Li, P. (2021). Leisure satisfaction and quality of life of residents in Ningbo, China. *Journal of Leisure Research*, 52(4), 469-486, <https://doi.org/10.1080/00222216.2021.1931989>



**Teaching (Today for) Tomorrow:  
Bridging the Gap between the Classroom and  
Reality**

3rd International Scientific and Art Conference  
Faculty of Teacher Education, University of Zagreb in  
cooperation with the Croatian Academy of Sciences and  
Arts

## **The prevalence of leisure activities - What is the significance of gender and faculty?**

### **Abstract**

The aim of the research was to examine the prevalence of leisure activities and the ways in which students spend their leisure time, in terms of their gender and the faculty attended. The research included 670 students (461 female students), from the first to fifth year of study. The sample comprised students from six faculties of the University of Zagreb – The Academy of Music (16.4%), The Faculty of Kinesiology (17.3%), The Faculty of Science (17%), The Faculty of Humanities and Social Sciences (16.3%), The Faculty of Education and Rehabilitation Sciences (16.1%) and The Faculty of Teacher Education (16.9%).

The obtained results have shown that students tend to spend their leisure time socializing with friends, listening to music and relaxing, and surfing the Internet. The least frequently mentioned leisure activities were involvement in student associations, doing yoga and dancing. Out of 42 variables of leisure activities, six composite variables were created: Cultural activities, Relaxation activities, Electronic media and the Internet, Useful activities, Sport, and Socializing and going out. A statistically significant difference was determined in the prevalence of leisure time in most of the activities, both in terms of students' gender and the faculty they attend. In comparison with their male colleagues, female students tend to spend more of their leisure time engaging in Cultural activities ( $M_f = 1.96$ ;  $M_m = 1.79$ ), Relaxation activities ( $M_f = 3.26$ ;  $M_m = 2.90$ ), Useful activities ( $M_f = 2.24$ ;  $M_m = 2.12$ ) and Socializing and going out ( $M_f = 3.05$ ;  $M_m = 2.78$ ). However, male students tend to spend more leisure time engaging in Sport ( $M_f = 1.98$ ;  $M_m = 2.13$ ) than their female colleagues. The results indicate significant differences in the prevalence of leisure activities in terms of the faculty attended, in all composite variables, except Electronic media and the Internet. Research results contribute to a better understanding of the way in which students spend their leisure time.

**Key words:**

faculty; gender difference; leisure time; students

**Revizija #3**

**Stvoreno 3 svibnja 2025 10:27:41 od Martina Gajšek**

**Ažurirano 3 svibnja 2025 10:31:32 od Martina Gajšek**