

**T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REKREASYON YÖNETİMİ ANA BİLİM DALI
REKREASYON YÖNETİMİ BİLİM DALI**

**BURDUR İLİNDEKİ DEVLET OKULLARINDA
ÇALIŞAN ÖĞRETMENLERİN REKREASYON
FAALİYETLERİNE KATILIMINA YÖNELİK
ENGELLERİN TESPİT EDİLMESİ**

**İSMAİL GEBEŞOĞLU
22811701902**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Mustafa Sabır BOZOĞLU**

KONYA-2025



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü



BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Öğrencinin	Adı Soyadı	İsmail GEBEŞOĞLU		
	Numarası	22811701902		
	Orcid ID	0000-0001-8368-5516		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı - Rekreasyon Yönetimi Bilim Dalı		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans	X	
		Doktora		
	Tez Danışmanı	Doç. Dr. Mustafa Sabır BOZOĞLU		
Tezin Adı	Burdur İlindeki Devlet Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımına Yönelik Engellerin Tespit Edilmesi			

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

İsmail GEBEŞOĞLU

İmzası



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü



ÖZET

Öğrencinin	Adı Soyadı	İsmail GEBEŞOĞLU		
	Numarası	22811701902		
	Orcid ID	0000-0001-8368-5516		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı - Rekreasyon Yönetimi Bilim Dalı		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans	X	
		Doktora		
	Tez Danışmanı	Doç. Dr. Mustafa Sabır BOZOĞLU		
Tezin Adı	Burdur İlindeki Devlet Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımına Yönelik Engellerin Tespit Edilmesi			

Bu araştırmanın amacı, Burdur ilinde devlet okullarında görev yapan öğretmenlerin rekreasyonel faaliyetlere katılımını engelleyen faktörleri belirlemektir. Serbest zamanın bireyin fiziksel, zihinsel ve sosyal bütünlüğünü destekleyici işlevi göz önüne alındığında, öğretmenlerin bu zamanı nasıl değerlendirdikleri ve karşılaştıkları engellerin tespit edilmesi önem arz etmektedir. Araştırma, nicel araştırma yöntemi ve betimsel tarama modeli çerçevesinde gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu ile birlikte Carroll ve Alexandris (1997) tarafından geliştirilen ve geçerliliği sağlanmış “Serbest Zaman Engelleri Ölçeği” kullanılmıştır. Burdur il merkezi ve ilçelerinde Millî Eğitim Bakanlığı’na bağlı okullarda görev yapan toplam 403 öğretmen araştırma örneklemini oluşturmaktadır. Elde edilen veriler t-testi ile değerlendirilmiştir.

Araştırma bulguları, öğretmenlerin rekreasyonel etkinliklere katılımında en belirleyici engellerin zaman yetersizliği, tesis eksikliği, ilgi ve arkadaş çevresi eksikliği ile maddi imkânsızlıklar olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca cinsiyet, yaş, medeni durum ve mesleki kıdem değişkenlerine göre bazı engel türlerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu doğrultuda, öğretmenlerin serbest zamanlarını daha verimli değerlendirebilmeleri için kurumsal desteklerin artırılması, tesis imkânlarının geliştirilmesi ve sosyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesi önerilmektedir. Araştırma, Burdur ili özelinde yürütülen ilk çalışma olması yönüyle literatüre katkı sunmakta ve ileride yapılacak çalışmalara öncülük etme niteliği taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, serbest zaman, öğretmen, katılım engelleri.



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü



ABSTRACT

Author's	Name and Surname	İsmail GEBEŞOĞLU		
	Student Number	22811701902		
	Orcid ID	0000-0001-8368-5516		
	Department	Department of Recreation Management-Recreation Management Science Branch		
	Study Programme	Master's Degree (M.A.)	X	
		Doctoral Degree (Ph.D.)		
	Supervisor	Doç. Dr. Mustafa Sabır BOZOĞLU		
Title of the Thesis/Dissertation	Identification of Obstacles about The Participation in Recreation Activities of Teachers Working in Public Schools in Burdur			

The purpose of this study is to identify factors that hinder teachers working in public schools in Burdur from participating in recreational activities. Given the supportive function of free time for individuals' physical, mental, and social integrity, it is crucial to identify how teachers utilize this time and the obstacles they face. The research was conducted using quantitative research methods and a descriptive survey model. The validated "Free Time Barriers Scale," developed by Carroll and Alexandris (1997), was used along with a demographic information form as data collection tools. A total of 403 teachers working in schools affiliated with the Ministry of National Education in Burdur city center and its districts constituted the research sample. The data obtained were analyzed by using t-tests.

Research findings revealed that the most significant barriers to teachers' participation in recreational activities are lack of time, lack of facilities, lack of interests and friends, and financial difficulties. Furthermore, significant differences were identified in some types of barriers based on variables such as gender, age, marital status, and professional experience. Therefore, it is recommended that institutional support should be increased; facilities should be improved and social support mechanisms should be strengthened to enable teachers to make more efficient use of their free time. As the first study conducted specifically in Burdur province, this research contributes to the literature and serves as a pioneer for future studies.

Keywords: Recreation, free time, teacher, barriers to participation.

KISALTMALAR

akt.: aktaran

Doç.: Doçent

Dr.: Doktor

ed.: Editör

NEÜ: Necmettin Erbakan Üniversitesi

p: İstatistiksel anlamlılık değeri (p-value)

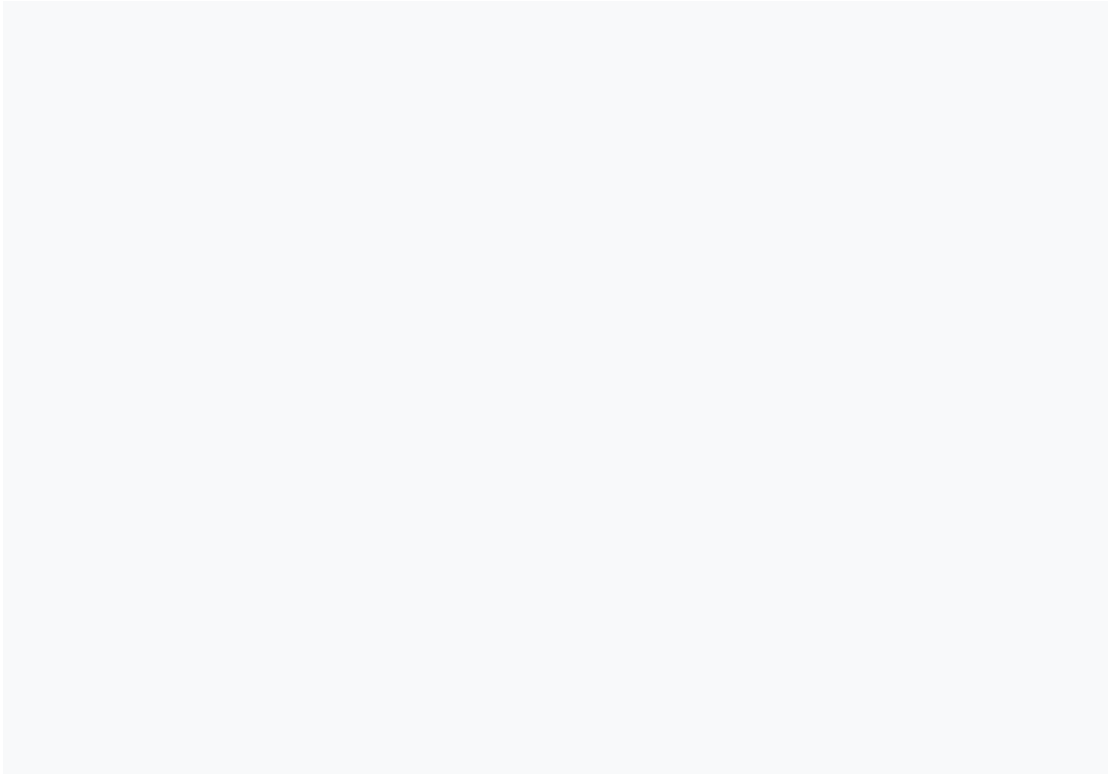
Prof.: Profesör

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences

TDK: Türk Dil Kurumu

vb.: ve benzeri

vd.: ve diğerleri



İÇİNDEKİLER

BİLİMSEL ETİK SAYFASI.....	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT.....	iv
KISALTMALAR	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ	x
ÖNSÖZ	xi
BİRİNCİ BÖLÜM	1
1.GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	4
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4.Sayıtlar.....	6
1.5. Sınırlılıklar.....	7
1.6. Tanımlar	7
İKİNCİ BÖLÜM.....	8
2. ZAMAN, SERBEST ZAMAN, REKREASYON KAVRAMLARI.....	8
2.1. Zaman Kavramı	8
2.1.1. Zaman Yönetimi.....	9
2.1.2. Zaman Türleri.....	9
2.2. Serbest Zaman Kavramı	10
2.2.1. Serbest Zamanın Tarihsel Gelişimi.....	12
2. 2. 2. Serbest Zaman Teorisinin Gelişim Süreci	15
2. 2. 2. 1. Serbest Zamanın İşlevselci, Yapısal Eleştiri ve Post-Modernist Teorileri	15
2. 2. 2. 2. Neulinger'in Serbest Zaman Teorisi	16
2. 2. 2. 3. Ciddi Serbest Zaman Teorisi	17
2.2.3. Serbest Zamanın Temel Fonksiyonları.....	18
2.2.3.1. Dinlenme (Kendini Bırakma) Fonksiyonu.....	18
2.2.3.2.Eğlenme Fonksiyonu.....	19
2.2.3.3. Gelişim (Kendini Geliştirme) Fonksiyonu	19
2.3. Rekreasyon Kavramı	20

2.3.1. Rekreasyonun Tarihsel Gelişimi	23
2.3.2. Rekreasyon Duyulan İhtiyaç.....	24
2.3.3. Rekreasyonun Sınıflandırılması	27
2.3.3.1. Mekânsal Açından Rekreasyon	27
2.3.3.1.1. Açık Alan Rekreasyonu	28
2.3.3.1.2. Kapalı Alan Rekreasyonu	29
2.3.3.2. Amaçlarına Göre Rekreasyon	29
2.3.3.3. Katılımcıların Sayısına göre Rekreasyon	30
2.3.3.4. Kişinin Etkinliğine Bağlı Rekreasyon	30
2.3.3.5. Katılımcıların Yaşlarına Göre Rekreasyon.....	31
2.3.3.6. Katılımcıların Zaman Seçimi Açısından Rekreasyon	31
2.3.3.7. Katılımcıların Milliyetlerine Göre Rekreasyon	32
2.4. Rekreasyonun Faydaları	32
2.4.1. Rekreasyonun Fiziksel Faydaları	33
2.4.2. Rekreasyonun Psikolojik Faydaları	33
2.4.3. Rekreasyonun Sosyolojik Faydaları.....	34
2.5. Rekreasyon Eğitimi ve Genel Eğitim Arasındaki İlişki.....	35
2.6. Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Engelleri	36
2.6.1. Bireysel Engeller	39
2.6.2. Bireylerarası Engeller.....	40
2.6.3. Yapısal Engeller	41
2.6.4. Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımı Etkileyen Diğer Faktörler	42
2.6.4.1. Yaş Engeli	42
2.6.4.2. Cinsiyet Engeli.....	43
2.6.4.3. Eğitim ve Maddi Durum Engeli.....	43
2.6.4.4. Kültür.....	44
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....	45
3. YÖNTEM	45
3.1. Araştırmanın Modeli	45
3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu.....	45
3.3. Veri Toplama Araç ve/veya Teknikleri.....	45
3.4. Verilerin Toplanması.....	45
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	54
4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	54
4.1. Katılımcı Özelliklerine Dayalı Bulgular (Tablo 1).....	54
4.2. Değişkenlere İlişkin Genel Dağılımlar (Tablo 2).....	54
4.3. Cinsiyete Göre Farklılıklar (Tablo 3)	55

4.4. Serbest Zaman Algısı ile Engel Düzeyleri Arasındaki İlişki (Tablo 4)	57
4.5. Katılım Biçimi ile Engel Algıları (Tablo 5).....	58
4.6. Sosyal Çevre Tercihi ile Engel Algıları (Tablo 6)	59
4.7. Tesis Tercihi ile Engel Algıları (Tablo 7).....	60
ÖNERİLER	63
KAYNAKLAR	64
EKLER	76

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Araştırma Grubuna Yönelik Betimleyici Bulgular (N = 403).	46
Tablo 2. Değişkenlere Yönelik Betimleyici Bulgular ve Normallik Analizi.	48
Tablo 3. Cinsiyete Yönelik T-Testi Bulguları.	49
Tablo 4. Günlük Serbest Zaman Süresinin Algılanan Yeterliliğine Yönelik T-Testi Bulguları.	50
Tablo 5. Rekreatyonel Faaliyetlere Katılım Tercihine Yönelik T-Testi Bulguları....	51
Tablo 6. Rekreatyonel Faaliyetlere Katılımda Sosyal Çevre Tercihine Yönelik T-Testi Bulguları.	51
Tablo 7. Tesis Tercihlerine Yönelik T-Testi Bulguları.	52

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Serbest Zaman Teorilerinin Gelişim Süreci	15
Şekil 2: Maslow'un İhtiyaçlar Piramidi	25
Şekil 3: Serbest Zamanın Olumlu-Olumsuz Kullanımı	26
Şekil 4: Rekreasyonun Faydalarına Yönelik Aktivite Örnekleri.....	32
Şekil 5: Rekreasyonel Spor Programlarına Katılımın Faydaları.....	35
Şekil 6: Serbest Zaman Engelleri Hiyerarşik Modeli.....	39

ÖNSÖZ

Bu çalışmamda bana destek olan ve rehberlik eden, en başından beri beni cesaretlendiren ve motive eden pek değerli danışman hocam Doç. Dr. Mustafa Sabır BOZOĞLU'na; bilgi birikimiyle ve tecrübesiyle yolumu aydınlatan değerli insan Prof. Dr. Fatma ARSLAN'a; anabilim dalında derslerini aldığım ve bana yüksek lisans eğitimimde çok şey katan değerli hocalarıma sonsuz sevgi, saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

Beni bugünlere getiren, her an yanımda olan ve desteklerini benden hiç esirgemeyen sevgili anne ve babama; tez boyunca bana gösterdiği sabrı ve destekleriyle yanımda olan hayat arkadaşım Gülsüm ÖREN GEBEŞOĞLU'na ve bana asıl hayat ve motivasyon kaynağı olan biricik oğlum Selim GEBEŞOĞLU'na sonsuz teşekkürlerimi ve sevgilerimi sunarım.

BİRİNCİ BÖLÜM

1.GİRİŞ

Zaman kavramı ile ilgili alan yazında farklı tanımlar bulunmaktadır. Türk Dil Kurumuna göre zaman bir işin, olayın geçtiği, geçeceği ve geçmekte olduğu süreyi, ayrıca olayların akış sırasını belirleyen sanal bir kavramdır (TDK, 2025). Zamanın akışı durdurulamaz, daha sonraya kullanılmak üzere depolanamaz veya biriktirilemez. Zaman her birey için aynı süreci ifade eden soyut bir kavramdır ama zamanın etkili kullanımı noktasında farklı bakış açılarına göre anlam kazanan göreceli bir yapıya sahiptir (Yaylı, 2024).

Bireyin iş hayatı, uyku ve diğer temel ihtiyaçlarının karşılandığı zamandan geriye kalan serbest zaman kavramı tamamen kişinin kendi takdir yetkisiyle sahip olduğu vakti ifade etmektedir (Meeras, 2010). Etkili serbest zaman yönetimi, insanlara tatmin duygusunu aşilayarak onların yaşam kalitesini artırır ve onlara daha mutlu, daha sağlıklı ve daha kendini gerçekleştirmiş bir benlik algısı kazandırır (Terzi vd., 2024). Bireyin kendisine kalan serbest zamanı nasıl değerlendireceği, bu zamanda ne tür aktiviteler yapacağı veya nasıl dinleneceği tamamen bireyin kendi elinde olan bir durumdur. Serbest zamandaki yapılacak aktiviteler televizyon izlemek, kitap okumak, müzik dinlemek gibi pasif aktiviteler olacağı gibi, dışarıda yapılan yürüyüş, koşu veya farklı nitelikteki aktif olarak değerlendirilebilecek faaliyetler de olabilmektedir (Park vd., 2017). Bu faaliyetler, bireylerin boş zamanlarında kişisel tatmin ve gönüllülük çerçevesinde yaptıkları rekreasyonel faaliyetlerdir (Güngörmüş, 2007). Bu doğrultuda, rekreasyonel faaliyetler, bireyin yoğun iş temposundan, çevresel etkilerden olumsuz etkilenen bedeninin ve ruhunun arındırılması için gerçekleştirilmesi gereken etkinliklerdir (Çetinkaya, Yıldız ve Özçelik, 2016). Serbest zaman aktivitelerine katılan bireylerin genel iyi oluş hallerinin ve refahlarının yükseldiği araştırmalarla kanıtlanmıştır (Terzi vd., 2024). Bu nedenle, insanlar arasında serbest zaman yönetiminin öneminin her geçen gün arttığı söylenebilir.

Günümüzde insanlar, kalabalıklaşan ve hayat şartlarının bozulduğu endüstriyel şehirlerde hayatta kalmaya çalışmaktadırlar. Doğa kirliliği her geçen gün

artmakta ve insanların temiz hava alacağı, iş zamanları dışında dinlenebilecekleri alanlar azalmaktadır. Böyle olunca da insanlar evlerinde kalmak ya da stresten kurtulabilecekleri ortamlar kurma arayışına girmektedirler. Bu nedenle de bedenin ve ruhun arındırılması için gerekli olan rekreasyon faaliyetlerine duyulan ihtiyaç her geçen gün artmaktadır. Rekreasyon kişisel olarak, insanların fiziksel ve ruhsal sağlık kazanmalarını sağlar ve sosyalleşmelerini destekler. Ayrıca, onların bir beceri geliştirmelerin yardım ederek özgün bir karakter edinmelerine olanak verir. İş hayatında daha etkili olunması, ekonomik güç sağlama ve insanı mutlu etmesi ise rekreasyonun diğer kişisel ihtiyaçlarıdır. Toplumsal dayanışma ve demokratik bir toplum oluşturma ise rekreasyona duyulan toplumsal yönden ihtiyaçlar olarak değerlendirilmektedir (Karaküçük, 2014, s. 81-86).

Ancak, bir davranışın veya etkinliğin meydana gelmesini önleyen sebeplerin bir araya gelmesiyle oluşan somut ve soyut bir yapı (Lapa ve Tercan, 2013: akt. Akyol ve Akkaşoğlu, 2020) olan engel veya engeller, bireylerin rekreatif etkinliklere katılmalarına, faaliyetlerden keyif almalarına ve dinlenmelerine yönelik sınırlayıcı etkenler olarak ortaya çıkmaktadır (Çetinkaya vd., 2016). Bu engeller, kişilerin serbest zaman aktivitelerine katılımlarını bireysel, bireylerarası ve yapısal olarak sınırlandıran etmenler olarak ifade edilmiştir. Bireysel engeller olarak stres, depresyon, kaygı gibi öznel değerlendirmeler kabul edilirken bireylerarası engellere ise evlilikte eşlerin karşılaştıkları engeller, arkadaşlık engelleri gibi faktörler örnek olarak verilebilir. Yapısal engeller ise maddiyat, tesis, imkânlar gibi etmenleri açıklar (Crawford ve Godbey, 1987).

Günümüzde modern eğitim, gençleri boş zamanları nasıl değerlendireceklerine dair hazırlarken onların hem kendilerine hem de topluma faydalı bireyler olarak kazandırılmalarını sağlar. Boş zamanlarda özellikle uygulamaya yönelik yapılan aktiviteler gençlerin genel anlamda iyi bir eğitime sahip olduklarını gösterir. İyi eğitim verilen gençlerin olduğu bir toplumda da refah ve yenilik seviyesi artar, böylece insanlar hem maddi yönden hem de boş zaman yönünden bir rahatlama yaşarlar (Karaküçük, 2014, s. 108-112). Bu hususta eğitim ve öğretim camiasının baş aktörü öğretmenlerin, serbest zamanlarını değerlendirme

biçimleri, serbest zamanlarında ne gibi rekreasyonel faaliyetler yaptıkları ve böylece öğrencilerine iyi örnek olmaları büyük önem arz eder.

Fakat öğretmenlerin rekreasyonel faaliyetlere katılmalarına yönelik birtakım engeller ortaya çıkmakta ve bu engeller onların rekreasyondan edinecekleri faydayı azaltmaktadır. Carroll ve Alexandris'in (1997) literatüre kazandırdığı "Serbest Zaman Engelleri Ölçeği" alt boyutlarından olan tesis, zaman, arkadaş eksiklikleri gibi engellerden dolayı öğretmenler istedikleri rekreasyonel faaliyetlerde bulunamazlar. Böyle olunca da iş, aile, günlük uğraş gibi etmenlerden dolayı ortaya çıkan yorgunluk, tükenmişlik, stres durumlarından kurtulabilecekleri bir ortama ulaşamazlar. Dinlenemeyen, kendisini yenileyemeyen, boş zamanında rekreasyonel bir faaliyette bulunamayan ve dingin bir kafaya sahip olamayan bir öğretmen ise öğrencilere faydalı olma noktasında sıkıntılar yaşar. Bu nedenle öğretmenlerin serbest zaman aktivitelerine katılımlarını engelleyen etmenlerin belirlenmesi ve bu engellere yönelik çözümlerin geliştirilmesi, öğretmenlerin kendi yaşam düzeylerini ve eğitim-öğretim kalitesini daha iyi seviyelere taşınmasına katkıda bulunacaktır. Literatürde öğretmenlerin rekreasyonel faaliyet engellerinin belirlenmesine yönelik araştırmalar yapılmış ve bu çalışmalar bulgu ve sonuçlarıyla tartışılmıştır. Alan yazında, Tayfun (2019) Lüleburgaz'da devlet okullarındaki ve özel okullardaki öğretmenlerle, Özsoy (2018) Ankara Sincan'daki beden eğitimi, müzik ve görsel sanatlar öğretmenleriyle, Gündüz (2010) ise İstanbul'daki farklı branştan kadın öğretmenlerle çalışmalar gerçekleştirmiştir. Ayrıca, bu konuda beden eğitimi öğretmenleriyle yapılan başka çalışmalar da mevcuttur. Örneğin, Zivaroğlu, vd.'nin (2023) İstanbul'da, Yağcı, vd.'nin (2023) ise farklı şehirlerdeki beden eğitimi öğretmenleriyle yaptıkları araştırmalar rekreasyonel faaliyetlere yönelik engeller konusunun geniş bir alana yayıldığını göstermektedir.

Bireylerin serbest zaman engellerine yönelik olarak daha önce farklı çalışma gruplarıyla da farklı evrende çalışmalar yapılmış ve farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Sucu (2023) tarafından yapılan çalışmada kadın çalışanların serbest zaman engelleri ve serbest zaman yönetim düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmiştir. Buna göre, Boş Zaman Engelleri Ölçeği'nden elde edilen puanlara bakıldığında tesis yetersizliği alt boyutunun en önemli etken olduğu, ilgi eksikliği alt boyutunun ise en

önemsiz etken olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan başka bir yüksek lisans çalışmasında Antalya ilinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda görev yapan öğretmenlerin rekreasyon etkinliklerine katılımları ve serbest zaman engelleri incelenmiş ve çalışma sonunda en önemli boş zaman engelinin “zaman” alt boyutu olduğu ifade edilmiştir (Dorul, 2017). Amerika’da Z Kuşağı’nın teknoloji kullanımının boş zaman engellerine yönelik etkisi üzerine bir yüksek lisans tez çalışması yapılmış ve iki farklı gruba yapılan çalışmada teknolojiyi en çok kullanan grubun boş zaman engellerini en yüksek düzeyde yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır (Goins, 2020, p. 38).

Bu araştırma tezi, bireylerin günlük yaşamlarında serbest zaman faaliyetlerine katılımlarını, rekreatif hizmetlerden faydalanmalarını ve rekreasyonel etkinliklerden keyif almalarını engelleyen etmenleri ortaya çıkarmaya çalışmıştır ve rekreasyon faaliyetlerini, faaliyetlerin yapıldığı rekreasyon alanlarını ve hizmetleri geliştirmeye yönelik neler yapılabileceği üzerine bir kılavuz niteliği taşımaktadır. Bu araştırma, üç bölümden oluşmuştur. Birinci kısım, tez konusunun kavramsal çerçevesini belirlemek açısından zaman, serbest zaman ile rekreasyon kavramını ve öğretmenlerin rekreasyon taleplerini incelemektedir. İkinci kısımda, öğretmenlerin rekreasyon taleplerinin belirlenmesi ve serbest zaman etkinliklerine katılmalarını engelleyen faktörlerin farklı değişkenlere göre incelenerek araştırılması, araştırmanın önemi ve modeli, hedefi, demografik bilgiler, veri toplama yöntemleri ve araçları, istatistik analizler, bulgular ve görüşler yer almaktadır. Çalışmanın üçüncü kısmında ise, uygulanan ölçeğin bulguları, alan yazında tartışılıp değerlendirilerek sonuç ve önerilerle sonuçlandırılmıştır.

Bu tez, Burdur ilindeki devlet okullarında çalışan öğretmenlerin rekreasyonel faaliyetlerine katılımına yönelik engellerin tespit edilmesini amaçlamaktadır. Bu engel olan faktörlerin farklı değişkenlere karşı incelenmesi hedeflenmiştir.

1.1. Problem Durumu

Öğretmenlerin rekreasyonel faaliyetlere katılamamalarında serbest zaman engelleri alt boyutlarından olan zaman, birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, arkadaş ve ilgi eksikliği, maddi yetersizlik faktörlerinin etkili olduğu Carroll ve Alexandris

(1997) tarafından geliştirilen ve daha önce yapılmış bazı çalışmalarda da kullanılmış olan “serbest zaman engelleri ölçeği” ile tespit edilmiştir. Farklı şehirlerde daha önce bireylerin rekreasyonel faaliyetlere katılımlarını engelleyen faktörler üzerine çalışmalar yapılmış ve bireylerin aktivitelere yeterli zaman ayıramadıkları, tesislerin yetersiz olması, ilgi eksikliği gibi etkenler tespit edilmiştir (Ayhan, 2017, s. 73; Özsoy, 2018, s. 43; Kara, 2022, s.105-106). Yapılan bu çalışma ile Burdur ilindeki Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı okullarda çalışan öğretmenlerin rekreasyonel faaliyetlere katılımlarını etkileyen engellerin neler olduğu ve serbest zaman engelleri alt boyutlarından hangilerinin daha etkili yaşandığı, bu engellerin üstesinden gelmek için neler yapılabildiği, imkânların nasıl geliştirilebildiği üzerine bir çalışma olarak literatüre kazandırılmıştır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı, Burdur il merkezinde Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı olarak görev yapmakta olan öğretmenlerin demografik özellikleri, rekreasyon hakkındaki bilgi düzeyleri ve rekreasyonel aktivite talepleri açısından rekreasyonel faaliyetlere katılımlarını engelleyen faktörleri belirlemektir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Öğretmenlerin eğitim-öğretim görevleri dışında kalan boş zamanlarını nasıl değerlendirdikleri onların hem şahsi hayatlarında hem de öğrencilerine daha iyi bir örnek olma noktasında önem arz etmektedir. Türkiye’de gencinden yaşlısına birçok birey işlerinden veya görevlerinden geriye kalan zamanlarında yenilenme, dinlenme açısından rekreasyonel faaliyetlere katılırlar. Ancak yeterli zaman, ilgi, maddi yetersizlik, arkadaş ve tesis eksikliği gibi engellerden dolayı aktif olarak rekreatif faaliyette bulunamadıkları da bazı çalışmalarda belirlenmiştir. Kara’nın (2022) çalışmasında Kahramanmaraş ilindeki orta yaş ve üstü bireylerin rekreatif faaliyetlere katılamama engelleri üzerine çalışma yapılmış ve engellerin belirlenerek ildeki rekreasyon alanlarının geliştirilmesi için belirlenecek unsurlar tespit edilmiştir. Başka bir çalışma ile Antalya ilinde görev yapan öğretmenlerin rekreasyonel faaliyete katılımlarını engelleyen faktörler belirlenmiş ve öğretmenlerin hem şahsi hayatlarında hem de öğrencilere daha faydalı olma noktasında bu engellerin ortadan kaldırılmasına yönelik neler yapılabileceği üzerine tavsiyeler verilmiştir (Dorul,

2017). Bu çalışmalardan yola çıkarak, Burdur ilinde bir çalışma grubuyla rekreasyonel aktiviteye katılım engellerinin belirlenmesi üzerine daha önce herhangi bir çalışma yapılmadığı tespit edilmiştir. Bu nedenle, yürütülen bu çalışma ile Burdur ilindeki öğretmenlerin rekreatif faaliyetlere katılımlarındaki engellerin tespit edilip onların rekreasyonun ve rekreatif faaliyetlere katılmanın kendilerine ne gibi olumlu yansımalarının olduğunu bilmeleri büyük önem arz etmektedir. Ayrıca Burdur ilinde yapılan bu çalışma, daha sonra farklı çalışma gruplarıyla yapılması için de bir ön araştırma özelliği taşıyacaktır. Çalışma sonunda Burdur ilinde görev yapan öğretmenler rekreasyonun ve rekreatif faaliyetlerin daha çok farkında olmuş ve kendilerine, ailelerine, arkadaşlarına, çevredeki diğer insanlara ve öğrencilerine karşı daha olumlu, faydalı ve sağlıklı bir ilişki içerisinde bulunma imkânına kavuşmuşlardır.

Araştırmanın amaçları doğrultusunda aşağıdaki araştırma soruları ortaya konmuştur:

- 1) Serbest zaman ve rekreasyon kavramları öğretmenler tarafından nasıl tanımlanıyor ve ne kadar biliniyor?
- 2) Öğretmenler serbest zamanda neler yapıyor ve nasıl vakit geçiriyor?
- 3) Öğretmenlerin rekreatif faaliyette bulunmalarına engel olan faktörler nelerdir?
- 4) Öğretmenler hangi mekânlarda rekreatif faaliyette bulunmaktan keyif alıyorlar?

Bu araştırma sorularına verilecek yanıtlar doğrultusunda elde edilecek verilere göre çalışma yürütülmüş ve sonraki yapılacak çalışmalara bir kılavuz niteliği taşıyacaktır.

1.4.Sayıtlar

Ankete katılan öğretmenlerin doğru ve güvenilir bilgiler vereceği varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma sadece Burdur ilindeki Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda görev yapan öğretmenlerle yürütülmüş, diğer illerdeki öğretmenlerle araştırma yapılmamıştır.

1.6. Tanımlar

Çalışmada kullanılacak bazı tanımlamalar aşağıda verilmiş ve tanımlamalar önemli olma durumlarına göre oluşturulmuştur.

Serbest Zaman: TDK'ye göre serbest zaman çalışma zamanı dışında özgürce geçirilen zamandır (TDK, 2025).

Rekreasyon: TDK'ye göre rekreasyon, gönüllülük içeren, insanların boş zamanında eğlence ve spor maksadıyla yaptığı faaliyetlerdir (TDK, 2025).

Serbest Zaman Engelleri: Bir bireyin denemek istediği bir aktiviteye katılımını engelleyen veya sınırlandıran faktörlerdir (Mehlhaf, 2019).

İKİNCİ BÖLÜM

2. ZAMAN, SERBEST ZAMAN, REKREASYON KAVRAMLARI

2.1. Zaman Kavramı

Zaman kavramı hakkında, yıllar boyunca farklı tanımlamalar ve açıklamalar yapılmıştır. Zaman, bir işin veya eylemin geçtiği, geçeceği veya geçiyor olduğu bir süreyi ifade eder. Ayrıca, düzenli olarak gerçekleşen gök olaylarının akış sırasını belirleyen sanal bir kavramdır (TDK, 2025). Zamanın soyut bir ifade olduğu ve insanların doğumundan ölümüne kadar geçen bir süreci ifade ettiği belirtilmiştir (Demiral, 2018, s. 4). Zaman, bütün insanların aynı biçimde sahip olduğu eşsiz bir kaynaktır. Zaman, bir makine, herhangi bir malzeme veya para gibi biriktirilemez, çoğaltılamaz veya ertelenemez bir olgudur (Akatay, 2003). Zaman bilinçli olarak deneyimlemeye bağlı değildir ve nesnedir (Litchfield ve Chater, 2007). Bu açıklamaya göre zaman, herkes için aynı şekilde ilerler ve 24 saat her birey için bir günü ifade eder.

Başka bir tanımda ise, zamanın algıya göre değişebildiği ve bireylerin deneyimine göre tasarlanabilir bir kavram olduğu ifade edilir. Yani zaman doğası gereği doğrusal ve değiştirilemez olarak görülür fakat insanlar yaşadıkları zaman içinde sonsuz deneyim ve tasarım imkânına sahip olabilmektedirler (Hancock, 2018). Buna göre, zamana müdahale edilemez ancak zaman belirli bir çabayla kontrol altına alınabilir (Sucu, 2023). Her bireyin zamanı kullanma ve değerlendirme biçimi farklı olabilir. Bu nedenle zamanın durdurulamayan yapısı, kişilerin tercihlerine göre olumlu zaman kullanımı veya olumsuz zaman kullanımı şeklinde ifade edilebilir.

Aristo ise zamanı, “hareket” ile bir takip ilişkisi içinde olduğu şeklinde yorumlamıştır. Bir hareketin olduğu ortamda zamanın varlığından söz etmektedir. Bu doğrultuda, zamanın bir eylemi veya hareketi takip ettiğini ve hareket olduğu sürece zamanın varlığının söz konusu olduğunu savunmuştur (Winston, 2025, s. 107). Zamanın hareketle veya eylemle olan ilişkisine bakılacak olursa, zamanın her birey tarafından algılanışı farklı cereyan etmektedir. Çünkü her birey farklı harekette veya eylemde bulunacak olup içinde var olduğu zamanı farklı şekillerde kullanacaktır.

2.1.1. Zaman Yönetimi

Zaman yönetimi, var olan zamanda yapılması gereken şeylerin yönetilme süreci şeklinde ifade edilir (McLaughlin, 1991; akt. Litchfield ve Chater, 2007). Ayrıca zaman yönetimi, herhangi bir faaliyete yapılan yatırımlarla hem kurumsal performansın hem de üretkenliğin artırılması için kişisel ve profesyonel araçların hedeflere ulaşma noktasında kullanılmasıdır (Wise, 1995; akt. El-Shaer, 2015).

Zamanın verimli kullanılması zaman yönetiminin etkili bir şekilde yürütüldüğünü gösterir. Zaman yönetimi, zamanın artmasına değil bireyin yaşam kalitesinin artmasına sebep olacaktır. Zamanı verimli kullanmak zaman yönetiminin doğru bir şekilde uygulandığını gösterir ve birey bu durumdan son derece olumlu etkilenecektir. Zamanın etkili bir şekilde kullanılması hem birey için hem de çevresi için büyük faydalar sağlayacaktır (Zyoud, 2023). İyi bir zaman yönetimi, bireyin işiyle alakalı iş yükünü azaltmayabilir ancak zamanın doğru kullanımı noktasında kontrol kurmasını sağlayıp üzerindeki baskıyı, stresi azaltacaktır (Higazee vd., 2018). Böylece birey hayattan alacağı yaşam zevkini eşine, çocuklarına, iş arkadaşlarına ve çevresine yansıtacak, bu şekilde hem kendisi hem de çevresi için daha sağlıklı, mutlu bir gelecek inşa edecektir. Ancak zamanın iyi yönetilememesi, bireyde stres, yorgunluk, kendisinin işiyle ilgili tatminsizlik ve çevresine karşı bazı olumsuz sonuçlara neden olacaktır (Litchfield ve Chater, 2007). Bu nedenle zaman yönetimi toplumda yaşayan her birey için son derece önemlidir, çünkü zaman yönetiminin getireceği olumlu veya olumsuz her türlü süreç hem bireyin kendisini hem de çevresindekiler üzerinde etkiler oluşturacaktır.

2.1.2. Zaman Türleri

Zaman nesnel ve soyut bir kavram olmasına rağmen her birey tarafından farklı şekilde algılanmakta bu nedenle farklı zaman türleri alan yazına girmektedir. Zaman türleri fiziksel zaman, biyolojik zaman ve psikolojik zaman şeklinde kabul edilmiştir. Fiziksel zaman tamamen saatle ölçülen geçmişten geleceğe kadar uzanan bir süreci ifade etmektedir. Biyolojik zaman ise canlıların tamamen biyolojik sistemlerinin doğumundan ölümüne kadar geçen işleyişini, organların bebeklikten ölüme kadar uzanan biyolojik saat sürecini temsil eder. Yemek yeme, uyuma, uyanma, tuvalet gibi bireyin alışkanlıkları biyolojik zamanla ilgilidir ve biyolojik

zaman tamamen fiziksel zamanın içerisinde gerçekleşir. Biyolojik zaman da fiziksel zaman gibi sürekli olan bir zamanı ifade eder. Psikolojik zaman ise kişiden kişiye zamanın algılanışının farklılaştığı tamamen bilinç tarafından gerçekleştirilen deneyimlerin olduğu öznel zaman anlamına gelir (Passig, 2004). Zaman türlerinin bu şekilde sınıflandırılması, zamanın hem nesnel hem de öznel tarafının var olduğu bilgisini verir.

Her bireyin yaşadığı fiziksel, biyolojik ve psikolojik zaman içerisinde ayırabildiği veya ayırması gerektiği zaman dilimleri mevcuttur. Bu hususta serbest zaman kavramının ayrıntılarıyla açıklanması yerinde olacaktır.

2.2. Serbest Zaman Kavramı

“Serbest zaman” kelimesi Latince “licere” kelimesinden ortaya çıkmıştır. “Licere” kelimesi ise “özgür olmak” veya “izin verilmek” anlamlarında kullanılmıştır. Fransızca’da boş zaman anlamına gelen “loisir” ve İngilizce’de izin anlamına gelen “licence” arasında bir bağlantı olduğu düşünülmüş ve “serbest zaman” kavramının anlamı kısıtlamalardan arınan özgürlük, seçme fırsatı, işten sonra kalan zaman veya zorunlu sosyal görevler yerine getirildikten sonra kalan serbest zaman şeklinde ifade edilmiştir. (Torkildsen, 1999; akt. Meeras, 2010). Serbest zaman, bireyin durulma halinin olduğu ve özgürce davrandığı bir zaman dilimidir. Zorunlu eylemlerin ortadan kalktığı, rahat ve özgürce davranış biçiminin var olduğu bir süreci ifade eder (Human Kinetics, 2013: p. 5). Diğer bir deyişle serbest zaman, bireyin bulunduğu zaman diliminde ne yapacağı konusunda takdir yetkisinin kendisinde olduğu vakittir (Tribe, 2020).

Günümüzdeki modern toplumlarda iki farklı yaşam alanı oluşmuş ve bu yaşam alanlarının kendilerine özgü kurallar biçimi ortaya çıkmıştır. Çalışma hayatı bu yaşam alanlarından birisi olmuş ve çalışma hayatında zamanın kullanımı kurallara bağlanmıştır. Bu da çalışan bireyler üzerinde bir baskı oluşturmaktadır. Bu baskıyı ortadan kaldırmak için insanların doğaçlama yaşadıkları, kendi tercihlerini ve özgür davranışlarını ortaya koyabilecekleri serbest zaman kavramı insanların hayatında bir diğer yaşam alanı olmuştur (Çelik, 2018). Bu ifadelerden yola çıkarak denilebilir ki, serbest zaman bireyin bir özgürlük içinde olduğu, çalışma hayatından, günlük

işlerinden, aileyle vakit geçirmek, yemek vb. gibi kişisel ihtiyaçları dışında kalan zamanı temsil eder.

Serbest zaman kavramı üzerine birçok açıklama yapılmış ve bazı çalışmalarda “serbest zaman” kavramı yerine “boş zaman” kavramı kullanılmıştır. Son yıllarda yapılan çalışmalarda görülmektedir ki, “serbest zaman” kavramının alan yazında daha fazla geçtiği tespit edilmiş ve “boş zaman” kavramının farklı bir anlama gelmediği görülmüştür (Beşikçi, 2020, s. 19). Bu nedenle bu çalışmada “serbest zaman” kavramı tercih edilmiştir. Zaten İngilizce “leisure” kelime kavramının açıklamalarına bakıldığında “serbest zaman” ile aynı anlamlarda kullanıldığı yabancı çalışmalarda görülmüştür. Bir çalışmada serbest zaman, zorunluluktan uzaklaşma ve bireyin kendini gerçekleştirme için fırsatlar sunma aracı olarak görülmüş (Torkildsen, 1999; akt. Meeras, 2010) başka bir çalışmada ise işsiz kalmanın veya çalışmamanın tamamen serbest zamana yol açmayacağı düşünülmüştür. Çünkü istemeden ortaya çıkarılan serbest zaman, içten gelen bir özgür irade ile değil, dışarıdan gelen bir zorunluluktan dolayı meydana gelmektedir. Serbest zamanın hayata dair bir yaklaşım tarzı, hayatlarımızın yükümlülüklerinden ayrılan bir parçası olduğu düşünülmektedir (Meeras, 2010). Böylece “serbest zaman” kavramının bizzat özgür bir irade ile bir işin veya zorunluluğun dışında kalmayı tanımladığı sonucuna ulaşılmaktadır. Böylece yabancı çalışmalarda “leisure” kavramının “serbest zaman” anlamına geldiği gerçekleştirilmiş olmaktadır.

Serbest zaman kavramıyla ilgili olarak başka bir ifade de, bireyin kusurlarını fark edebilmesi, o kusurları giderebilmek adına kendini geliştirme yoluna gitmesi, böylece rahatlayarak daha memnun olacağı bir yaşam tarzını benimsemesi hedeflenmektedir. Örneğin, yapılan bir çalışmada öğrencilerin serbest zamanlarında düzenli egzersiz yapmaları sonucunda kendilerini daha iyi hissettikleri, sosyal bir çevre oluşturabildikleri ve egzersiz yaparken kendilerini daha özgür hissettikleri tespit edilmiştir (Doğaner ve Balcı, 2017). Buradan hareketle, bireyler serbest zamanda eksiklerini giderebilmiş, kendilerini geliştirmiş ve daha mutlu olacakları bir hayata tutunmuşlardır. İşlerinden, zorunlu ihtiyaçlarından kalan serbest zamanı verimli bir şekilde kullanma yoluna giderek bireyler yaşamlarında daha motive olmaktadır. Bir okulda öğrencileriyle buluşacak olan öğretmenin serbest zamana

sahip olması onun öğrencileriyle buluştuğunda daha dinlenmiş bir yapıda olacağı, enerjisiyle, neşesiyle öğrencilere daha faydalı olacağı gerçeği kabul edilmektedir. Böylece yarının geleceği çocukların, gençlerin de daha iyi eğitim ve öğretim almaları sağlanmış olacaktır.

2.2.1. Serbest Zamanın Tarihsel Gelişimi

Serbest zaman, insanlık tarihinin başlangıcından bu yana beri yeme, içme, barınma, hayatta kalma süreçleri dışında kalan dinlenme, eğlence gibi aktivitelere vakit ayırma amacıyla hep var olmuştur. Serbest zaman kavramının öncüsü sayılan Aristo, bireyin mutluluğunu sağlamada serbest zamanın önemini vurgularken (Murphy, 1974; akt. Hou, 2003, s. 16) benzer şekilde Platon da serbest zaman sırasında insanların kendini geliştirme ve ifade etme olanağı bulduklarını belirtmiştir. Plato ayrıca, serbest zamanın özünde iyi olduğunu ve insan faaliyetlerinin en yüksek noktasına ulaşma noktasında kendi başına bir amaç olduğu düşüncesini paylaşmıştır (Kelly ve Freysinger, 2000; akt. Hou, 2003, s. 16). Özellikle sanayileşme ile birlikte 19. yüzyıldan itibaren toplum yapısında köklü değişiklikler meydana gelmiş ve eski çağlardan gelen sosyal, ekonomik, hukuksal ve siyasi unsurlar sanayi çağına uygun yeni normlar ile yer değiştirmiştir. Bu unsurlardan zaman ve anlam oluşturma süreçleri bu değişen normlar arasındadır. Bu değişikliklerle ilgili olarak, tarımla ilgilenen toplumların mevsimlere göre olan döngüsel zaman algısı yerine, doğrusal ve tekrarsız bir şekilde akan zaman algısı gün yüzüne çıkmıştır. Geleneksel bir doğrultuda yaşanan hayatların yerini de anlam oluşturma süreçleri ile ilişkili olarak üretim ve tüketimin varlığında gelişen ve insanların bilinçli olarak kontrol edebildiği bir yaşantı almıştır. Böylece, bu bilinçle üretime ve kâra dayalı işleyen sanayi toplumunda çalışan bireylerin daha verimli olmalarını sağlamak için çalışma saatleri dışında serbest zaman olgusu ortaya çıkmıştır (Çelik, 2018). Serbest zamanın ortaya çıkışıyla insana verilen değer de nispeten arttığı söylenebilir çünkü insanlar çalışma dışında kendilerine ait bir zaman ayıracaklar ve böylece dinlenmiş bir şekilde daha motive olarak işlerine geri dönebileceklerdir. Bireyler kendilerine, ailelerine, çevrelerine ve topluma daha faydalı olabilecektir.

Sanayi devriminin getirdiği toplumsal, siyasal, ekonomik, kültürel değişiklikler neticesinde insanların serbest zamanlarını geçirebilecekleri işletmeler

artırma yoluna gitmiş ve böylece ekonominin işlerliği yolunda serbest zamanın büyük etkisi olmuştur. Sinema, dans, tiyatro ve tatil gibi etkinlikler 19. yüzyılın sonlarından itibaren yaygınlaşmış, böylece insanların serbest zamanlarını değerlendirebilecekleri özelliğe kavuşmuşlardır (Juarez, 2021). Bu tür serbest zaman alanlarının ortaya çıkışı insanların hem sosyalleşmesini sağlamış hem de yeni bilgiler, kültürler öğrenmelerine katkıda bulunmuştur.

İkinci Dünya savaşından sonra teknolojinin gelişmesi ile insan iş gücüne duyulan ihtiyacın azalması ile insanların boş zamanları daha da artmış ve bu da serbest zamanın değerlendirme biçiminin önemini artırmıştır. Serbest zamanı değerlendirme anlayışına verilen önemin artması dünya genelinde bazı kurumsal adımlara başlanmasına neden olmuştur. 1952 yılında Dünya Serbest Zaman Örgütü (World Leisure Organization, 2025), dünyanın dört bir yanından bireylerden ve kuruluşlardan oluşturularak kurulmuştur. Hükümet dışı olan bu kuruluş, Birleşmiş Milletler Ekonomik ve Sosyal Konseyinin danışmanlığındadır ve bu kuruluş ile Konsey ortaklık yapmaktadırlar. Dünya Serbest Zaman Örgütü, serbest zaman aktivitelerinin iyi seçilerek ve değerlendirilerek çocukluktan yaşlılığa kadar herkes için hayat kalitesini iyileştirdiğini ifade etmiştir. Ayrıca bu kuruluş, serbest zamanın sürdürülebilir bir çevresel kalkınmaya olan büyük etkisini gözler önüne sermektedir. Örgüt, kuruluşundan beri kültürel kimlikleri zenginleştirmeye, insan ruhunu aktifleştirmeye, dünya genelinde ekonomik büyümeyi teşvik etmeye, serbest zamanın faydalarının anlaşılmasına kararlı olduklarını bildirmiştir. Böylece serbest zaman Batıda daha çok gelişme göstererek tüm dünyada bir farkındalık olarak çalışan kesim tarafından benimsenmiştir.

Türkiye’de ise serbest zaman alanında yapılan çalışmalar daha çok Cumhuriyetin ilk yıllarında başlamıştır. 1936 yılında Almanya’nın Hamburg şehrinde II. Uluslararası Dünya Serbest Zaman ve Rekreasyon Kongresi düzenlenmiş, kongreye Türkiye’den Vildan Aşır Savaşır katılmış ve böylece serbest zaman çalışmalarına yönelik ilgi Türkiye’de başlamıştır (Bericht, 1936; akt. Ekinci, 2024). Bu artan ilgiyle birlikte 1946 yılında Sait Kandan tarafından “İşçilerin Boş zamanlarını En İyi Kullanmaları Meselesi” adlı makale Türkiye’de yazılan ilk serbest zaman çalışması olarak kayda geçmiştir. Ayrıca, Prof. Dr. Nermin Abadan ise 1961

yılında serbest zaman üzerine yazılan ilk araştırma kitabı olan “Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Faaliyetleri” adlı çalışmayı kaleme almıştır (And, 1972; akt. Ekinci, 2024). Görüldüğü gibi Türkiye’de uzun yıllar önce serbest zaman çalışmaları başlamış ve ülke genelinde eğitim seviyesinin yükselmesiyle birlikte serbest zamana verilen ilgi günden güne artmıştır (Bayturan, 1995, s. 27). Bu artışta serbest zamana duyulan ihtiyacın rolü büyük olmuştur çünkü kalabalıklaşan nüfus içinde her ne kadar yapılan bir işi yapan paydaşlar artsa da kalabalığın insanlar üzerinde yaratacağı baskı bireyde bir serbest zaman yaratma, serbest zamanı değerlendirme veya farklı aktivitelerde bulunma ihtiyacını büyük oranda doğurmuştur. İşte Türkiye’de gelişen teknoloji, bireylerin sağlıklarına, fiziksel görünümüne daha çok dikkat etme isteği ile birlikte serbest zamanın önemi artmış ve daha fazla çalışma yapılmaya başlanmıştır. Özellikle üniversite öğrencilerinin serbest zaman aktivitelerinin belirlenmesi, bazı meslek gruplarından olan öğretmenlerin, üniversitedeki öğretim görevlilerinin, kadınların vb. kişilerin serbest zaman aktivitelerinin tespit edilmesi veya serbest zaman aktivitelerine katılımı engelleyen faktörlerin incelenmesine yönelik çalışmalar yapılmış ve yapılmaya devam etmektedir. Bu da Türkiye’de serbest zaman ve rekreasyon faaliyetlerinin gelişmekte olduğunu göstermektedir. Örnek olarak Uslu (2023) tarafından “Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımındaki Fayda, Serbest Zaman Doyumu Düzeyleri İle Bilişsel Esneklikleri Arasındaki İlişki” konusunda bir doktora tezi yazılmıştır. Ayrıca Güler’in (2017) “Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Boş Zaman Engellerinin Boş Zaman Motivasyonlarına Etkisinin Araştırılması (Bartın Üniversitesi Örneği) isimli yüksek lisans tezi, Önen (2023) tarafından yazılan “Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Motivasyonları İle Rekreasyonel Etkinliklere Katılımına Engel Olan Faktörlerin İncelenmesi” adlı tez çalışması gibi araştırmalar yürütülmüştür. Bu çalışmalar serbest zaman ve rekreasyon hakkında Türkiye’de ilerlemeler olduğunu, araştırmaların arttığını ve insanların serbest zaman farkındalığı konusunda daha da bilinçlendiğini göstermektedir.

2. 2. 2. Serbest Zaman Teorisinin Gelişim Süreci

Serbest zaman kavramıyla ilgili farklı görüşler ve teoriler ortaya çıkmıştır. Bu teoriler, serbest zaman kavramının gelişiminde önemli rol oynamıştır. Genelde teori kavramı her şeyi kapsayan ve önemli fikirleri açıklayan şekliyle açıklanırken, serbest zaman teorileri daha sınırlı ve sade bir şekilde ifade edilmektedir (Henderson, Presley ve Bialeschki, 2004).

2. 2. 2. 1. Serbest Zamanın İşlevselci, Yapısal Eleştiri ve Post-Modernist Teorileri

Rojaek (1997) insanların mevcut serbest zamanlarının değişmesinin sebebi olarak, yalnızca bireylerin kendi seçimleri, özgürlük ve özyönetim kavramlarıyla açıklanamayacağını ifade etmiştir. Bu nedenle 2. Dünya Savaşı sonrası ortaya çıkan serbest zaman teorisinin işlevselcilik, yapısal eleştiri ve günümüz döneminin post-modernist aşamalarını açıklamıştır (akt. Henderson vd., 2004).

Kuramsal Yaklaşım	Zaman Aralığı	Odak Noktası	Temel Varsayımlar ve Özellikler
İşlevselcilik (Functionalism)	1945–1975	Birey	Serbest zaman bireysel olarak değerlendirilir. Toplumsal yönden bağımsızdır. Toplumsal bütünleşmeye destek olur.
Yapısalci Eleştiri (Structuralism)	1975–1990	Toplumsal yapılar, eşitsizlikler	Bireyin davranışları, dışsal yapısal güçler (sınıf, cinsiyet, vb.) tarafından şekillendirilir.
Postyapısalcilik / Postmodernizm	1990 ve sonrası	Anlam, farklılık, kimlik, bireysellik	Yapısal kategoriler (sınıf, cinsiyet, vb.)’e karşı eleştirel bakış açısı benimser.

Şekil 1: Serbest Zaman Teorilerinin Gelişim Süreci (akt. Henderson vd., 2004).

Şekil 1’e göre, serbest zamanın işlevselcilik yaklaşımında birey ön plandadır. Toplumsal bütünleşme için bireysel düzeyde katılım sağlanmaktadır. Yapısalci eleştiri teorisinde ise bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılımına dair tercihleri cinsiyet, sınıf gibi değişkenlere bağlı olarak gerçekleşir. Post-modernist yaklaşım incelendiğinde, bireyin serbest zaman aktivitelerine içsel katılım talepleri her zaman karşılanmayabilir. Günlük yaşam değişkendir ve bu nedenle farklılıklar görülmesi normal olarak kabul edilir.

2. 2. 2. 2. Neulinger'in Serbest Zaman Teorisi

Neulinger'in faydacı olmayan boş zaman teorisine göre, serbest zamanın bireye bir fayda sağlama gibi amacı yoktur, bu nedenle aktiviteleri gerçekleştirirken bir doğrulama gerektirmez. Bu durum kişilerde serbest zamanlarını değerlendirirken bir rahatlık oluşturmaktadır. Neulinger, İnsanların serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerine göre, içsel motivasyon ve dışsal motivasyon kavramlarını ortaya atmıştır. Bireyin kendi öz iradesiyle katılım sağladığı aktiviteler için içsel motivasyonu; para, arkadaş gibi dışsal faktörler nedeniyle katılım sağladığı aktiviteler için ise dışsal motivasyonu tanımlamıştır. Her iki aktivite türünün de bireylerde motivasyon sağladığı kabul edilmiştir ancak en çok hem dışsal hem de içsel motivasyon kaynaklarının aynı anda bulunduğu aktiviteler daha etkili olmaktadır (Neulinger, 1981; akt. İskender, 2017).

Neulinger'in serbest zaman teorisine göre, saf serbest zaman aktiviteleri bireylerin tamamen içsel motivasyonla katıldıkları ve kendilerini daha iyi hissettikleri etkinlikler olurken, serbest zaman ve çalışmanın bir arada olduğu aktivitelerde içsel güdüler vardır ve dışsal bir ödül ortaya çıkar. Örneğin, insanların spor yaparak bundan haz alması içsel bir etken oluştururken, daha sağlıklı ve fit bir yapıya sahip olması dışsal bir ödül olarak açıklanabilir. İnsanların sadece kilo vermek ve daha sağlıklı olmak amacıyla yaptıkları aktiviteler için ise tamamen dıştan gelen etkenlerden söz edilebilir. Bu aktivitelere katılımda bireyin tamamen kendi özgür iradesi rol oynar. Fakat eğer bir zorunluluktan doğan ve serbest zaman dışında gerçekleştirilen bir iş veya eyleme dahil olunursa, kişiler yine içsel bir motivasyon sağlayabilir. Örnek vermek gerekirse, profesyonel bir sporcu mesleği gereği iyi performans gösterir ve sonucunda başarıya ulaşırsa bundan büyük bir mutluluk duyar. Ancak burada saf serbest zamandan söz edilmez, onun yerine iş veya eylemden söz edilir. Ayrıca bireylerin yine zorunluluktan yaptıkları birtakım iş veya eylemler sonucunda içsel güdülenmenin olmadığı durumlarda bir kazanç sağlama amacı vardır. Burada içsel motivasyonun olmadığı ve yalnızca dışsal bir ödülün ortaya çıkacağı saf iş faktörü ifade edilir (Beşikçi, 2020, s. 38-39).

2. 2. 2. 3. Ciddi Serbest Zaman Teorisi

Başka bir serbest zaman teorisi de Stebbins tarafından geliştirilen “ciddi” (serious) ve “sıradan” (casual) serbest zaman teorileridir. Serbest zamanın ciddi, gündelik ve proje tabanlı unsurlarının ayırt edici ve benzer özelliklerini aynı anda taşıması ile ortaya çıkan teorik çerçeve, “ciddi serbest zaman” şeklinde ifade edilmiştir. Ciddi serbest zaman aktivitelerine katılan bireyler, faaliyetin gerçekleştirilmesinden dolayı önemli bir tatmin duygusuna sahip olurken, sıradan serbest zaman aktivitelerinden ise böyle bir duyguya sahip olmak mümkün değildir. Bu nedenle, ciddi serbest zamanın kişiler üzerinde çeşitli olumlu psikolojik durumlar oluşturduğu vurgulanmıştır (Stebbins, 2014). Ciddi serbest zamanı, sıradan serbest zamandan ayıran altı önemli özellik bulunmaktadır. Stebbins (1982) bu özellikleri aşağıdaki şekilde ifade etmiştir:

- 1) Ciddi serbest zamanda aktivitelere yönelik nadiren ısrar etme ihtiyacı vardır,
- 2) Ciddi serbest zamana yönelik etkinlik gerçekleştiren amatör bireylerin, hobi sahiplerinin ve gönüllü katılımcıların aktiviteleri sürekli yaparak bir meslek edinme çabası içinde oldukları görülür,
- 3) Bireylerin ciddi serbest aktiviteleri gerçekleştirerek ulaşacakları kariyer fırsatları için çoğunlukla etkinlikle ilgili özel bir bilgiye, eğitime ya da yetenek odaklı çabaya gereksinim vardır,
- 4) Ciddi serbest zaman aktivitesi yapan amatör bireyler tarafından keşfedilen kendini gerçekleştirme, geliştirme ve yenileme, başarma duygusu, benlik algısı gelişimi, kendini ifade etme, sosyal etkileşim, aidiyet duygusu ve etkinliklerden elde edilen fiziksel sağlık gibi kalıcı faydalar sağlanmaktadır,
- 5) Ciddi serbest zaman aktivitelerini diğerlerinden ayıran başka bir özellik de onların sahip olduğu ahlaki anlayışın varlığıdır. Öyle ki, ciddi serbest zaman faaliyetlerine katılan bireyler aktiviteler sonucunda özel inançlar, değerler, ahlaki ilkeler, kültürler geliştirmektedirler,
- 6) Ciddi serbest zaman etkinliklerine katılan bireyler, yaptıkları eylemlerle güçlü bir bağ kurma anlayışına sahip olmuşlardır. Bu bireyler

gerçekleştirdikleri çabaları, etkinlikleri ortamdaki insanlara heyecanla anlatmaktan büyük keyif almaktadırlar.

2.2.3. Serbest Zamanın Temel Fonksiyonları

Günümüzde daha modern çalışma koşullarıyla birlikte daha düzenli, disiplinli, kuralcı ve zorunlu bir iş hayatı gündeme gelmiş, bununla birlikte iş dışı alanda yapılabilecek bir yaşam alanı oluşmuştur (Kraus, 1998: 186-188; akt. İskender, 2017). Bu yaşam alanı serbest zamanın temel işlevlerini gerçekleştirmek için önem arz etmektedir. Serbest zamanı inceleyen sosyologlar, serbest zamanın bireye yönelik avantaj sağladığı bazı işlevleri tanımlamışlardır (Sewell, 1983, p. 94). Bu işlevler sayesinde, bireyler serbest zamanlarını daha etkili ve istenilen düzeyde değerlendirmiş ve böylece hem bireyin hem de toplumun yaşam kalitesinde iyileşmeler olmuştur. Bu işlevler, serbest zamanın temel fonksiyonları şeklinde adlandırılmış ve serbest zamanın üç tane fonksiyonunun tanımı yapılmıştır. Bu fonksiyonlar sırasıyla; dinlenme veya kendini bırakma fonksiyonu, eğlenme fonksiyonu ve kendini geliştirme ya da gelişim fonksiyonudur (Uluç, Uluç ve Atçeken, 2024).

2.2.3.1. Dinlenme (Kendini Bırakma) Fonksiyonu

Günlük hayatın koşturmasından ara vermek, istirahat etmek, insanın kendini dinlemesi ve dinlendirmesi bireye bir dinginlik kazandıracaktır. Bireyin serbest zamanda yapacağı dinlenme, bünyesinde bulunan sinirin, gerginliğin, yorgunluğun ve stresin yatışmasını, böylece rahatlamasını sağlayan bir fonksiyondur (Karaküçük, 2014, s. 46). Dinlenme, günümüzde yalnızca sırtüstü uzanmak veya bir koltukta öylece oturmak şeklinde değil bireyin zihinsel ve fiziksel birtakım aktivitelerle kafasını boşaltması, streslerden arınması şeklinde anlaşılmaktadır. Bu nedenle dinlenme fonksiyonu, kişisel gelişimi ve yaşam kalitesini artırma fırsatı şeklinde düşünülmektedir (Uluç vd., 2024). Ayrıca dinlenme fonksiyonu, insanların hayata dair daha iyi kararlar vermesini sağlarken, onları sıkıntıya düşürecek birtakım engellerden korunmasını da sağlayacaktır.

Çalışmalar göstermektedir ki, serbest zamanın dinlenme fonksiyonu sayesinde çocuklardan yaşlılara kadar herkeste bir yenilenme sağlanır ve bireylerde fiziksel, zihinsel stres azalırken sosyal ilişkilerin artmasına yönelik bir etkileşim

meydana gelir. Böylece bireylerin yaşam memnuniyetleri, bilişsel düzeyleri artarken, kaygı ve depresyon seviyelerinde düşüşler olmaktadır (Leng vd., 2024).

2.2.3.2.Eğlenme Fonksiyonu

Eğlenme fonksiyonu, bireylerin serbest zamanlarını aktif veya pasif bir şekilde gerçekleştirdiği birtakım etkinlikler yaptığı, sıkılma durumlarını azaltmak veya gidermek amacıyla gerçekleştirilen serbest zaman fonksiyonudur. Eğlenme amacıyla oynanan birtakım oyunlar, bireysel veya takımca yapılan sporların her biri güzel zaman geçirmek amacıyla yapılmakta ve bireyin can sıkıntısını geçirmeye yardım etmektedir (Kalkay, 2019, s.11). Yapılan sporda veya oyunlarda bir kazanma amacı bulunmaz. Amaç bireyin daha keyifli hissetmesini ve monotonluktan kaçmasını sağlamaktır.

Eğlenme fonksiyonu bireylerin içinde buldukları andan keyif almalarını sağlarken sosyalleşmelerine fayda sağlamaktadır. Fiziksel, zihinsel, sosyal yönden rahatlayan kişi zorunlu çalışma içinde olduğu zamandaki yorgunluktan ve durgunluktan sıyrılmış olarak hayatına devam edecektir (Sucu, 2023, s.24). Eğlenme fonksiyonu, dinleme fonksiyonu gibi insanların motivasyonlarında artışa sebep olurken kaygı düzeylerinde ise azalışa yol açmaktadır.

2.2.3.3. Gelişim (Kendini Geliştirme) Fonksiyonu

İnsanların günlük hayattaki monotonluktan kurtulmalarını destekleyen, sosyalleşmelerine, kendilerini her geçen gün yenilemeye yardım eden fonksiyon gelişim fonksiyonu olarak adlandırılmaktadır. Bu fonksiyon sayesinde bireyin kişiliğinde gelişmeler gözlenir ve serbest zamanda yapılan aktiviteler sırasında bir çıkarıcılık söz konusu değildir. Birey, kendisinde gözlenen birtakım değişimleri topluma yansıtacaktır (Karaküçük,1999: 5; akt. İskender, 2017).

Serbest zamanın etkisiyle bireyin temel gelişimi olumlu yönde etkilenecektir. Bireyin ihtiyaçlarını giderme noktasında gelişimsel olarak iyileşmesi refah düzeyinde de bir artış sağlayacak, böylece belirlediği hedeflere zorunlu çalışma dışında kalan serbest zaman sırasında da ulaşma yolunda büyük avantajlar elde edecektir (Ryan & Deci, 2000). Bireyin gelişmesi, kendini geliştirmesi yalnızca ailesini, iş arkadaşlarını değil, içinde bulunduğu toplumu da geliştirmeye, ilerletmeye fayda sağlayacaktır.

2.3. Rekreasyon Kavramı

Rekreasyon kavramı, Latince kökenli *creo, creare* sözcüklerine dayanır. İngilizce’de ise “create” kelimesi yaratmak, oluşturmak anlamına gelir. Buradan “recreation” kavramı türemiş ve Türkçe’ye rekreasyon olarak geçerek yeniden yaratılış, yeniden oluşum anlamlarını taşımaktadır. Rekreasyonun Türkçe açıklamasına bakılacak olursa, rekreasyon serbest zamanı değerlendirmek, dinlendirici, eğlendirici ve geliştirici etkinlikler gerçekleştirmek demektir. Rekreasyon, insanların zorunlu zaman dışında kalan serbest zamanlarında dinleşmelerini, onarılmalarını, yeniden oluşumlarını, güç kazanmalarını, fiziksel, ruhsal, zihinsel gelişim göstermelerini sağlamaktadır (Eren, 2009, s.13). Rekreasyon, serbest zamanı değerlendirirken yapılacak olan aktiviteler bütünüdür. İnsanların rahatlamalarını, dinginleşmelerini sağlayan rekreasyonel aktiviteler, bireylerin günlük hayatındaki sıradanlıktan, monotonluktan kurtulmaları için önem arz etmektedir.

Rekreasyon, Torkildsen (1999) tarafından iş için yenilenmek amacıyla yapılan aktiviteler olarak ifade edilmiştir. Sosyologlara göre rekreasyon, serbest zamanda bireysel ya da toplu olarak özgür bir şekilde, herhangi bir ödüle bağlı kalınmadan yapılan aktiviteler şeklinde tanımlanmıştır. Ayrıca rekreasyonun ihtiyaçlara hizmet ettiği şeklinde yorum da yapılmış, rekreasyon sayesinde içsel bir ihtiyacın tatmin edilmeye çalışıldığı vurgulanmıştır (akt. Meeras, 2010). Rekreasyon, hastalıktan sonra iyileşip eski haline dönmek ve dinlenip ayağa kalkarak eski başarısına dönmek anlamlarında da kullanılmıştır (Tütüncü 2008: 93; akt. Sevin ve Şen, 2019). Bireyin içinde bulunduğu durumdan daha iyi olma durumu, daha enerjik bir yapıya kavuşması ve fiziksel, ruhsal olarak daha iyi hissetmesi gibi faktörler rekreasyonun varlığının önemli temelleridir.

Rekreasyon geçmişte, gönüllü olarak yapılan hafif bir dinlenme ile sonuçlanan ve ağır çalışma temposundan sonra yenilenerek işe dönmek şeklinde ifade edilmekteydi. Fakat günümüzde, çalışma koşullarının daha az fiziksel güce dayalı olması, rekreasyonun bireyler üzerinde dinlenme sağlamanın dışında fiziksel ve ruhsal olarak daha fazla odaklanma oluşturduğu tespit edilmiştir. Rekreasyon, çalışan bireylerin serbest zamanlarında verimli etkinliklerle dinlenmelerini sağlayan

birtakım etkinlikleri ifade etmekte iken, çalışmayan veya emekli olan insanlar için ise hayatı anlamlandırmaya ihtiyaç duyulan faaliyetler olarak tanımlanmaktadır. Bu doğrultuda geçmişte iş hayatının sıkıcı olması, bir zorunluluk bildirmesinden dolayı rekreasyonun bir aydınlanma veya canlandırıcı etki oluşturduğu görüşü hâkimdi. Günümüzde ise iş hayatına ve rekreasyona bütüncül olarak bakılması gerektiği ve çalışma hayatının rekreasyon ile birlikte bir ödüle kavuşma, yaratıcılık, dahil olma, derin sorumluluklar alma şeklinde düşünülmesi gerektiği vurgulanmıştır (Hurd, Anderson ve Mainieri, 2023: s. 9).

Rekreasyon, bireyin içindeki esenlik ve öz tatmin duygusundan dolayı ortaya çıkan duygusal bir durum olarak da ifade edilmiştir. Uсталık, başarı, heyecan, kabul edilme, kişisel değer ve keyif duygularıyla bütünleştirilen rekreasyon, bireyin öz saygınlığını artırarak kişisel hedeflerine ulaşma noktasında büyük önem arz etmektedir. Rekreasyonel aktiviteler, insanların hedeflerini gerçekleştirme ve serbest zaman deneyimlerine yönelik fırsatlar sunma konusunda tatmin edici bir öz benlik algısı geliştirerek kişisel gelişim sağlamaktadırlar. Serbest zaman kapsamında değerlendirilen rekreasyon kavramı, sağlıkta, iyi oluşta ve hayat kalitesinin artmasında bütün insanlık için son derece gerekli bir etmendir. (Carter ve Andel, 2020: s. 4). Bu yüzden rekreasyon üzerine yapılan çalışmalar artmış, bireylerin daha iyi, daha mutlu, daha sağlıklı olmaları için neler yapılabileceği üzerine araştırmalar günden güne gelişme göstermiştir.

Rekreasyon kavramı, serbest zaman kavramına göre daha dar bir anlam taşımaktadır. Rekreasyon, serbest zamanda var olan etkinliklere katılmayı ifade ederken rekreasyonun daha öznel bir durum taşıdığını, serbest zamanın ise zamanın içinde oluşturulan bireyin kendine vakit ayırabildiği bir zaman olarak daha nesnel bir yapıda olduğu ifade edilmiştir. Herhangi bir amaca bağlı olmadan tamamen iç motivasyonla yapılan etkinlikler düşüncesi olarak gelişen rekreasyon kavramı, bireyin fiziksel, toplumsal ve duygusal davranış ihtiyaçları gidermek amacıyla gerçekleştirilen faaliyetler ve deneyimlerdir. Rekreasyonun bireyde ihtiyaçları gidererek bireyin iyi olmasını sağlayan bir kavram olduğu vurgulanmıştır (Kılbaş, 2001; akt. Erenci, 2006, s. 8).

Rekreasyon kavramıyla ilgili olarak bazı faaliyetler farklı bölgelerde rekreasyonel faaliyet olarak sayılabilir de sayılmayabilir de. Bunun için faaliyetin o bölgede hangi amaçla yapıldığına bakmak önem arz eder. Eğer faaliyet, serbest bir zamanda bireyin dinlenmesini, ruhsal, fiziksel olarak bir aktiviteden keyif almasını sağlıyorsa burada rekreasyonun varlığından söz edilebilir. Ancak faaliyet yalnızca para kazanmak veya zorunlu bir ihtiyacı gidermek amacıyla yapılıyorsa o zaman o faaliyetin rekreasyonel bir faaliyet olmadığı ve rekreasyonun varlığından söz edilemeyeceği ifade edilmiştir (Önal, 2007, s. 24). Bu nedenle bir faaliyetin hangi durumlarda rekreasyon ile ilişkili olduğu bilinmeli ve rekreasyon kavramının kapsamının daha iyi anlaşılması için rekreasyonun özelliklerinin bilinmesi gereklidir. Hurd vd. (2023: s. 10-11), rekreasyonun kavramının alan yazında kabul gören özelliklerini şu şekilde sıralamışlardır:

- Rekreasyon bir dinlenme veya tembellik değil, tam olarak fiziksel, zihinsel, sosyal veya duygusal katılımın olduğu bir aktivitedir,
- Rekreasyon etkinliğine katılım tamamen gönüllü olarak yapılır, bir zorunluluk bildirmez,
- Rekreasyon, gerçekleştirilecek bir hedef veya ödül odaklı değil, içsel bir motivasyon ve kişisel tatmin elde etme odaklı olarak teşvik edilir,
- Rekreasyon, bir zihin durumuna veya tutumuna bağlıdır. Bir şeyi rekreasyon yapan kişinin yaptığı değil, o faaliyeti yapma nedeni ve o faaliyet hakkında nasıl hissettiğidir,
- Rekreasyona katılmanın öncül motivasyonu genellikle bir zevk arayışı olmasına rağmen; entelektüel, fiziksel veya sosyal ihtiyaçları gidermek de birincil motivasyonları arasında sayılabilir.

Rekreasyonun bahsedilen bu özellikleri genel olarak günümüzde kabul edilen tanımlarıdır. Rekreasyon kavramı hakkında farklı görüşler veya açıklamalara bakarak genel itibarıyla yukarıdaki özelliklerin kabul edilebilir nitelikte olduğu ifade edilmektedir.

2.3.1. Rekreasyonun Tarihsel Gelişimi

Rekreasyon kavramı insanlığın varoluşundan beri vardır. İnsanların avcılık, toplayıcılık yaptığı tarih öncesi devirlerde bile çalışmadıkları zamanlarda bir aktivitede bulunduğu veya dinlenme amaçlı rekreasyon faaliyetinde buldukları tespit edilmiştir. Örneğin, insanların tarih öncesi veya ilk çağ zamanlarında mağara duvarlarına resimler yapmaları, heykeller yapmaları, onların günlük işleri dışında sırf vakit geçirme amaçlı veya hobi amaçlı rekreatif faaliyette bulduklarını göstermektedir. Buradan yola çıkarak rekreatif faaliyetlerin göstergesi olarak spor, müzik, oyun, resim, el işçiliği gibi faaliyetler başka örnekler verilebilir. (McLean ve Hurd, 2015).

Sanayi devriminden sonra iş hayatında makineleşmenin artmasıyla insan iş gücünde azalış meydana gelmiş ve insanların serbest zamanlarında da artış söz konusu olmuştur. Bu nedenle serbest zamanları aktif olarak değerlendirmek amacıyla rekreasyon faaliyetlerinin önemi daha da göz önüne gelmiştir.

Yirminci yüzyılın başlarında sosyal reformcular, rekreasyonun gelişmesiyle birlikte gecekondulu mahallelerinin toplumsal çöküşünün önüne geçilebildiği ifade edilmiştir. Birinci ve İkinci Dünya Savaşlarının ardından ise rekreasyon ile ilgili programların ve planlamaların önemi artmış ve rekreasyonun sosyal ihtiyaçları karşılamaktan ziyade halkın serbest zamanlarını değerlendirebilecekleri aktivitelere odaklanılmıştır. Ayrıca rekreasyon, asıl amaçlarına göre toplumda bilinçli bir şekilde yerleşmeye başlamış ve rekreasyon fırsatlarını değerlendirme şeklinde insanlarda büyük farkındalık oluşmuştur. 1950'lerden sonra meydana gelen toplumsal değişimlerden sonra insanın değeri daha iyi anlaşılmış, insan gelişiminin önemi ve bireylerin etkileşim süreçleri rekreasyon aktivitelerinin benimsenmesini sağlamıştır (Carter ve Andel, 2020: s. 4).

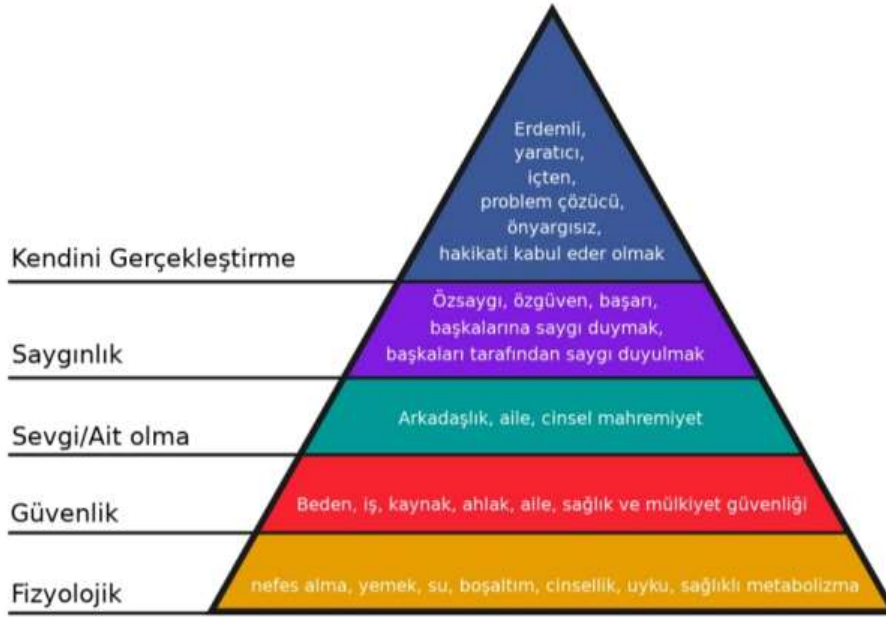
Türkiye'de geçmişten günümüze sosyal, siyasi, ekonomik, kültürel ve fikirselsel değişimlerin rekreasyon üzerinde etkisi büyüktür. Rekreyona katılımdaki bu değişimler, özellikle insanların serbest zamanlarında kendilerini ifade etmek, eğlenmek amacıyla faaliyette bulunmalarını sağlamıştır. Geçmişteki savaş yaşanan zamanlar dışında insanların şiirle ilgilenmeleri, güzel yazı yazma sanatları bir iş veya uğraşı dışında hobi amaçlı bir aktivite olarak ortaya çıkmıştır. Cumhuriyetin ilan edildikten sonra çağdaşlaşmanın etkisiyle eğitim, kültür ve yaşam biçimindeki

değişimler insanların rekreatif faaliyetlerinde farklılıklara sebep olmuştur (Eren, 2009, s. 16).

Günümüzde de özellikle teknolojinin hızlı gelişimiyle rekreasyonun insan hayatındaki yeri daha iyi anlaşılmış, teknoloji ile ilgili olsun veya olmasın, insanların bugünün hızlı yaşanan dünyasında bir arınma, yenilenme faktörü olarak rekreatif faaliyetlere yönelimi artmıştır. Bu yönelim, hem toplum düzeyinde hem de akademik alanda kendini göstermiş ve üniversitelerde lisans, yüksek lisans ve doktora düzeyinde açılan rekreasyon yönetimi programlarının sayısında son yıllarda daha belirgin bir hale gelmiştir. Rekreasyona yönelik bu artan ilgi ve farkındalık, toplumsal bilincin geliştiğini ve bireylerin yaşam kalitesine yönelik arayışlarının akademik yapılarla da desteklendiğini ortaya koymaktadır. Örneğin, Öcal (2023) özellikle Amerika Birleşik Devletleri'nde bugün 70'den fazla üniversitede öğrencilerin rekreasyon uzmanı olmak üzere eğitim aldığını ve bu bireylerin doğrudan sektöre dahil olduklarını ifade etmektedir. Böylece yükseköğretim kurumları ve rekreasyon yönetim sistemlerinin uyumlu bir şekilde çalıştığını göstermektedir.

2.3.2. Rekreasyon Duyulan İhtiyaç

Abraham Maslow, insanların fiziksel, bilişsel, sosyal ve ruhsal ihtiyaçlara sahip olmalarını istemeleri neticesinde mutluluk, hayatta bir amaç, sağlık, özerklik ve olumlu ilişkiler gibi birtakım beceriler geliştirmelerine yardım ettiğini ifade etmiştir. İhtiyaçların neler olduğu ile ilgili Maslow temel ihtiyaçlar hiyerarşisini açıklamıştır. Maslow beş temel ihtiyacı bir hiyerarşiye yerleştirmiş ve temel ihtiyaçlar en düşükten yükseğe doğru sıralanmıştır. Maslow, insanların belli görevlere ve hedeflere ulaşmada neyin motive ettiğini düşünmüş ve ihtiyaçlar hiyerarşisini ortaya atmıştır. Temel fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik, ait olma ve sosyal ihtiyaçlar, saygınlık ve statü, kendini gerçekleştirme şeklinde sıralanan temel ihtiyaçlarla Maslow, insanların daha düşük ihtiyaçları karşılamadan bir üstteki ihtiyaca geçemeyeceğini savunmuştur (Maslow,1968; akt. Hoffman, 2016).



Şekil 2: Maslow'un İhtiyaçlar Piramidi (Çoban, 2021)

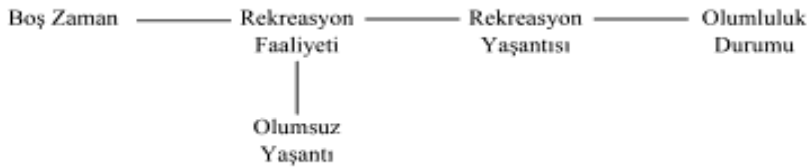
Maslow'un temel ihtiyaçlar hiyerarşisine göre bireyler en alttaki fizyolojik ihtiyaçları giderdikten sonra bir üst basamaktaki ihtiyaca yönelirler. Bu şekilde bireyler piramidin en üstündeki kendini gerçekleştirme basamağına kadar birtakım ihtiyaçlar gidermek durumundadırlar. Bu doğrultuda insanların temel ihtiyaçlarının neler olduğunu bilerek piramidin farklı basamaklarında bulunan sağlık, özsaygı, özgüven, başarı, arkadaşlık, erdemli olma, problem çözücülük gibi özellikler rekreasyonun yararları şeklinde düşünülmüştür.

Bireylerin kendilerinde ki bir eksikliği veya kendileriyle ilgili bir şeyi tamamlama isteği bir ihtiyaçtır. Bu ihtiyacı gidermek amacıyla bir eylemde bulunurlar ve bu eylem zamanla bir davranış biçimini alır (Hicks, 1979, s. 364; akt. İç, 2004, s. 33). Davranışlara dökülen eylemlerin alışkanlık kazanılmasıyla birlikte bireyler serbest zamanlarını daha aktif değerlendirme maksadıyla rekreasyon faaliyetlerine yönelirler. Rekreasyonel etkinliklere yönelen bireyler Maslow'un ihtiyaçlar piramidinde bulunan ihtiyaçların üstesinde gelmek veya bazı amaçlara ulaşmak için rekreasyona ihtiyaç duyarlar.

Stres, depresyon ve kentlerde yaşamın getirdiği zorluklar toplumdaki hayata bağlılığı olumsuz etkiler ve bu olumsuzluklardan kurtulmak için rekreasyonel

faaliyetler, olumsuz duyguların sebeplerini ortaya çıkararak olumlu duyguları tetikleyecek birtakım faktörler geliştirir (Şahin ve Yalçın, 2024). Örneğin, yapılan bir çalışmada rekreatif faaliyet olarak yapılan bir fiziksel aktivitenin uyku bozukluğu olan bireylerde iyileştirici etkisinin olduğu kanıtlanmıştır. Bu nedenle eğlence amaçlı yapılan fiziksel aktivitenin önemi ve uygulanabilirliği konusunda rekreasyona duyulan ihtiyaç vurgulanmıştır (Zhang vd., 2025). Başka bir çalışmada ise sportif bir rekreasyonel aktiviteye katılan bireylerin yaşamdaki hedeflerini veya isteklerini gerçekleştirmek için daha fazla motivasyon kazandıkları tespit edilmiştir (Şahin ve Yalçın, 2024). Bu çalışmalardan hareketle, rekreasyonun bireylerin hayata tutunma noktasında bir ihtiyaç olduğu, serbest zamanların rekreasyonel aktivitelerle doldurulmasının bireylerde yaşamaya dair motivasyonu kazandıracığı ve daha sağlıklı insanlar olabilecekleri ifade edilebilir.

Karaküçük (2014, s. 48) serbest zamanın yerinde kullanıldığı durumlarda bir olumluluk durumunun oluştuğunu, ancak zamanın verimli bir şekilde değerlendirilmediği şartlarda olumsuz bir davranışın veya yaşantının ortaya çıktığını vurgulamıştır. Serbest zamanın değerli bir şekilde kullanımı sonucunda bireyler dinlenir, eğlenir, kendisini geliştirir, olgunlaşır veya sosyalleşir. Birtakım engellerle veya engelsiz olarak serbest zamanın etkili kullanılmadığı durumlarda ise kişilerde kötü alışkanlıklar veya davranışlar, bencillik, öfke gibi olumsuz duygu ve yaşantılar ortaya çıkmaktadır.



Şekil 3: Serbest Zamanın Olumlu-Olumsuz Kullanımı (Karaküçük, 2014, s. 48)

Rekreasyonun kişisel zevk ve haz için yapıldığı kabul edilmektedir. Ancak, birçok aktivite, o aktivitede uzmanlaşmaya kadar bir keyif veya tatmin olma duygusu vermeyebilir, hatta hayal kırıklığıyla sonuçlanabilir. Bu nedenle bir rekreasyon etkinliğinden yapıldığı anda keyif almak beklenmez, alınacak zevk bireyin becerisi geliştikçe artacaktır (Hurd vd., 2023, s. 11). James Murphy (1973),

insanların bir aktiviteye katıldıklarında elde edecekleri motivasyon türlerini öne çıkaran rekreasyon davranışlarını ortaya çıkarmıştır (akt. Hurd vd., 2023). Bu rekreasyon davranışları:

- Sosyalleşme aktiviteleri: Dans etme, partilere katılma, arkadaş ziyaretleri, vb.,
- Birlikte yapılan aktiviteler: araba toplulukları, koleksiyonculuk grupları,
- Rekabete dayalı aktiviteler: Tüm spor ve oyunlar, sahne sanatları ve rekabeti içeren diğer etkinlikler,
- Risk almaya dayalı aktiviteler: Gittikçe popülerleşen, çoğunlukla fiziksel yaralanma veya ölümlerle sonuçlanabilen rafting, bungee-jumping, tüple dalış gibi macera sporları tarzındaki aktiviteler,
- Keşifsel aktiviteler: Neredeyse tüm rekreasyon faaliyetleri içerisinde bir miktar keşif unsuru vardır. Özellikle seyahat, gezi, doğa/dağ yürüyüşü, tüplü dalış, mağaracılık, dağ tırmanıcılığı gibi aktiviteler,
- Dolaylı yapılan aktiviteler: Bir spor aktivitesi, tiyatro veya film izlemek,
- Duyusal uyarım içeren aktiviteler: Rock müzik veya hareketli müzikler dinlemek,
- Bireysel fayda amaçlı fiziksel aktiviteler: Fitness, koşu, yürüyüş gibi faaliyetlerdir.

2.3.3. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyonun ne olduğunu, hangi ortamlarda yapılabildiğini, kaç kişi ile rekreatif faaliyetlere katılım sağlanabildiğini, faaliyetlerin ne zaman icra edilebildiğini, kimlerle ve hangi amaçlarla rekreasyon faaliyetlerinin gerçekleştirildiğini görmek açısından rekreasyonun sınıflandırılması yapılmıştır. Bu sınıflandırma, bireylerin ve toplumların farklı istek ve ihtiyaçları olması dolayısıyla rekreasyonun tek bir çatı altında toplanamayacağı gerçeğinden dolayı ortaya çıkmaktadır (Aydın, 2022, s.19).

2.3.3.1. Mekânsal Açından Rekreasyon

Rekreasyon faaliyetleri, gönüllü olarak bireyin kendi istediği herhangi bir ortamda icra edilebilir. Bu ortam bireyin o anki ruh hali, psikolojisi, fiziksel durumu,

hava durumu gibi etkenlerle farklı mekânlar olabilir. Mekânsal açıdan rekreasyon, açık alan rekreasyonu ve kapalı alan rekreasyonu şeklinde sınıflandırılmaktadır.

2.3.3.1.1. Açık Alan Rekreasyonu

Günlük veya haftalık rutinler, genellikle doğaya veya yeşil alanlara doğrudan erişimi bulunan alanlarda gerçekleştirilmektedir. Sağlıklı bir yaşam için önemli bir unsur olarak gerçekleştirilen açık alan rekreasyonu, doğadan uzak olarak yaşanan modern hayatın oluşturduğu olumsuzluklara karşı bir çare ve çözüm olmaktadır. Açık alan rekreasyonu, karmaşık sosyo-ekolojik sistem olarak kabul edilmiş, bu nedenle hem sosyal hem de doğayla iç içe olma yönünden bir etkileşime sahiptir. Açık alan rekreasyonunun ekolojik etkilere sahip olmasının yanında insanlara edindirdiği deneyimlerle bireyler kendilerini daha faydalı ve motive olmuş hissetmektedirler (Morales-Nin vd., 2021). Açık alanlar, bireylerin günlük olarak kullandığı ve böylece onların yaşam kalitesini, psikolojik ve fiziksel refahını artıran bir kamu hizmeti olarak görülmektedir. İnsanlar için tamamen ücretsiz ve herkesin kullanımına açıktır. Bireyler açık alanlarda iyileşme ve sosyal etkileşim, rahatlama sağlayarak açık alan rekreasyonundan faydalanmış olurlar (Abbasi vd., 2016). Açık alan rekreasyonuna katılımda insanların iyi oluş, psikolojik dayanıklılık, yaşam doyumu, yenilenme deneyimi ve iş tatmini gibi özellikleri edindikleri birtakım çalışmalarla kanıtlanmıştır (Saltık & Akova, 2019). Her birey farklı nedenlerle açık alan rekreasyonuna katılır. Fiziksel aktivite amaçlı, macera arayışı, doğada eğlence, merak unsuru gibi etkenlerle bireyler açık alan rekreasyon faaliyetlerinde bulunurlar (Karaşah, 2017). Bazı açık alan rekreasyon bölgeleri özelliklerine ve kullanımlarına göre gruplandırılarak aşağıda gösterilmiştir (Queenstown, 2023):

- Görsel güzelliğe sahip alanlar (bahçeler, peyzajlar),
- Çocuk oyun alanları (mahalle parkları),
- Aktif sporlar (takım sporları veya bireysel sporlar),
- Pasif kullanılan açık alanlar (yürüyüş, koşu, bisiklet, piknik alanları),
- Kıyılar (göl veya nehir kenarlarındaki yürüyüş yolları, plajlar, balıkçılık ve su sporları için göl ve nehirlere erişim)

- İnşa edilmiş tesisler (yüzme havuzları, amfi tiyatrolar, açık sinema),
- Kültürel miras alanları,
- Doğal koruma alanları (su kenarları, sulak alanlar, yerel bitki örtüsü),
- Ticari olarak kurulan alanlar (Gondol, zipline, fuarlar, etkinlikler, rehberli yürüyüşler).

2.3.3.1.2. Kapalı Alan Rekreasyonu

Kapalı alan rekreasyonu, doğal bir ortamda olmayan, tamamen insan eliyle bir çatı altında oluşturulmuş alanlarda yapılan aktiviteleri ifade etmektedir. Kapalı alan rekreasyonu dışarıda veya açık alanda yapılmadığı için hava durumu şartlarından etkilenmez ve herhangi bir zamanda yapılabilir. Bu nedenle açık alan rekreasyonuna göre bir avantaj söz konusudur (Gaberli ve Yağmur, 2021, s. 102). Kapalı alan rekreasyon faaliyetleri aşağıda açıklanmıştır:

- Çocuk, gençlik kulüplerinde, derneklerde yapılan aktiviteler,
- Sergi, sanat galerisi, vb. gibi aktiviteler,
- Kongre, toplantı, fuar, kutlama gibi etkinlikler,
- Kapalı alandaki spor aktiviteleri (basketbol, voleybol, jimnastik, hentbol, fitness, karate, taekwondo, boks gibi dövüş sporları),
- Sağlıklı yaşam aktiviteleri (kaplıca, sauna, hamam, vb.),
- Kişisel gelişime yönelik kurslar (el sanatları, yabancı dil, resim, ahşap, boyama),
- Kapalı alanlarda oynanan kağıt, masa oyunları, mobil, bilgisayar oyunları,
- Ev içinde gerçekleştirilebilecek aktiviteler (televizyon izleme, kitap okuma, dinlenme, el işleri yapma, çocuklarla oyunlar oynama, aile üyeleriyle vakit geçirip sohbet etmek gibi aktiviteler kapalı alan rekreasyon aktiviteleri bireyler tarafından icra edilmektedir (Yüncü vd., 2013: 12; akt. Sarıbaş, 2015, s. 40).

2.3.3.2. Amaçlarına Göre Rekreasyon

Rekreasyonun amaçlarına göre sınıflandırılması bakımından dinlenme amaçlı (fiziksel ve psikolojik dinlenme), kültürel (müze, antik kent) ziyaret, sosyalleşme,

spor, turizm, estetik ve sanat amacıyla rekreasyon faaliyetleri gerçekleştirilmektedir (Aydın, 2022, s. 22). Farklı amaçlara göre yapılan rekreasyon aktiviteleri, bireylerin istenilen ve hedeflenen düzeyde etkinliklerden tatmin olmalarını sağlamaktadırlar.

2.3.3.3. Katılımcıların Sayısına göre Rekreasyon

Rekreasyon etkinliklerine katılan kişilerin sayısına göre faaliyet yerine getirilebilir. Bu faaliyetler, bireysel ve grup rekreasyonu şeklinde gerçekleştirilebilir.

- Bireysel Rekreasyon: Bireylerin serbest zamanlarında tek başlarına, yalnız olarak yaptıkları veya katıldıkları etkinliklerdir (Kara, 2022, s.32). İnsanların bir birey olarak yalnız başına da bir aktivitede bulunup keyif almaları, yalnız bir aktivite yapmanın kendilerini üzgün hissettirmemesi bireylerin karakter yapısının iyi gelişimine olanak tanımaktadır. Spor yapma, resim çizme, yüzme, gezme, tarihi yerleri veya müze ziyareti gibi aktiviteler örnek olarak verilebilir (Aydın, 2022, s.23).
- Grup Rekreasyonu: Kişilerin diğer insanlarla birlikte bir aktivite yapması veya aktiviteye katılması şeklinde gerçekleşen rekreasyon çeşididir. Grup içinde sosyalleşme ve bireyde bir değişim meydana getirme amaçlı olarak yapılan rekreasyon çeşididir (Kraus, 1979: akt., Kılıç & Şener, 2013). Grup halinde yapılan gezi, kağıt oyunları gibi aktiviteler veya takımla oynanan futbol, basketbol, voleybol gibi oyunlar bu sınıflandırmaya girmektedir.

2.3.3.4. Kişinin Etkinliğine Bağlı Rekreasyon

Bu rekreasyon çeşidi, aktif (etken) ve pasif (edilgen) ikiye ayrılır.

- Aktif (etken) Rekreasyon: Bu rekreasyon çeşidinde birey aktiftir ve hareketin fazla olduğu rekreasyon etkinliğidir. Spor için ısınma, yürüyüş, koşu, yüzme gibi faaliyetler aktif rekreasyon dahilinde gerçekleştirilmektedir (Başoğlu, 2011). Bir çalışmada aktif rekreasyon aktivitesine katılan bireylerin memnuniyet seviyesine bakıldığında daha yüksek bir oran ortaya çıkmıştır. Ayrıca aktif rekreasyon katılımının bireylerin mental ve fiziksel olarak daha sağlıklı olmalarını etkilediği tespit edilmiştir (Çetinkaya vd., 2017).

- Pasif (edilgen) Rekreasyon: Hafif fiziksel aktivitelerin olduğu etkinliklerdir ve birey faaliyet içinde aktif değildir. Ayrıca hareketin az olduğu ve bireylerin yalnızca seyirci veya dinleyici olarak orada bulunduğu rekreasyon çeşididir. Oturma, kitap okuma, film, tiyatro izleme, müzik veya konser dinleme gibi etkinlikler pasif rekreasyona örnektir (Başoğlu, 2011, s. 55). Pasif rekreasyon da bir rahatlama, gevşeme amacı taşır. Bireyin serbest zamanlarını değerlendirmede önem arz eder.

2.3.3.5. Katılımcıların Yaşlarına Göre Rekreasyon

Bireylerin rekreasyon aktivitelerine katılımları yaşa göre çocuk, genç, yetişkin ve üçüncü kuşak rekreasyon şeklinde sınıflandırılmıştır (Köktaş, 2004; akt. Kurar ve Baltacı, 2014). Çocuklar, rekreasyon faaliyetlerine katılımlarında yaşlarına uygun serbest zaman etkinlikleri yaparlar. Aynı şekilde gençler, yetişkinler ve üçüncü kuşak bireyler de yaşlarının karşılayabildiği etkinliklere katılırlar. Burada önemli olan bireylerin kendi gönüllü, hür iradeleriyle seçim yapmaları ve birtakım aktiviteleri gerçekleştirmeleridir.

2.3.3.6. Katılımcıların Zaman Seçimi Açısından Rekreasyon

İnsanların zaman seçimi açısından rekreasyon aktivitelerine katılımı günlük ve tatil rekreasyonu şeklinde açıklanmaktadır. Günlük rekreasyon, bireylerin gün içerisindeki serbest zamanlarını değerlendirmek amacıyla yakın mesafelerde rekreasyon faaliyetinde bulunmalarını ifade eder. Tatil rekreasyonu ise, kişilerin hafta sonlarında, yıllık izninde veya bayram tatillerinde yaptıkları veya katılım sağladıkları aktiviteleri kapsar (Tezcan ve Kusan, 2023: s. 12-13). Her iki rekreasyon çeşidinde de serbest zamanın varlığından söz edilir. Günlük rekreasyondaki serbest zaman daha kısa, tatil rekreasyonundaki serbest zaman daha uzun olabilmektedir. Tatil rekreasyonunda tatilin türü önem arz eder. Bir haftalık yıllık izin de olabilir, 20 günlük yıllık izin de. Veya milli bir bayramdan dolayı yalnız bir gün tatil olurken, dini bayramlardan (Ramazan Bayramı ve Kurban Bayramı) dolayı üç dört günlük tatiller olabilir.

2.3.3.7. Katılımcıların Milliyetlerine Göre Rekreasyon

Milliyetlerine göre rekreasyon ulusal ve uluslararası rekreasyon şeklinde ikiye ayrılır. Ülke sınırları içinde gerçekleştirilen ve farklı bireyler veya kuruluşların katıldıkları festival, etkinlik tarzı rekreasyon çeşididir. Uluslararası rekreasyon ise ülke sınırları dışında yapılan birtakım aktivite, sergi, maç gibi faaliyetlerin gerçekleştirildiği rekreasyon çeşididir (Tezcan ve Kusan, 2023: s. 10).

2.4. Rekreasyonun Faydaları

İnsanlar, günlük hayatın yoğunluğundan, iş ortamındaki yorucu ve stresli süreçlerden uzaklaşmak için yapmaktan keyif aldıkları rekreasyon aktivitelerine yönelirler. Bu faaliyetler sayesinde bireyler kendilerini daha mutlu hissedip motive olmaktadır (Çelikkanat Paslı ve Güçer, 2024). Böylece bireyler, günlük hayata katıldıklarında ve işe geri döndüklerinde kendilerini daha iyi hissedeceklerdir. Atasoy ve Türkay (2022) tarafından ifade edildiği üzere, rekreasyonun fiziksel ve mental sağlığı koruma, yaşam tatminini sağlama, zihinsel iyi oluşu artırma, doğal, kültürel, sosyal çevreyi koruma ve toplumsal refah düzeyinin geliştirilmesi gibi faydaları vardır. Bu faydalar genel olarak fiziksel, psikolojik ve sosyal faydalar olarak adlandırılmaktadır (akt. Çelikkanat Paslı ve Güçer, 2024).

Aktivite Örnekleri	Fiziksel Fayda	Psikolojik Fayda	Sosyolojik Fayda
Entelektüel Aktiviteler	x	x	x
Sanatsal ve Kültürel Aktiviteler	x	x	x
Seyahat Aktiviteleri	x	x	x
Gönüllülük Aktiviteleri	x	x	x
Arkadaşlarla/Akrabalarla Aktiviteler	x	x	x
Doğada Yapılan Aktiviteler	x	x	x
Diğer Bireysel Yapılan Aktiviteler	x	x	x

Şekil 4: Rekreasyonun Faydalarına Yönelik Aktivite Örnekleri (Çolak, 2024)

Bireyler tarafından gerçekleştirilen şekil 2'deki aktivitelerin fiziksel, psikolojik ve sosyolojik faydalar getirdiği Çolak'ın (2024) çalışmasında tespit edilmiştir. Kitap okumak, müzik dinlemek, film izlemek gibi entelektüel aktiviteler; sergileri, müzeleri ziyaret etmek, tiyatroya, konserlere gitmek gibi sanatsal ve

kültürel aktiviteler; doğa yürüyüşü, motosiklet gezileri, yerel veya yurtdışı gezileri gibi seyahat aktiviteleri; yaşlılara ve özel gereksinimli bireylere yardım etmek, çevre temizliği gibi gönüllülük aktiviteleri; ailecek veya arkadaşlarla pikniğe gitmek, vakit geçirmek gibi aktiviteler; doğa fotoğrafçılığı, kamp yapmak, dağa tırmanmak gibi doğada yapılan aktiviteler ve alışveriş, hayvanlarla ilgilenmek, bazı hobiler, el sanatları gibi diğer bireysel olarak yapılan aktiviteler insanlar üzerinde önemli faydalar sağlar. Bu rekreasyon faaliyetlerinin fiziksel, psikolojik ve sosyolojik bağlamda ne gibi faydalar sağladığını bilmek rekreasyonun öneminin daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır.

2.4.1. Rekreasyonun Fiziksel Faydaları

Rekreasyon aktiviteleri bireylerin sağlık durumlarını daha iyi hale getirir ve onlara zindelik verir. Böylece bedenlerini daha rahat ve güçlü hissederler. Hastalıkların engellenmesi ve sağlığın geliştirilmesi rekreasyonun fizyolojik fayda ile ilgilidir (Geng vd., 2023). Çolak (2024) tarafından yapılmış bir çalışmada rekreasyon aktivitelerinin bireylerde genel sağlık ve iyi oluşu sağlayarak onlara fizyolojik fayda getirdiği tespit edilmiştir. Ayrıca farklı çalışmalar, rekreasyon katılımının fizyolojik fayda getirme noktasında bireylerde obeziteyi önlediğini ve diğer kronik sağlık problemlerinin önüne geçtiğini vurgulamaktadır (Hurd vd., 2023: s. 12). Bu noktada, rekreasyonun sağlıkla olan olumlu ilişkisi yadsınamaz bir özelliktedir.

Yapılan bilimsel çalışmalarda, rekreasyon aktivitelerinin uyku kalitesini daha da artırdığı gözlemlenmiştir. Düzenli rekreasyon katılımları, uyku kalitesini iyileştirerek uyku süresini uzatmış, uykusuzluk, yorgunluk, uykuda solunum rahatsızlığı gibi problemlerin ortadan kaldırılmasında etkili olmuştur (Ernest vd., 2024: s. 2). Buradaki önemli etken, yapılan rekreasyon aktivitelerinin bireyde yenilenmiş bir beden ve zihin varlığının ortaya çıkmasından kaynaklıdır. Yapılan aktivitelerin sonunda bireyler, günlük işlerinin yorgunluğundan ve stresinden arınarak kafaları daha rahat bir şekilde uyku durumlarına geçebilmektedirler.

2.4.2. Rekreasyonun Psikolojik Faydaları

Rekreasyon faaliyetlerine katılmak bireyin özgüvenini, başarı duygusunu ve motivasyonunu geliştirme açısından büyük önem arz eder. Bir aktiviteden tatmin

olma gibi olumlu duygulara sahip olmak rekreasyonun psikolojik faydalarıyla ilgilidir (Geng vd., 2023). İnsanlar, günlük yaşantısında karşılaştığı, işte, okulda, aile içinde sahip olabileceği stres, yoğunluk gibi problemlerden rekreasyon faaliyetleri sayesinde kurtulabilmektedir (Çakırlar ve Yaman, 2022).

Rekreasyonun psikolojik faydalarına öncelik verilmesi, saygınlık ihtiyacıyla ilişkilidir. Rekreasyon aktiviteleri, bireylerin becerilerini geliştirerek ve onlara kişisel başarı sağlayarak öz saygıyla birlikte öz yeterliliği bireylerde daha iyi seviyelere çıkarır. Aktivitelere düzenli bir şekilde katılan insanların kişisel gelişim ve kendini gerçekleştirme seviyelerinde de iyi yönde bir gelişme meydana gelir (Çolak, 2024). Böylece insanlar, kişiliklerindeki öz saygı ve öz yeterlilik artışına bağlı olarak rekreasyonun psikolojik faydalarını elde etme imkânına kavuşurlar.

2.4.3. Rekreasyonun Sosyolojik Faydaları

Rekreasyonun sosyolojik yönünden faydalarına bakıldığında kişiler, sosyal ağlarını ve iletişimi genişletebilir, yeni arkadaşlıklar ve çevre edinebilir. Böylece sosyalliğe bağlı güven artışını sağlayabilirler (Geng vd., 2023). Bireyler, rekreasyonel faaliyetlere katılarak kişisel yaşantılarını daha dolu ve değerli bir şekilde geçirerek yaşam memnuniyeti sağlarlar. Kendisini daha sağlıklı ve rahat hisseden bireyler sosyalleşmeye katılarak toplumsal kuralları benimseme noktasında daha duyarlı olacaklardır (Yönet vd., 2019). Böylece kişiler, kendilerini keşfetme, çevresi tarafından kabul görme ve çevresindekilerle dengeli ilişkiler kurma yoluna giderler (Çakırlar ve Yaman, 2022). Bunu yaparken de bireyler rekreasyonel faaliyetlerin birleştirici gücünden faydalanırlar.

Sosyolojik fayda algısı, bireylerin bir grup içinde sevgi ve aidiyet duygusuna ihtiyaç duyulmasıyla ilişkilidir. Grup aktivitelerine ve sosyal etkinliklere katılım, kişiler üzerinde topluluk oluşturma ve aidiyet duygusunu ortaya çıkarmaktadır. Sosyal aktivitelerine katılım eğer düşük seviyede olursa, o zaman aidiyet ve sosyal bağlılık ihtiyacının karşılanmasında eksiklikler olduğu sonucuna ulaşılabilir (Çolak, 2024). Bu nedenle, rekreasyon aktivitelerine katılımı sosyal faydanın gerçekleşmesi katılımın iyi seviyede olmasına bağlıdır.

Rekreasyonun fiziksel, psikolojik ve sosyolojik faydalarına yönelik MacRae (2011), belirli konuları ve sonuçları paylaşmıştır. Rekreasyonel faaliyetlere katılım sağlandığında fiziksel uygunluğun yükselmesi, sosyalleşmenin etkisi ve stresin azalması ile rekreasyonun bahsedilen faydalarında iyileşmeler meydana geldiği sonucuna ulaşılmış ve şekil 3'te gösterilmiştir.

Yazarlar	Yıl	Tema	Sonuçlar
Kovac & Beck	1997	Fiziksel, sosyal, stres azaltma, üniversiteye giriş ve devamlılık	Fiziksel ve duygusal sağlık gelişir, üniversiteden mezun olma olasılığı artar.
Chestnutt & Haney	1984	Fiziksel uygunluk, stres azaltma, sosyal, beceri geliştirme	Fiziksel ve duygusal sağlıkta iyileşme
Bowman ve ark.	2001	Fiziksel uygunluk, stres atımı, içsel ödüller	Fiziksel ve duygusal sağlıkta iyileşme
Haines	2001	Üniversiteye devamlılık	Üniversiteden mezun olma olasılığı artar
Hall	2006	Sosyal, topluluk, üniversiteye devamlılık	Üniversite deneyimi gelişir, mezun olma olasılığı artar.
Hall-Yanessa & Forrester	2004	Liderlik becerileri	Yaşam becerilerinde gelişim
Lindsey & Sessoms	2006	Üniversiteye giriş ve devamlılık	Üniversiteden mezun olma olasılığı artar.
Moffitt	2010	Sosyal, liderlik, duygusal	Duygusal sağlık ve yaşam becerilerinde gelişme sağlar.

Şekil 5: Rekreasyonel Spor Programlarına Katılımın Faydaları (akt. MacRae, 2011, s. 13)

2.5. Rekreasyon Eğitimi ve Genel Eğitim Arasındaki İlişki

Rekreasyon eğitimi çevre, sağlık, vatandaşlık gibi konuları kapsayan fonksiyonel bir alan içinde değerlendirilmektedir. Rekreasyonun insan üzerindeki bedensel, ruhsal, toplumsal etkilerinden yola çıkarak genel eğitim ile yakın ilişkilere sahip olduğu görülmektedir. Eğitim, bireylerin hayat içerisinde gerekli bilgi ve becerilere sahip olarak önceden belirlenmiş amaçlar doğrultusunda gerçekleştirilen istendik davranış değişikliğidir. Eğitim, bireylere en iyi kişisel gelişimi sağlar ve onlara demokratik bir vatandaş olma sorumluluğunu kazandırır (Karaküçük, 2014: s.

104). Bu doğrultuda, rekreasyonun kişilere kazandırdığı fiziksel, zihinsel, toplumsal faydalar gibi genel eğitim de bu hususları bireylerin edinmesini sağlar. Bu nedenle rekreasyon eğitimi ve genel eğitim arasındaki etkileşim unsurunun kayda değer olduğu ifade edilebilir.

Bireylerin fizyolojik, psikolojik, sosyolojik, vb. ihtiyaçları karşılandığında var olan performanslarında iyileşmeler görüldüğü tespit edilmiştir. Rekreasyon faaliyetlerinin hem normal bireylere hem de genel eğitim ile ilgilenen öğretmenlere veya eğitimcilere sağlık, yaşam memnuniyeti ve performans noktasında olumlu etkiler sağlayacağı ifade edilmiştir (Sevin vd., 2020). Bu nedenle, rekreasyon faaliyetlerine katılımın ülkenin yarınlarına eğitim veren öğretmenlerin ve eğitimcilerin iyi olma durumuna ve motivasyonlarına katkı sağlayacağı ifade edilebilir.

Ayrıca, rekreasyon eğitimi ile genel eğitimin amaçlarının çoğunun benzer nitelikte olduğu vurgulanmış ve bireyleri hayata hazırlama noktasında rekreasyonun genel eğitim ile birlikte önemli olduğu belirtilmiştir. Burada eğitimden, sadece okullarda örgün olarak yapıldığından değil, her yerde ve hayat boyu öğrenmenin gerçekleştirildiği şekliyle yapıldığından bahsedilmiştir (Karaküçük, 2014: s. 110).

2.6. Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Engelleri

Rekreasyon, bireylerin boş zamanlarında yaptıkları aktiviteleri ifade eden bir kavramdır. Aktiviteler bireylerin kendi ilgi ve ihtiyaçlarına göre şekil alır ve farklı rekreasyon faaliyetleri görülür. Açık alanda, kapalı alanda, bireysel veya toplu olarak bireyler etkinliklerde bulunurlar (Karaküçük, 2014: s. 52). Bu etkinlikleri, çalışma saatleri dışında kalan serbest zamanlarında gerçekleştirirler.

Rekreasyon faaliyetlerine katılmak, günümüzde bireylerin işe gidip çalışma ihtiyacı gibi bir ihtiyaca dönüşmüştür (Kılıç ve Şener, 2013). İnsanlar işlerinden geri kalan zamanlarında ruhsal, fiziksel veya psikolojik yönden rahatlamak için rekreasyon faaliyetlerine ihtiyaç duyarlar. Bu nedenle, her birey kendi imkânları ölçüsünde farklı etkinliklerde bulunur. Koşu yapma, yürüyüş, sinemaya veya tiyatroya gitme, spor yapma, satranç oynama gibi farklı aktiviteler günümüzde bireylerin rahatlaması için ihtiyaç duydukları bazı rekreasyon faaliyetleri olarak sayılır. Bu faaliyetlere katılım sayesinde bireylerde sağlığın, sosyal becerilerin,

liderlik becerilerinin gelişim gösterdiği birtakım çalışmalarda ifade edilmiştir (MacRae, 2011: s. 9). Ayrıca serbest zaman aktivitelerine katılım engelleriyle ilgili yapılan ilk çalışmalarda ırk ve cinsiyet ayrımlarının oluşturduğu engellere odaklanılırken, güncel çalışmalarda ise bireylerin sosyoekonomik ve maddi düzeyleri, aldıkları eğitim seviyesi, yaşam alanları gibi faktörler literatüre olarak girmiştir (Çetinkaya vd., 2016).

Rekreasyonun bireylere kazandırdığı faydalar tespit edilmiş ancak insanların boş zamanlarında rekreasyon faaliyetlerine katılımlarının istenilen seviyede olmadığı onları katılımlarını engelleyen bazı etkenler olduğu ifade edilmiştir. Bu etkenler, boş zaman engelleri olarak literatüre girmiş ve bireylerin rekreasyon faaliyetlerine katılımını sınırlamaktadırlar. Boş zaman engelleri, insanların serbest zaman aktivitelerine katılımını, rekreasyon hizmetlerinin kullanımını veya yapılan aktivitelerden faydalanıp zevk almayı engelleyen faktörlerdir (Jackson, 2005; Chun vd., 2025). Bu faktörler kişisel, sosyal ve ekonomik engeller olarak insanların zamanı verimli kullanmalarını sınırlandırır (Karaküçük, 2014).

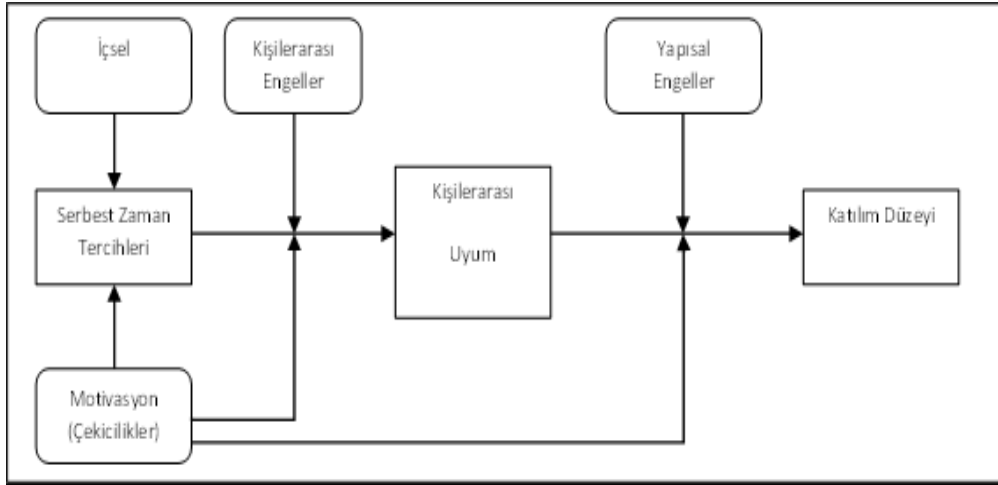
Rekreasyon aktivitelerine katılım engelleriyle ilgili araştırmalar 1980'li yılların başlarında insanların boş zaman etkinliklerine neden katılmadıkları sorusuyla ortaya çıkmıştır. Rekreasyon faaliyetlerine katılım engelleri fikrinin ve araştırmalarının ortaya çıkmasıyla, bireyler aktivitelere katılım ve motivasyon sağlamak, tatmin olmak gibi yönlerde yeni fırsatlar eklemiştir. Engeller kavramıyla birlikte, serbest zamanın farklı yönleriyle ilgili olarak yeni bağlantıların algılanmasını kolaylaştırmak amacıyla araştırmacılar metodolojik, kavramsal uzlaşma konularında birbirleriyle daha iyi iletişim kurmuşlardır (Jackson ve Scott, 1999). Rekreasyon aktivitelerine katılım engellerini incelemek, değerler ve tutumların, serbest zaman tercihlerinin ve davranışlarının arasında görülen ilişkilerin niçin önemsiz olduğunu anlamaya yardımcı olmaktadır (Jackson, 2000). Bu nedenle, engellerin neler olduğunu ve bireylerin aktivitelere katılımlarındaki etkisini incelemek önemlidir.

Serbest zaman engelleriyle ilgili olarak, aktivite tercihleri, ortaya çıkan engeller ve aktivitelere katılım arasında bir ilişki olduğu fikri benimsenmiştir. Bir

kişi için bir rekreasyon aktivite tercihi vardır ancak bir engel oluşursa o aktiviteye katılım sağlanamaz. Eğer aktivite boyunca hiçbir engel meydana gelmez ise birey aktiviteye katılacaktır (Crawford ve Godbey, 1987). Bireyin aktivite sırasında bir engel ile karşılaşmayıp aktiviteyi gerçekleştirmesi rekreasyon etkinliğinde bulunduğunu gösterir. Çetinkaya vd. (2016) ise, serbest zaman engellerinin belirlenmesinin rekreasyon yönetiminin sağlanması ve rekreasyon aktivitelerinin veriminin artırılması için yararlı olacağını savunmaktadırlar.

İnsanların boş zaman değerlendirme amaçlı rekreasyonel faaliyetleri onların dengeli bir yaşam tarzına kavuşmasında önemlidir. Ancak faaliyetlerin hedeflerine ulaşmada zaman ve maliyetle ilgili engeller araştırmalar neticesinde en çok görülen engeller arasındadır. Buna rağmen, bu engeller her birey için farklı düzeyde veya şekilde etkili olmaktadır. Örneğin, gençlerin daha fazla zamanı olmasına rağmen aktivitelere katılmak için arkadaş eksikliği, fırsat eksikliği veya maddi yetersizlikler mevcut iken, orta yetişkin bireylerde bu engeller azalır. Arkadaş eksikliği, maddi yetersizlik yerine çalışma yoğunluğu, zaman bulamama, aileye daha fazla zaman ayırma engeli gibi kısıtlamalar orta yaş bireylerin aktivitelere katılmalarını etkiler. Yaşlanmayla birlikte yaşlı bireyler, zaman, maddi durum konularında bir engelle karşılaşmazken, sağlık durumlarının yetersizliği, bir beceri gerçekleştirememesi, yalnızlık gibi etkenlerden dolayı rekreasyon katılımı sağlayamamaktadırlar (Jackson, 2000).

Crawford ve Godbey'in (1987) aktardığına göre, serbest zaman engellerine yönelik olarak ilk kavramsal model Iso-Ahola (1981) tarafından geliştirilmiştir. Bu model, tamamen bireye odaklı ve onu sosyal çevreye yerleştirerek geliştirilmiştir. Ancak bu model, boş zaman engellerinin bireylerin aktiviteye katılımında nasıl işleyeceğini açıkça ifade edememiştir. Bu nedenle, rekreasyon aktivitesine katılım engellerinin bireyler üzerinde hangi yönde engeller oluşturacağı konusunda, boş zaman tercihleri ve aktivitelere katılım faktörleri göz önüne alınarak engelleri üç temel şekilde aktaran daha açık bir model geliştirilmiştir. Bu model, hiyerarşik serbest zaman engelleri olarak kişisel, kişilerarası ve yapısal şeklinde ele alınmıştır.



Şekil 6: Serbest Zaman Engelleri Hiyerarşik Modeli (Çetinkaya vd., 2016)

Şekil 3, bireylerin rekreasyon faaliyetine başlamasıyla aktiviteye daha fazla katılım sağlamak için serbest zaman engellerinin üstesinden nasıl gelineceğini gösterir (Lyu ve Oh, 2014). Serbest zaman tercihleri ve aktiviteye katılım noktasında bireysel, bireylerarası ve yapısal engellerin ilişkisi şekil 3’de gösterilmiştir.

2.6.1. Bireysel Engeller

Kişisel engeller, bireylerin, serbest zaman aktiviteleri yapma aşamasında veya aktiviteye başlamadan önceki tutumları ve psikolojik durumlarını ifade eder. Stres, depresyon, endişe, algılanan öz beceri ve aktivitelerin bireyler için uygun ve ulaşılabilir olması, bireylerin şahsi ihtiyaçları gibi etkenler insanların rekreasyon faaliyetlerine katılımlarına yönelik bireysel engellere örnektir (Crawford ve Godbey, 1987). Bireysel engeller, içsel engeller olarak ifade edilmiş ve yapısal engellere göre kişisel uğraşlar neticesinde bireysel engellerin üstesinden daha kolay gelinebileceği vurgulanmıştır (Kimm, 2009; akt. Munusturlar vd., 2017). Literatürde içsel engeller; sınırlı düzeydeki beceriler, fiziksel yorgunluk, kişinin öz saygısı, toplumsal değerlerin veya ailevi rollerin yol açabileceği kısıtlamalar şeklinde insanların rekreasyonel etkinliklere katılımına yönelik bireysel engeller olarak değerlendirilmektedir (Alexandris vd., 2016). Bireysel engeller, kişilerin ihtiyaçlarına, tutumlarına ve tercihlerine göre bir aktiviteye katılım sağlayamadıklarında ortaya çıkmaktadır (Scott, 1991).

Crawford, Godbey ve Jackson (1991), insanların serbest zaman engelleriyle hiyerarşik olarak ilk önce bireysel düzeyde karşılaştıklarını ifade etmişlerdir. Daha sonra, bireysel engellerin karşılanmasının ardından bireylerarası engellerin ortaya çıktığını vurgulamışlardır. Ayrıca, bireysel engellerin, kişilerin bir aktiviteye başlamak için motivasyon ve harekete geçme isteği koşullandırdığını ifade etmişlerdir. Bu nedenle, bireysel engeller Crawford vd. (1991) tarafından en güçlü engel olarak değerlendirilmiştir.

Bireysel engellerle ilgi yapılan çalışmalarla ilgili olarak, Çin’de yaşayan halk’a yönelik olarak yürütülen araştırmada, Lin vd. (2022) psikolojik problemler ve fiziksel aktivite ilgi eksikliğinin en önemli rekreasyon katılım engeli olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bedensel engellilere yönelik bir çalışmada ise araştırmaya katılan kişilerin %16’sının bir aktiviteye katılım amacıyla toplu taşıma araçlarına bindiklerinde korktukları ve %26’sının ise rekreatif faaliyette bulunmanın çok fazla sorumluluk barındırdığı vurgulanmıştır. Ancak çalışmada elde edilen sonuçlara göre, bireysel engellerin diğer engellere göre daha az seviyede algılandığı ifade edilmiştir (Visser, Kriel, Swanepoel ve Cockeran, 2024). Stereotip kadınlar, yani toplum içinde yaygın olarak kabul edilen biçimde yaşayan kadınlar, ilgilerini, yeteneklerini ve kendilerine güvenlerini geliştirebilecekleri rekreasyonel faaliyetlere katılımında bireysel engellerle karşılaşmaktadırlar (Scott, 1991).

2.6.2. Bireylerarası Engeller

Bireylerarası engeller, ortak bir etkileşimin sağlandığı ve iki veya daha fazla bireyin bir araya gelerek bir aktivite gerçekleştirmesini kısıtlayan engellerdir. Bir evlilikte çiftlerin birlikte yapacakları aktivite tercihlerini etkileyen ve eşler arasındaki iletişim sonucunda ortaya çıkan birtakım engeller bireylerarası engellere örnek olarak verilebilir (Crawford ve Godbey, 1987). Ayrıca, çocukları olan ebeveynlerin maddi giderlerinde artış olacağı, bunun da rekreasyonel faaliyetlere katılımında engel oluşturabileceği ifade edilmiştir. Bu nedenle, cinsiyet ve medeni durum halinin insanların aktivitelere katılmalarında bireylerarası engel teşkil ettiği sonucuna ulaşılmıştır (Aydın, 2021).

Bireylerarası engeller, kişilerin birbirleriyle bir arada aktiviteye başlama noktasında veya aktive sürecinde karşılaştıkları kısıtlamalardır. Bir partner ile yapılması gereken rekreasyonel bir faaliyet için arkadaş bulunamaması durumunda bireylerarası engeller söz konusu olmaktadır (Crawford ve Godbey, 1987). Ayrıca, bireylerarası engeller farklı kültürlerde farklı şekilde meydana gelebilir. Öyle ki, bazı insanlar rekreasyonel faaliyetlere katılımı dini bir engel olarak görürken, diğer insanlar onu bir engel olarak görmezler. Veya bir grubun futbol maçı oynaması için tesis eksikliği maçın oynanmasını engellerken, bu durum başka bir grubun maçı oynamasını engellemez ve sokakta ya da bir okul bahçesinde maçı oynayabilirler (Godbey vd., 2010).

Literatür incelendiğinde, Emir, Küçük Kılıç, Gürbüz ve Öncü (2022) tarafından yapılan çalışmada insanların ihtiyaçları, önceki yaşantılar, davranış ve inançlarıyla ilgili olarak ortaya çıkan bireylerarası engellerin rekreasyonel aktiviteye katılımı en az etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2. 6. 3. Yapısal Engeller

Yapısal engeller, bireylerin rekreasyonel faaliyetlere katılma hususunda onların maddi durumları, imkânları, işleri, aileleri, sağlık yönetimleri ve sahip oldukları ulaşım şekilleri gibi unsurların ortaya çıkardığı kısıtlamalar şeklide ifade edilmiştir (Scott, 1991). Bireysel engellerde, aktiviteye katılan kişilerin katılım tercihleri henüz netleşmemiştir ancak yapısal engeller düzeyinde, kişi zaten bireysel ve bireylerarası engellerin üstesinden geldiği için aktiviteye katılım tercihi netleşmiş olacaktır (Crawford ve Godbey, 1987). Örneğin, bir çocuğun bir oyun alanında etkinliklere veya oyunlara katılmak istemesi ancak ebeveynlerin bu aktiviteler için maddi durumunun olmaması yapısal bir engel olarak ifade edilmiştir (Beşikçi, 2020: s. 51).

Visser vd. (2024) bedensel engelli bireylerle yapılan çalışmada kişilerin rekreasyonel faaliyetlere katılımında devlet tarafından verilen maddi desteğin azlığı, ekipman ve diğer giderlerin pahalılığı gibi yapısal engellerin ortaya çıktığını vurgulamışlardır. Emir vd. (2022) tarafından Türk kadınlarının serbest zaman aktivitelerine katılımına yönelik yapılan çalışmada en önemli rekreasyonel aktivite

engelinin maddi yetersizlik, yer bulamama, sosyo-ekonomik düzey ve cinsiyetle ilişkili olan yapısal engellerin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çetinkaya vd. (2016) tarafından yapılan çalışmada milli parkların kullanımıyla ilgili olarak parkların konumunun ulaşım için elverişli olmaması ve bu nedenle fazladan zaman ayırma ihtiyacı oluşturması milli parkların sebep olduğu yapısal engelleri ortaya çıkarmıştır.

2. 6. 4. Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımı Etkileyen Diğer Faktörler

Rekreasyonel aktivitelere katılımı kısıtlayan serbest zaman engelleri hiyerarşik modeli olan bireysel, bireylerarası ve yapısal engeller Crawford ve Godbey (1987) tarafından literatüre kazandırılmış ve günümüze kadar boş zaman engelleriyle ilgili çalışmalara temel olmuştur. Bu modele ait engellerin yanında toplumsal, ekonomik ve demografik özelliklere ait unsurlar da rekreasyonel aktivite engelleri içerisinde yer alır (Beşikçi, 2020: s. 53). Bu unsurlara ait engeller yaş ve cinsiyet, eğitim ve maddi durum, kültür ve etnik yapı şeklinde ele alınmaktadır.

2. 6. 4. 1. Yaş Engeli

Serbest zaman etkinliklerine katılım engeli olarak yaş faktörü, bireylerin rekreasyonel aktivitelere katılımında kısıtlamalar barındırır. Yaşlı bireyler, önceki nesillere göre daha uzun ve sağlıklı yaşamalarına rağmen onların %20'sinden fazlasının yoksulluk sınırının altında olması sebebiyle rekreasyonel faaliyetlere katılımında engellerle karşılaştıkları sonucuna ulaşılmış, ayrıca yaşla birlikte bireylerin sağlık durumları kötüleştiği için aktivitelere katılımları zorlaşmıştır (Shores vd., 2007).

Raymore ve Scott (1998) tarafından yapılan çalışmada, yaşlı bireylerin arkadaş bulamadıkları için veya herhangi bir olumsuz durumla karşılaşmamak için park kullanımlarını azalttıklarını ifade etmişlerdir. Bu da yaşlı kişiler için rekreasyonel faaliyetlere katılımında yaş engelinin ortaya çıkardığı unsurlar olarak ortaya çıkmaktadır.

Macree (2011: s. 17) tarafından üniversite öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılımıyla ilgili yapılan çalışmada yaşları büyük öğrencilerin genç öğrencilere göre daha fazla engelle karşılaştıkları belirlenmiştir. Özellikle aktivitelere katılım için zaman bulamama, üniversite kampüsündeki aktivitelerin yaşlarına uygun

olmaması gibi nedenlerden dolayı yaşları büyük öğrenciler daha fazla kısıtlamaya maruz kaldıklarını ifade etmişlerdir.

2. 6. 4. 2. Cinsiyet Engeli

Boş zaman engellerinin hem erkekleri hem kadınları etkilediği bilinmektedir, ancak araştırmalara göre kadınların karşılaştıkları engellerin daha fazla öne çıkan bir durum olduğu Shores vd. (2007) tarafından ifade edilmiştir. Çetinkaya vd. (2016) kadınların toplum içindeki rollerinin, aktivitelere katılımı daha fazla engel teşkil ettiğini vurgulamıştır. Ayrıca, aktivitelere katılma noktasında güvenlik endişesinin var olması da kadınlar için bir engel unsuru olmaktadır.

Kadınların ev işleri, çocuk bakımı gibi görevleri üstlenmelerinden dolayı erkeklere göre daha az serbest zamana sahip olduğu ve bu durumun kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımında önemli engeller oluşturduğu belirtilmiştir (Aydın, 2021). Üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir araştırmada, kadın öğrenciler, daha yoğun çalışma ve aileyle zaman geçirme durumlarından dolayı rekreasyon etkinliklerine katılmadıklarını ifade etmişlerdir. Ayrıca, kadın öğrenciler bir engel olarak kişinin psikolojisi ve ilgi eksikliğini öne sürerken, erkek öğrenciler hem psikoloji hem de ilgi eksikliğinin bir engel oluşturup oluşturmadığı konusunda kararsız kalmışlardır (Akyol ve Akkaşoğlu, 2020). Karakan vd. (2021) tarafından yürütülen yerel halkın rekreasyonel faaliyetlere katılım engelleri üzerine bir çalışmanın sonucu olarak cinsiyet rolünün bir engel ortaya çıkarmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılımını etkileyen faktörleri inceleyen farklı bir çalışmada ise cinsiyet değişkenine göre engeller araştırıldığında, erkek öğrencilerin arkadaş eksikliğinin kız öğrencilerden daha fazla engel durumu oluşturduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine aynı çalışmada kız öğrencilerin rekreasyonel faaliyetler için zaman bulamamalarının bir engel teşkil ettiği ifade edilmiştir (Kabadayı vd., 2017). Bu nedenle, rekreasyonel faaliyetlere katılım engelleriyle ilgili çeşitli çalışmalar ve çalışma sonuçları mevcuttur.

2. 6. 4. 3. Eğitim ve Maddi Durum Engeli

İnsanların eğitim seviyesi arttıkça, boş zamanlarını daha kaliteli geçirebilme noktasında bir bilinç geliştirebilmektedirler. Eğitim seviyesinin istenilen düzeyde olması da bireylerin maddi durumlarında bir iyileşme sağlayarak gerçekleştirilen

rekreasyonel faaliyetlere katılımı üst seviyeye çıkarır (Kara, 2022: s. 44). Ancak, eğitim seviyesinin artması bireylerin serbest zaman aktivitelerine her zaman daha fazla katılabileceklerini göstermez. İnsanların bir meslek sahibi olmak için eğitim almaları, eğitimlerine yönelik çalışmaları, gerekli görevleri yaparken veya ders çalışırken daha bireysel ve yalnız bir konumda kalmaları onların rekreasyonel faaliyetlerine katılımına bir engel oluşturmaktadır. Eğitim seviyesi daha düşük bireyler ise eğitim alma, ders çalışma, bir eğitim görevinin olması gibi durumlara zaman ayırmadıkları için daha fazla serbest zamana sahip olacaklar ve sosyalleşerek daha fazla rekreasyonel faaliyette bulunabileceklerdir (Ardahan, 2013). Bu düşünceden farklı başka bir çalışmada, üniversite eğitimi almış bireylerin boş zamanla ilgili bilgi ve becerilerini geliştirmeleri sayesinde rekreasyonel faaliyetlere katılım engellerinin üstesinden daha kolay gelinebileceği vurgulanmıştır (Lee vd., 2001).

2. 6. 4. 4. Kültür

İnsanların günlük yaşamlarında serbest zamanlarını değerlendirmek için rekreasyonel faaliyetlere katılmalarına olanak sağlayan aktivite tercihleri onların aile gelenekleri, değerleri, gelenek ve görenekleri, konuştukları dil, din ve kurallar tarafından belirlenmektedir. Bu unsurlar, bireylerin faaliyetlere katılımlarını etkiler. Diğer bir deyişle, bireyler içinde yaşadıkları kültürden etkilenirler ve kültür, rekreasyonel faaliyetlere olan katılımlarına dair bir kolaylaştırıcı etki veya engel unsuru oluşturur (Köknel, 1979; akt. Beşikçi, 2020, s. 55). İnsanlar kültürlerine göre bir aktivite tercihinde bulunurlar ve o aktiviteyi gerçekleştirme noktasında engellerle karşılaşır ve farklı milletler için farklı engeller mevcuttur. Örneğin, Türkiye’de kadınların aktivitelere katılımında tesis, zaman gibi yapısal engeller etkili olurken, Koreli ve Çinli kadınlarda bu faktörlerin bir etken oluşturmaması kültürel farklılıkların rekreasyonel aktivitelere katılımı etkilediğini göstermektedir (Emir vd., 2022).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, evren, örneklem, verilerin toplanması ve analizi ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, Burdur ilindeki devlet okullarında görev yapan öğretmenlerin rekreasyonel aktivitelere katılımlarının tespit edilmesi hakkında olduğu için kesitsel bir araştırma modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Burdur il merkezindeki Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı devlet okullarında görev yapan 403 öğretmen oluşturmuştur. Katılımcılara kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılmış ve yüz yüze anket yöntemiyle veriler toplanmıştır. Öğretmenler gönüllülük esasına göre seçilmiş ve öğretmenlerin öğretim kademeleri, branşları, yaşları, cinsiyetleri, öğretmenlikte geçirdikleri süreler farklılık göstermiştir.

3.3. Veri Toplama Araç ve/veya Teknikleri

Veri toplama aracı iki bölümden oluşmuş bir anket formudur. Katılımcılara ait demografik bilgiler (cinsiyet, branş, meslekte geçirdiği yıl vb.) ve katıldıkları rekreatif faaliyetlere yönelik sorular anketin birinci bölümünde, Carroll ve Alexandris'in (1997) geliştirdiği 27 maddelik "serbest zaman engelleri ölçeği" ise anketin ikinci bölümünde yer almıştır. Bu ölçeği Karaküçük ve Gürbüz (2006) Türkçeye uyarlamış, ölçeğin yapı geçerliği analizi ise Gürbüz vd. (2020) tarafından gerçekleştirilerek 18 maddelik şeklini almıştır. Bu ölçek ile katılımcıların rekreasyonel faaliyetlere katılımlarının önündeki engellerin tespit edilmesi amaçlanmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Veriler anket aracılığı ile toplanmış ve ölçek "kesinlikle önemsiz" den başlayarak "çok önemli"ye kadar olan 4'lük Likert Tipindeki 27 maddeden oluşmuştur. Ölçeğin alt boyutları ise Birey Psikolojisi (5 madde), sosyal ortam ve bilgi eksikliği (4 madde), tesis, hizmet ve ulaşım (8 madde), arkadaş eksikliği (3

madde), zaman (4 madde), İlgili eksikliği (3 madde) şeklindedir. Bu araştırma Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığının 21.03.2025 tarihli 2025/198 sayılı kararı sonucunda çalışmanın etik açıdan uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir. Anket, katılımcılara 07/04/2025 ve 09/05/2024 tarihleri arasında yüz yüze anket tekniğiyle uygulanmıştır.

3. 5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS Statistics paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde ilk olarak katılımcılara ait demografik değişkenler ve temel betimleyici istatistikler frekans ve yüzde değerleri ile özetlenmiştir. Daha sonra, bağımsız değişkenler ile bağımlı değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla betimleyici analizlere ek olarak normallik testleri uygulanmıştır.

Normallik varsayımının değerlendirmek için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları kullanılmış ve bu değerlerin ± 3 aralığında olduğu görülmüştür. Bu da normal dağılıma uygunluk için yeterli olarak değerlendirilmiştir (Kline, 2011: akt. Demir, 2022). Elde edilen bulgular, değişkenlerin normal dağılımını büyük ölçüde karşıladığını göstermiştir.

Verilerin normal dağılıma uygun olması sebebiyle parametrik testler tercih edilmiştir. Bu kapsamda, cinsiyet, günlük serbest zaman süresinin yeterliliği, rekreasyonel faaliyetlere katılım tercihi, sosyal çevre tercihi ve tesis tercihlerinin kamu veya özel olması değişkenlerine göre bağımsız örneklem t-testi uygulanmış ve gruplar arasındaki farklar analiz edilmiştir. Analiz sonuçları tablolar halinde verilmiş ve bulgular, belirtilen değişkenlere göre yorumlanmıştır. Elde edilen sonuçlara bakılarak istatistiksel bir yeterlilik sağlandığı ifade edilebilir.

Tablo 1. Araştırma Grubuna Yönelik Betimleyici Bulgular (N = 403).

Cinsiyet	Frekans	Yüzde
Kadın	229	56.80%
Erkek	174	43.20%
Algılanan Gelir Durumu	Frekans	Yüzde
Düşük	31	7.70%

Orta	353	87.60%
Yüksek	19	4.70%
Günlük Serbest Zaman Süresinin Algılanan Yeterliliği	Frekans	Yüzde
Yeterli	231	57.30%
Yetersiz	172	42.70%
Rekreasyonel Faaliyetlere Katılım Tercihi	Frekans	Yüzde
Bireysel	253	62.90%
Grup	149	37.10%
Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımda Sosyal Çevre Tercihi	Frekans	Yüzde
Aile	284	70.50%
Arkadaş	119	29.50%
Tesis Tercihi	Frekans	Yüzde
Kamu tesisleri	258	64.00%
Özel tesisler	145	36.00%

Araştırma grubuna ilişkin tanımlayıcı bulgular Tablo 1’de sunulmuştur. Katılımcıların cinsiyet dağılımı incelendiğinde, çalışmaya katılanların %56.80’inin kadın, %43.20’sinin erkek olduğu görülmektedir. Bu bulgu, araştırmanın kadın katılımcılar tarafından daha yoğun ilgi gördüğünü göstermektedir. Katılımcıların algılanan gelir düzeylerine bakıldığında, büyük çoğunluğun (%87.60) gelirini “orta” düzeyde algıladığı, %7.70’inin gelirini “düşük” ve yalnızca %4.70’inin “yüksek” olarak değerlendirdiği tespit edilmiştir. Bu durum, örneklemin ağırlıklı olarak ekonomik açıdan benzer bir profile sahip bireylerden oluştuğunu düşündürmektedir. Günlük serbest zaman süresinin yeterliliğine ilişkin algılar değerlendirildiğinde, katılımcıların %57.30’u serbest zamanlarını yeterli bulurken, %42.70’i yetersiz olarak değerlendirmiştir. Bu sonuç, bireylerin önemli bir kısmının günlük serbest zamanlarını tatmin edici düzeyde yaşamadığını ortaya koymaktadır. Rekreasyonel faaliyetlere katılım tercihi açısından, katılımcıların %62.90’ı bireysel katılımı tercih ederken, %37.10’u grup halinde katılımı tercih ettiğini belirtmiştir. Bu durum, bireysel rekreasyonel yönelimlerin grup faaliyetlerine kıyasla daha yaygın olduğunu göstermektedir. Katılımcıların sosyal çevre tercihlerine bakıldığında ise, %70.50’si rekreasyonel faaliyetlere aileleriyle katılmayı tercih ederken, %29.50’si arkadaşlarıyla katılmayı tercih ettiğini ifade etmiştir. Bu bulgu, aile bağlarının rekreasyonel alanda da belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır. Tesis tercihi değişkenine göre, katılımcıların %64.00’ü kamu tesislerini tercih ederken, %36.00’ı özel tesislerde bulunmayı tercih ettiklerini belirtmiştir. Bu dağılım, örnekleme

kamuya ait tesislerin daha yüksek oranda yer aldığını göstermektedir. Bu durum, katılımcıların serbest zaman algısı ve rekreasyonel eğilimlerinin tesis tercihleriyle ilişkili olarak değerlendirilmesini önemli kılmaktadır.

Tablo 2. Değişkenlere Yönelik Betimleyici Bulgular ve Normallik Analizi.

Değişken	Ortalama	Standart Sapma	Skewness	Standart Hata	Kurtosis	Standart Hata
Birey Psikolojisi	2.69	0.645	-0.487	0.122	0.368	0.243
Bilgi Eksikliği	2.66	0.728	-0.356	0.122	-0.098	0.243
Tesis Eksikliği	3.12	0.636	-0.725	0.122	1.340	0.243
Arkadaş Eksikliği	2.67	0.695	-0.382	0.122	0.044	0.243
Zaman Eksikliği	3.04	0.521	-0.500	0.122	1.613	0.243
İlgi Eksikliği	2.58	0.673	-0.243	0.122	0.063	0.243

Tablo 2’de araştırmada yer alan değişkenlere ilişkin betimleyici istatistikler ve normallik analizine ait bulgular sunulmuştur. Ortalama ve standart sapma değerleri, değişkenlerin genel dağılım eğilimleri hakkında bilgi vermektedir. Ayrıca, normallik varsayımının değerlendirilmesinde kullanılan skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerleri, Kline’in (2011) belirttiği eşik değerlere göre yorumlanmıştır (akt. Demir, 2022). Kline’a göre, ± 3 aralığındaki skewness ve kurtosis değerleri normal dağılıma kabul edilebilir düzeyde yakın olarak değerlendirilmektedir. Bu çerçevede, tüm değişkenlerin skewness değerleri -0.243 ile -0.725 arasında değişmektedir. En yüksek çarpıklık değeri tesis eksikliği değişkeninde (-0.725) görülmüş, ancak bu değer Kline’in belirttiği sınırlar içinde kalmıştır. Diğer değişkenlerde de çarpıklık değerleri ± 1 aralığındadır ve bu durum, dağılımların simetrik yapıya yakın olduğunu göstermektedir. Kurtosis değerleri incelendiğinde ise, en yüksek değer zaman eksikliği değişkeninde (1.613) gözlemlenmiştir. Bununla birlikte, tüm değişkenlerin basıklık değerleri de ± 3 sınırları içindedir. Bu sonuçlara göre, verilerin normallik varsayımını büyük ölçüde karşıladığı söylenebilir. Bu bulgular, yapılacak ileri analizler için parametrik testlerin uygulanabilirliğini desteklemektedir. Verilerin normal dağılıma uygunluğu, özellikle yapısal eşitlik modellemesi ve regresyon analizleri gibi istatistiksel tekniklerin geçerliliği açısından önem taşımaktadır.

Tablo 3. Cinsiyete Yönelik T-Testi Bulguları.

Değişken	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p	Etki Değeri	LLCI	ULCI
Birey Psikolojisi	Kadın	229	2.76	0.636	2.23	0.026	0.224	0.027	0.422
	Erkek	174	2.61	0.650					
Bilgi Eksikliği	Kadın	229	2.74	0.718	2.46	0.014	0.248	0.05	0.446
	Erkek	174	2.56	0.731					
Tesis Eksikliği	Kadın	229	3.16	0.618	1.33	0.184	0.133	0.063	0.331
	Erkek	174	3.08	0.657					
Arkadaş Eksikliği	Kadın	229	2.71	0.712	1.17	0.239	0.118	-0.078	0.316
	Erkek	174	2.63	0.673					
Zaman Eksikliği	Kadın	229	3.10	0.503	2.65	0.008	0.267	0.069	0.465
	Erkek	174	2.96	0.536					
İlgi Eksikliği	Kadın	229	2.60	0.681	0.82	0.412	0.082	-0.114	0.280
	Erkek	174	2.54	0.663					

Tablo 3'te cinsiyet değişkenine göre yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçları, birey psikolojisi bilgi eksikliği ve zaman eksikliği değişkenlerinde cinsiyete bağlı anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir ($p < .05$). Birey psikolojisi değişkeninde kadın katılımcıların ($\bar{x}=2.76$) ortalaması erkek katılımcılardan ($\bar{x}=2.61$) anlamlı düzeyde daha yüksektir ($t=2.23$, $p=0.026$). Etki büyüklüğü ($d=0.224$) küçük düzeydedir. Güven aralığı (LLCI=0.027, ULCI=0.422) pozitif yönde ve sıfır içermemektedir. Bilgi eksikliği açısından da kadınların ($\bar{x}=2.74$) ortalaması erkeklerden ($\bar{x}=2.56$) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($t=2.46$, $p=0.014$). Etki büyüklüğü $d=0.248$ ile küçük düzeydedir. Güven aralığı (0.05–0.446) sıfır içermediği için fark istatistiksel olarak anlamlıdır. Zaman eksikliği değişkeninde de kadın katılımcılar ($\bar{x}=3.10$) erkek katılımcılardan ($\bar{x}=2.96$) anlamlı biçimde daha yüksek puan almıştır ($t=2.65$, $p=0.008$). Etki büyüklüğü ($d=0.267$) küçük düzeyde olsa da anlamlı bir farkı işaret etmektedir. Güven aralığı 0.069 ile 0.465 arasında pozitif değerlerdedir. Diğer değişkenlerde – tesis eksikliği, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği – cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Bu durum, bu değişkenlerin cinsiyete göre benzer değerlendirildiğini göstermektedir. Sonuç olarak, birey psikolojisi, bilgi eksikliği ve zaman eksikliği konularında kadın katılımcıların daha yüksek puanlar verdiği

görülmüştür. Bu farklar küçük düzeyde olmasına rağmen anlamlıdır. Bu bulgu, kadınların bazı engelleyici etkenleri daha yoğun algıladığını düşündürmektedir.

Tablo 4. Günlük Serbest Zaman Süresinin Algılanan Yeterliliğine Yönelik T-Testi Bulguları.

Değişken	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p	Etki Değeri	LLCI	ULCI																																																																
Birey Psikolojisi	Yeterli	231	2.66	0.653	-1.16	0.245	-0.117	-0.314	0.080																																																																
	Yetersiz	172	2.74	0.634						Bilgi Eksikliği	Yeterli	231	2.71	0.701	1.53	0.125	0.154	-0.042	0.352	Yetersiz	172	2.60	0.760	Tesis Eksikliği	Yeterli	231	3.14	0.565	0.44	0.656	0.044	-0.152	0.242	Yetersiz	172	3.11	0.721	Arkadaş Eksikliği	Yeterli	231	2.68	0.704	0.11	0.907	0.011	-0.185	0.209	Yetersiz	172	2.67	0.685	Zaman Eksikliği	Yeterli	231	3.00	0.506	-1.43	0.153	-0.144	-0.341	0.053	Yetersiz	172	3.08	0.540	İlgi Eksikliği	Yeterli	231	2.61	0.673	1.15	0.251	0.115
Bilgi Eksikliği	Yeterli	231	2.71	0.701	1.53	0.125	0.154	-0.042	0.352																																																																
	Yetersiz	172	2.60	0.760						Tesis Eksikliği	Yeterli	231	3.14	0.565	0.44	0.656	0.044	-0.152	0.242	Yetersiz	172	3.11	0.721	Arkadaş Eksikliği	Yeterli	231	2.68	0.704	0.11	0.907	0.011	-0.185	0.209	Yetersiz	172	2.67	0.685	Zaman Eksikliği	Yeterli	231	3.00	0.506	-1.43	0.153	-0.144	-0.341	0.053	Yetersiz	172	3.08	0.540	İlgi Eksikliği	Yeterli	231	2.61	0.673	1.15	0.251	0.115	-0.081	0.313	Yetersiz	172	2.53	0.672								
Tesis Eksikliği	Yeterli	231	3.14	0.565	0.44	0.656	0.044	-0.152	0.242																																																																
	Yetersiz	172	3.11	0.721						Arkadaş Eksikliği	Yeterli	231	2.68	0.704	0.11	0.907	0.011	-0.185	0.209	Yetersiz	172	2.67	0.685	Zaman Eksikliği	Yeterli	231	3.00	0.506	-1.43	0.153	-0.144	-0.341	0.053	Yetersiz	172	3.08	0.540	İlgi Eksikliği	Yeterli	231	2.61	0.673	1.15	0.251	0.115	-0.081	0.313	Yetersiz	172	2.53	0.672																						
Arkadaş Eksikliği	Yeterli	231	2.68	0.704	0.11	0.907	0.011	-0.185	0.209																																																																
	Yetersiz	172	2.67	0.685						Zaman Eksikliği	Yeterli	231	3.00	0.506	-1.43	0.153	-0.144	-0.341	0.053	Yetersiz	172	3.08	0.540	İlgi Eksikliği	Yeterli	231	2.61	0.673	1.15	0.251	0.115	-0.081	0.313	Yetersiz	172	2.53	0.672																																				
Zaman Eksikliği	Yeterli	231	3.00	0.506	-1.43	0.153	-0.144	-0.341	0.053																																																																
	Yetersiz	172	3.08	0.540						İlgi Eksikliği	Yeterli	231	2.61	0.673	1.15	0.251	0.115	-0.081	0.313	Yetersiz	172	2.53	0.672																																																		
İlgi Eksikliği	Yeterli	231	2.61	0.673	1.15	0.251	0.115	-0.081	0.313																																																																
	Yetersiz	172	2.53	0.672																																																																					

Tablo 4’te günlük serbest zaman süresinin algılanan yeterliliğine göre yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları sunulmuştur. Birey psikolojisi değişkeninde, yeterli süresi olduğunu belirten katılımcıların ortalaması ($\bar{x} = 2.66$, $SD = 0.653$), yetersiz bulanlara ($\bar{x} = 2.74$, $SD = 0.634$) kıyasla daha düşük olsa da fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($t = -1.16$, $p = .245$, $d = -0.117$, $95\% \text{ CI } [-0.314, 0.080]$). Bilgi eksikliği değişkeni için yeterli grup ($\bar{x} = 2.71$) ve yetersiz grup ($\bar{x} = 2.60$) arasında fark anlamlı düzeye ulaşmamıştır ($t = 1.53$, $p = .125$, $d = 0.154$, $95\% \text{ CI } [-0.042, 0.352]$). Tesis eksikliği ($\bar{x}_{\text{yeterli}} = 3.14$; $\bar{x}_{\text{yetersiz}} = 3.11$), arkadaş eksikliği ($\bar{x}_{\text{yeterli}} = 2.68$; $\bar{x}_{\text{yetersiz}} = 2.67$), zaman eksikliği ($\bar{x}_{\text{yeterli}} = 3.00$; $\bar{x}_{\text{yetersiz}} = 3.08$) ve ilgi eksikliği ($\bar{x}_{\text{yeterli}} = 2.61$; $\bar{x}_{\text{yetersiz}} = 2.53$) değişkenlerinde de istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmamıştır (t değerleri $p > .05$). Tüm değişkenler için etki büyüklükleri düşük düzeyde kalmıştır ve güven aralıkları sıfırı içermektedir. Bu bulgular, günlük serbest zaman süresinin yeterli ya da yetersiz olarak algılanmasının, rekreasyonel engel algıları üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığını göstermektedir. Engel algılarının yalnızca zaman miktarına değil, bireysel koşullara ve sosyal çevreye bağlı olarak şekillendiği söylenebilir.

Tablo 5. Rekreatyonel Faaliyetlere Katılım Tercihine Yönelik T-Testi Bulguları.

Değişken	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p	Etki Değeri	LLCI	ULCI
Birey Psikolojisi	Bireysel	253	2.74	0.617	2.04	0.042	0.210	0.007	0.413
	Grup	149	2.61	0.683					
Bilgi Eksikliği	Bireysel	253	2.70	0.731	1.47	0.141	0.152	-0.050	0.354
	Grup	149	2.59	0.715					
Tesis Eksikliği	Bireysel	253	3.15	0.637	1.31	0.259	0.116	-0.085	0.319
	Grup	149	3.08	0.631					
Arkadaş Eksikliği	Bireysel	253	2.68	0.689	0.29	0.772	0.029	-0.172	0.232
	Grup	149	2.66	0.706					
Zaman Eksikliği	Bireysel	253	3.05	0.518	0.74	0.456	0.077	-0.125	0.279
	Grup	149	3.01	0.529					
İlgi Eksikliği	Bireysel	253	2.55	0.667	-1.06	0.289	-0.109	-0.031	0.093
	Grup	149	2.62	0.684					

Tablo 5'te, katılımcıların rekreatyonel faaliyetlere katılım tercihlerine (bireysel veya grup) göre yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre yalnızca birey psikolojisi değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlemlenmiştir. Bireysel katılımı tercih edenlerin birey psikolojisi puanı ($\bar{x} = 2.74$, $SD = 0.617$), grup katılımını tercih edenlerden ($\bar{x} = 2.61$, $SD = 0.683$) anlamlı düzeyde daha yüksektir ($t = 2.04$, $p = .042$, $d = 0.210$, $95\% CI [0.007, 0.413]$). Etki büyüklüğü küçük düzeydedir. Bilgi eksikliği ($\bar{x}_{bireysel} = 2.70$; $\bar{x}_{grup} = 2.59$), tesis eksikliği ($\bar{x}_{bireysel} = 3.15$; $\bar{x}_{grup} = 3.08$), arkadaş eksikliği ($\bar{x}_{bireysel} = 2.68$; $\bar{x}_{grup} = 2.66$), zaman eksikliği ($\bar{x}_{bireysel} = 3.05$; $\bar{x}_{grup} = 3.01$) ve ilgi eksikliği ($\bar{x}_{bireysel} = 2.55$; $\bar{x}_{grup} = 2.62$) değişkenlerinde ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Elde edilen sonuçlar, bireysel olarak rekreatyonel faaliyette bulunan bireylerin, psikolojik engelleri grup katılımını tercih edenlere göre daha fazla algıladığını göstermektedir. Diğer engel türleri açısından ise katılım tercihi anlamlı bir farklılık yaratmamaktadır. Bu durum, bireylerin yalnız katıldıkları etkinliklerde daha fazla içsel değerlendirme yaptıklarını ve bu durumun psikolojik algılarını etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Tablo 6. Rekreatyonel Faaliyetlere Katılımda Sosyal Çevre Tercihine Yönelik T-Testi Bulguları.

Değişken	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p	Etki Değeri	LLCI	ULCI
----------	------	---	----------	----------------	---	---	-------------	------	------

Birey Psikolojisi	Aile	284	2.75	0.624	2.81	0.005	0.307	0.092	0.522
	Arkadaş	119	2.55	0.675					
Bilgi Eksikliği	Aile	284	2.62	0.742	-1.71	0.087	-0.187	-0.401	0.027
	Arkadaş	119	2.76	0.687					
Tesis Eksikliği	Aile	284	3.12	0.649	-0.19	0.845	-0.021	-0.235	0.192
	Arkadaş	119	3.13	0.606					
Arkadaş Eksikliği	Aile	284	2.64	0.701	-1.34	0.180	-0.146	-0.360	0.067
	Arkadaş	119	2.75	0.68					
Zaman Eksikliği	Aile	284	3.03	0.519	-0.21	0.834	-0.022	-0.236	0.191
	Arkadaş	119	3.04	0.528					
İlgi Eksikliği	Aile	284	2.55	0.677	-1.16	0.246	-0.127	-0.341	0.087
	Arkadaş	119	2.64	0.661					

Tablo 6’da, katılımcıların rekreasyonel faaliyetlere katılımında sosyal çevre tercihlerine (aile veya arkadaş) göre yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, yalnızca birey psikolojisi değişkeninde anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ailesiyle katılımı tercih eden katılımcıların birey psikolojisi puanı ($\bar{x} = 2.75$, $SD = 0.624$), arkadaşlarıyla katılımı tercih edenlere kıyasla ($\bar{x} = 2.55$, $SD = 0.675$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir ($t = 2.81$, $p = .005$, $d = 0.307$, $95\% CI [0.092, 0.522]$). Bu fark, küçük düzeyde bir etki büyüklüğüne işaret etmektedir. Bilgi eksikliği ($\bar{x}_{aile} = 2.62$; $\bar{x}_{arkadaş} = 2.76$), tesis eksikliği ($\bar{x}_{aile} = 3.12$; $\bar{x}_{arkadaş} = 3.13$), arkadaş eksikliği ($\bar{x}_{aile} = 2.64$; $\bar{x}_{arkadaş} = 2.75$), zaman eksikliği ($\bar{x}_{aile} = 3.03$; $\bar{x}_{arkadaş} = 3.04$) ve ilgi eksikliği ($\bar{x}_{aile} = 2.55$; $\bar{x}_{arkadaş} = 2.64$) değişkenlerinde gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Güven aralıklarının sıfırı içermesi bu farkların istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir. Sonuçlar, ailesiyle etkinliklere katılan bireylerin psikolojik engel algılarının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgu, aileyle yapılan etkinliklerde bireylerin psikolojik süreçlerinin daha yoğun yaşanabileceğine işaret edebilir. Diğer engel türleri açısından sosyal çevre tercihi anlamlı bir değişiklik yaratmamaktadır.

Tablo 7. Tesis Tercihlerine Yönelik T-Testi Bulguları.

Değişken	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p	Etki Değeri	LLCI	ULCI
Birey Psikolojisi	Kamu	258	2.65	0.642	-1.74	0.081	-0.180	-0.385	0.022
	Özel	145	2.77	0.646					
Bilgi Eksikliği	Kamu	258	2.71	0.708	1.55	0.122	0.160	-0.043	0.364
	Özel	145	2.59	0.760					

Tesis Eksikliği	Kamu	258	3.15	0.620	1.05	0.293	0.109	-0.094	0.312
	Özel	145	3.08	0.662					
Arkadaş Eksikliği	Kamu	258	2.69	0.693	0.79	0.430	0.081	-0.121	0.285
	Özel	145	2.64	0.700					
Zaman Eksikliği	Kamu	258	2.99	0.524	-2.55	0.011	-0.264	-0.468	-0.060
	Özel	145	3.12	0.506					
İlgi Eksikliği	Kamu	258	2.56	0.654	-0.44	0.660	-0.045	-0.249	0.157
	Özel	145	2.60	0.707					

Tablo 7’de, katılımcıların çalışma durumlarına göre (kamu veya özel sektör) yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları sunulmuştur. Analiz sonucuna göre yalnızca zaman eksikliği değişkeninde anlamlı bir fark bulunmuştur. Özel tesisleri tercih eden katılımcıların zaman eksikliği puanı ($\bar{x} = 3.12$, $SD = 0.506$), kamu tesis tercihlerine kıyasla ($\bar{x} = 2.99$, $SD = 0.524$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir ($t = -2.55$, $p = .011$, $d = -0.264$, $95\% \text{ CI } [-0.468, -0.060]$). Etki büyüklüğü küçük düzeydedir. Bu sonuç, özel tesisleri tercih edenlerin rekreasyonel faaliyetlere zaman ayırmakta daha fazla zorlandıklarını göstermektedir. Diğer değişkenlerde gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Birey psikolojisi değişkeni kamu ($\bar{x} = 2.65$) ve özel ($\bar{x} = 2.77$) tesisleri tercih edenler arasında anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p = .081$). Bilgi eksikliği ($\bar{x}_{\text{kamu}} = 2.71$; $\bar{x}_{\text{özel}} = 2.59$), tesis eksikliği ($\bar{x}_{\text{kamu}} = 3.15$; $\bar{x}_{\text{özel}} = 3.08$), arkadaş eksikliği ($\bar{x}_{\text{kamu}} = 2.69$; $\bar{x}_{\text{özel}} = 2.64$) ve ilgi eksikliği ($\bar{x}_{\text{kamu}} = 2.56$; $\bar{x}_{\text{özel}} = 2.60$) değişkenleri açısından da gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Bu sonuçlar, kamu veya özel sektör tesislerini tercih edenlerin çoğunun engel türünü benzer şekilde algıladıklarını, ancak zaman eksikliği konusunda özel sektör tesislerinin daha dezavantajlı bir konumda olduğunu göstermektedir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, Burdur ilindeki devlet okullarında görev yapan öğretmenlerin rekreasyonel faaliyetlere katılımına yönelik engeller çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Elde edilen bulgular, öğretmenlerin serbest zamanlarında rekreasyonel faaliyetlere katılımlarını etkileyen bireysel ve çevresel faktörlere dair önemli ipuçları sunmaktadır. Bu bölümde bulgular değerlendirilmiş ve yorumlamalar yapılmıştır. Ayrıca, literatürdeki benzer veya farklı çalışma sonuçları paylaşılmıştır.

4.1. Katılımcı Özelliklerine Dayalı Bulgular (Tablo 1)

Araştırma grubunun büyük çoğunluğunu %56.80'lik bir oranla kadın öğretmenler oluşturmuş ve katılımcıların önemli bir bölümü gelir düzeyini “orta” olarak algılamıştır. Gelir düzeyinin “orta” olarak algılanması katılımcılar arasında homojen bir ekonomik yapının olduğunu gösterir. Serbest zaman süresini yeterli bulanların oranı %57.3 olmakla birlikte, neredeyse yarıya yakını (%42,70) serbest zamanını yetersiz bulmaktadır. Bu durumda zaman yönetimi öğretmenlerin rekreasyonel katılımında kritik bir engel olarak ortaya çıkmaktadır. Katılımcıların çoğu bireysel (%62.90) ve aileyle (%70.50) katılım tercihini belirtmiş, kamu tesislerini (%64.00) ise özel tesislere (%36.00) oranla daha fazla tercih etmiştir. Bu bulgular, bireylerin ekonomik, sosyal ve kültürel bağlamda rekreasyonel tercihlerini kamu altyapısına ve aile odaklı yapıya dayandırdığını göstermektedir. Ayrıca bireyler, aktivite tercihlerini arkadaşlarıyla birlikte yapmaktan ziyade bireysel olarak gerçekleştirme yönünde karar bildirmiş ve bu da kişilerin benzer ilgide veya hobide olan arkadaşları bulmakta zorlandıklarına işaret etmektedir.

4.2. Değişkenlere İlişkin Genel Dağılımlar (Tablo 2)

Tüm engel türlerinin dağılımı normalliğe uygun bulunmuştur. En yüksek ortalama değere sahip engel “tesis eksikliği” ($\bar{x} = 3.12$) iken, bunu “zaman eksikliği” ($\bar{x} = 3.04$) izlemiştir. Bu durum, öğretmenlerin rekreasyonel faaliyetlerde daha çok yapısal ve zaman temelli engellerle karşılaştığını göstermektedir. İlgili eksikliği ($\bar{x} = 2.58$) ve arkadaş eksikliği ($\bar{x} = 2.67$) ise görece daha düşük ortalamalara sahiptir; bu

da bireylerin motivasyon ve sosyal çevre faktörlerine diğer engellere kıyasla daha az takıldığı düşünmektedir. Çapak (2019) tarafından Bingöl Üniversitesindeki öğretim elemanları ve öğrencilerinin faaliyetlerine katılımlarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi, Güler'in (2017) Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman engelleri ve Önen'in (2023) üniversite öğrencilerinin karşılaştıkları engeller üzerine yapılan çalışmalarda en önemli engelin tesisler olduğu bulgusu bu çalışmayla benzer sonucu vermiştir. Ayrıca Güler'in (2017) çalışmasında da bu çalışmadaki gibi ikinci sırada bulunan engelin “zaman” olduğu ifade edilmiştir. Kalkay (2019) tarafından yapılan çalışmada ise üniversite öğrencilerinin yaşadıkları il veya ilçelerdeki rekreasyonel tesisler yetersiz bulunmuş (%31, 7) ve bu veri de yine çalışmamızla benzer bulgulara ulaşıldığını göstermektedir.

Bizim çalışma sonucundan farklı olarak Dorul'un (2017) Antalya ilindeki öğretmenlerin serbest zaman engellerinin belirlenmesine yönelik çalışmada ise “zaman” alt boyutunun en önemli engel olduğu ve “tesis” alt boyutunun ikinci sırada geldiği ifade edilmiştir. Burada çalışmanın Antalya ilinde yapılmasından dolayı rekreasyonel faaliyet alanları bakımından tesislerin istenilen düzeyde olduğu sonucuna ulaşılabilir. Antalya ilinin tesis imkânlarının diğer çalışmaların yapıldığı şehirlerdeki tesis olanaklarından daha da gelişmiş olduğu ifade edilebilir.

Bu çalışmada “ilgi eksikliği” alt boyutu en az üzerinde durulan engel olmuş, bu bulgu Gülcemal'in (2024) beyaz ve mavi yakalı çalışanların karşılaştıkları engeller üzerine yapılan çalışmayla özdeşliği gösterir. Ancak, Ayhan'ın (2017) “ilgi eksikliği” engeli hakkındaki çalışmanın bulguları sonucunda “ilgi eksikliği” engeline yönelik puanlar arttıkça serbest zaman aktivitelerini değerlendirmek için daha çok zorlukla karşılaştığı tespit edilmiştir. Bu doğrultuda ilgi eksikliğinin serbest zaman etkinliklerinin önünde önemli bir engel olduğu vurgulanmıştır.

4.3. Cinsiyete Göre Farklılıklar (Tablo 3)

Kadın katılımcılar, birey psikolojisi ($p = .026$), bilgi eksikliği ($p = .014$) ve zaman eksikliği ($p = .008$) konularında erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar vermiştir. Bu durum, kadın öğretmenlerin özellikle psikolojik ve

zamana bağı engelleri daha yoğun algıladığını göstermektedir. Kadınların hem iş hem ev yükünü taşıması, bu farkın toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında ele alınmasını gerektirmektedir. Bilgi eksikliği puanının da yüksek düzeyde olması, kadınların serbest zamanın yetersiz olmasından dolayı olduğunu da göstermektedir. Bu nedenle, serbest zaman yetersizliği, kadınların yoğun yaşantılarından dolayı gerekli bilgi ve becerileri kazanamamalarında rol oynamaktadır. Diğer engel türlerinde anlamlı farklılık olmaması ($p > .05$), cinsiyete göre bazı engellerin ortak şekilde algılandığını ortaya koymaktadır. Literatüre bakıldığında, Güler'in (2017) beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerle yaptığı çalışmada da, cinsiyet alt boyutuna göre kadın katılımcıların birey psikolojisi ve bilgi eksikliği engellerinin oranı erkek katılımcılardan anlamlı bir şekilde daha yüksek çıkmıştır ($p < .05$). Yine Yalçın (2024), serbest zaman engellerinin mutluluk üzerine etkisini araştırdığı çalışmasında, cinsiyet değişkenine göre, "kişilerarası engeller" ($p = .04$) ve "yapısal engeller" ($p = .01$) alt boyutlarının kadın katılımcılar arasında daha yüksek düzeyde algılandığını tespit etmiştir. Ayrıca, Ayhan (2017) zaman eksikliği engelini, Kara (2022) ise bilgi eksikliği engelini kadınlar için erkeklere göre daha yüksek oranda ortaya çıktığı sonuçlarına ulaşmışlardır. Üniversite öğrencileriyle yapılan başka bir çalışmada kadın öğrencilerin serbest zaman engelleriyle baş etme stratejilerini daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir. Bu doğrultuda kadınların daha fazla engelle karşılaştığı ve bu engellerin üstesinden gelmek için daha fazla çözüm yolu arayıp uyguladıkları sonucuna ulaşılabilir (Ünal, 2020). Böylece, literatürdeki bu çalışmalar, yapılan araştırmayla ilgili bulguları destekler niteliktedir.

Bu çalışmadan farklı sonuçlara ulaşan Hou'nun (2003) yürüttüğü çalışmada ise, üniversite öğrencilerinin serbest zaman engellerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p > .05$). Burada, çalışmanın başka bir kültürde ve öğrencilerle yürütülmüş olmasının cinsiyete yönelik bir etken oluşturmadığı sonucuna ulaşılabilir. Dorul (2017) Antalya'daki öğretmenlerle yürüttüğü çalışmada, cinsiyet alt boyutuna göre erkeklerin zaman engeline ($p < .05$) anlamlı bir şekilde daha çok maruz kaldıklarını, diğer alt boyutlarda ise yine erkeklerin oranının yüksek ama anlamlı bir sonuca ulaşamadığını ifade etmiştir ($p > .05$). Salar (2022) ise, öğretmenlerin serbest zaman engellerine yönelik yürüttüğü çalışmasında cinsiyet değişkenine göre erkeklerin arkadaş eksikliği alt boyutunda

kadınlara göre engel düzeyinin daha yüksek oranda olduğunu tespit etmiş ve bu yüzden yürütülen bu çalışmamızla cinsiyet yönünden bir farklılık olduğu görülmüştür. Çünkü çalışmamızda, kadınlarda arkadaş eksikliği engeli erkeklere göre daha yüksek oranda ($\bar{x} = 2.71$) bulunmuştur. Salar'ın (2022) çalışmasında katılımcıların daha çok yaşlı bireyler olduğu, bu nedenle bireylerin arkadaşlık eksikliğini daha fazla hissettiği vurgulanmıştır. Bu çalışmamızda ise, kadın öğretmenlerin arkadaş eksikliği engelini daha fazla yaşamalarının sebebinin onların iş, aile, çocuk üçgeninde serbest zaman bulamamaktan dolayı olduğu düşünülmektedir.

4.4. Serbest Zaman Algısı ile Engel Düzeyleri Arasındaki İlişki (Tablo 4)

Katılımcıların günlük serbest zamanlarını yeterli ya da yetersiz algılamaları ile engel alguları arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > .05$). Bu durum, serbest zamanın sadece süresiyle değil, bireyin algısı ve yaşam tarzı ile doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir. Yani nicelikten ziyade, serbest zamanın nasıl değerlendirildiği serbest zaman aktivitelerine olan katılım davranışını belirlemektedir. Literatüre bakıldığında, bu çalışmamız Zivaroğlu vd.'nin (2023) Beden Eğitimi öğretmenlerinin rekreasyona katılım engellerine yönelik çalışmasından ayrılmaktadır. Zivaroğlu vd. (2023) öğretmenlerin serbest zamanını yeterli bulup bulmadığı hususunda, bireysel, güvenlik ve zaman engelleri alt boyutlarında anlamlı farklılığa ulaşmışken arkadaş ve spor alanı alt boyutlarında anlamlı farklılık elde edememiştir. Çalışmamızla olan ayrışma, bu araştırmanın İstanbul ilinde yapılmış olmasından dolayı İstanbul'daki kalabalığın neden olduğu güvenlik ve zaman engellerinin daha belirgin yaşanması sonucu ortaya çıkmaktadır.

Birey psikolojisi alt değişkenine göre, serbest zamanların yetersiz görülme oranı anlamlı bir sonuç olmasa da daha yüksektir ($\bar{x} = 2.74$). Aynı şekilde zaman eksikliği alt boyutuna göre, serbest zaman süresinin yetersiz olduğu ($\bar{x} = 3.08$) sonucuna ulaşılmış ve katılımcıların bu noktada zamanı yönetme ve psikolojik iyi oluş noktasında eksiklikler yaşayabileceği tespit edilmiştir. Bilgi eksikliği, tesis eksikliği, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında ise ortalamalar anlamlı düzeyde olmasa da ($p > .05$) algılanan serbest zaman düzeyleri yeterli olarak

bulunmuştur. Bu doğrultuda, katılımcıların serbest zaman sürelerinin bu alt boyutlar değişkeninde yeterli olması, istenilen bir sonuç olarak düşünülmektedir.

Taşer (2019) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin rekreasyonel fiziksel aktivitelere katılım engellerine yönelik çalışmasında, sınıf düzeyi değişkenine göre birinci ve ikinci sınıf düzeyindeki öğrencilerin kendilerini fiziksel olarak daha iyi hissettiklerini, ancak üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin ise akademik kaygı, ders yoğunluğu vb. nedenlerden dolayı daha fazla aktivite engeliyle karşılaştıklarını belirtmiştir. Bu noktada, ders yoğunluğunun bulunması serbest zaman algılarının yetersiz olması sonucunu doğurmuştur. Bu da bizim çalışmamızdaki öğretmenlerin serbest zaman algısının yetersiz olması sonucuyla özdeş olarak ortaya çıkmıştır.

4.5. Katılım Biçimi ile Engel Algıları (Tablo 5)

Katılım tercihlerine göre yapılan analizlerde, bireysel katılımı tercih edenlerin birey psikolojisi engel algısı ($p = .042$) daha yüksek bulunmuştur. Grup katılımı, bireyde sosyal destek, aidiyet ve motivasyon gibi olumlu etkiler yaratabilirken, bireysel katılımın yalnızlık veya çekingenlik gibi duyguları tetiklemesi bu sonucu açıklamaktadır. Diğer engeller açısından anlamlı fark saptanmamıştır ($p > .05$). Bu bulgu, katılım biçiminin özellikle psikolojik algılara etkide bulunduğunu ortaya koymaktadır. Bu çalışmayı destekler nitelikte görüş bildiren Yerlisu Lapa ve Köse (2018), serbest zaman aktivitelere katılım noktasında engellerle karşılaşan bireylerin, rekabetten kaçındıkları için psikolojik olarak daha iyi hissedecekleri ve bireysel aktiviteleri tercih edecekleri aktivitelere yöneleceklerini bildirmiştir. Bu durum, birey psikolojisi engelinin sebep olduğu bireysel etkinlikler oranının anlamlı şekilde yüksek olması sonucunu açıklar niteliktedir.

Bilgi eksikliği engelini en çok yaşayan grubun anlamlı olmasa da, bireysel faaliyetleri gerçekleştiren öğretmenler olduğu bulgusuna ulaşılmıştır ($\bar{x} = 2.70$). Bu nedenle, bireysel olarak geçirilen serbest zaman aktivitelerinin katılımcı üzerinde bilgi engeli oluşturacağı, grupla yapılan aktivitelerin ise kişilerde bilgi paylaşımını doğuracağı sonucu ortaya çıkacaktır. Aynı şekilde tesis ($\bar{x} = 3.15$), arkadaş ($\bar{x} = 2.68$) ve zaman ($\bar{x} = 3.05$) engellerinin bireysel katılım tercihini bildiren öğretmenler arasında anlamlı bir sonuç olmasa da daha yüksek oranda hissedildiği sonucuna

ulaşmıştır. Yalnızca ilgi eksikliği alt boyutunda grup olarak katılım tercihinin oranı yüksek çıkmıştır ($\bar{x} = 2.62$). Bu bulgu göstermektedir ki, serbest zaman aktivitesini gerçekleştiren grubun içinde bulunan bireylerin aktiviteyi ilgi alanlarına uygun bulmadıkları gerekçesiyle onlara yönelik katılım engeli oluşturabileceği düşünülebilir. Çalışmamızın birey psikolojisi alt boyutu dışında anlamlı düzeyde olmayan bulgularını destekleyen Ayhan'ın (2021) araştırması da katılımcıların serbest zaman engelleri alt boyutları arasında anlamlı bir fark ortaya çıkaramamıştır ($p > .05$). Bu yönden, iki çalışmanın özdeş bir çalışma olduğu yorumu yapılabilir.

4.6. Sosyal Çevre Tercihi ile Engel Algıları (Tablo 6)

Aileyle katılımı tercih eden bireylerin birey psikolojisi puanları, arkadaşlarıyla katılımı tercih edenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p < .05$). Aile içi rollerin ve beklentilerin, birey üzerinde psikolojik baskı yaratabileceği düşünülebilir. Öte yandan, arkadaş grubuyla yapılan etkinliklerin daha özgürleştirici ve motive edici olabileceği varsayılabilir. Diğer engel türlerinde anlamlı fark olmaması, sosyal çevre tercihinin yalnızca psikolojik düzeyde etkili olabileceğini göstermektedir. Yağcı vd. (2023) tarafından gerçekleştirilen farklı bölgelerde çalışan beden eğitimi öğretmenlerinin serbest zaman engellerine yönelik olarak yapılan çalışmadaki bulgular paylaşılmıştır. Çalışma sonucunda medeni durum değişkenine göre bekâr katılımcıların evli katılımcılara göre daha rahat ve bağımsız hareket edebilme, arkadaşlarıyla daha fazla serbest zaman etkinliği gerçekleştirebilme imkânlarının olduğu ifade edilmiştir. Bu bulgu, çalışmamızı destekler nitelikte olup aile faktörünün serbest zaman değerlendirmede bir engel teşkil ettiğine işaret etmektedir. Özellikle ailevi sorumluluklar birey psikolojisi üzerinde engelleyici etkilere sahip olacaktır. Bununla ilgili olarak Zivaroğlu vd. (2023), yürüttükleri çalışma ile aile içerisindeki sorumlulukların daha fazla olduğundan dolayı bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılmadığını belirtmiştir. Aynı şekilde Salar da (2022) Beden Eğitimi öğretmenlerine yönelik yaptığı çalışmada ailesine zaman ayırmak zorunda olan öğretmenlerin serbest zaman bulamadıklarını ve ailenin rekreasyonel faaliyette bulunmayı engellediğini ortaya çıkarmıştır. Snowboard ve kayak aktivitesini gerçekleştiren bireylerle yapılan başka bir çalışmada da katılımcıların aktiviteler için aile yerine yine arkadaşları tercih ettikleri görülmüştür (Kandil, 2021). Ancak,

Bayrak (2023) üniversite öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada aile tutumunun bireylerin yaşam kalitesinde olumlu anlamda bir gelişme sağlayacağını ifade etmiştir. Bu doğrultuda “aile” faktörünün serbest zaman aktivitelerine katılımı bir engel değil, aksine bireyleri destekleyici, özgüven sağlayan bir etki yaratacağını vurgulamıştır.

Katılımcıların sosyal çevre tercihinde anlamlı düzeyde olmasa da ($p > .05$), bilgi ($\bar{x} = 2.76$), tesis ($\bar{x} = 3.13$), arkadaş ($\bar{x} = 2.75$), zaman ($\bar{x} = 3.04$) ve ilgi eksiklikleri ($\bar{x} = 2.64$) alt boyutlarında arkadaşlarla serbest zaman aktivitelerine katılımı engel oranları daha yüksek çıkmıştır. Bilgi eksikliği engelinin arkadaşlarla aktivitelere katılımı daha fazla ortaya çıkmasının sebebinin arkadaşlarla geçirilen zamanın sınırlı olmasından dolayı yeni aktivitelere yönelik bilgiler öğrenilememesinden dolayı olduğu düşünülebilir. Tesis eksikliği alt boyutunda da arkadaşlarla katılımın daha yüksek oranda olduğu görülmüş ve arkadaşlarla yapılacak aktiviteler için tesisin daha önemli olduğu, aileler için ise tesislerin eksik olsa da serbest zaman aktivitelerine katılım sağlanabildiği bilgisine ulaşılabilir. Zaman alt boyutunda ise arkadaşlarla görüşmek için yeterli zamanın olmadığı, ailelerle ise daha çok birlikte zaman geçirildiği sonucu elde edilmektedir. İlgi eksikliği alt boyutuna göre arkadaşlarla yapılan aktivitelerin öğretmenlerin ilgi alanlarına uymadığı ancak aileleriyle daha çok ilgilerine yönelik aktivitelere katılım sağlandığı yönünde bir değerlendirme yapılabilmektedir.

4.7. Tesis Tercihi ile Engel Algıları (Tablo 7)

Bulgulara göre, öğretmenlerin serbest zaman engellerine yönelik olarak anlamlı tek farklılık olan zaman eksikliği değişkeni, özel tesisleri tercih eden katılımcılarda daha yüksek bulunmuştur ($p = .011$). Özel tesislerin genellikle uzak mesafede bulunması, ücretli ve planlı kullanım gerektirmesi, zaman planlamasını zorlaştırabilir. Diğer değişkenlerde anlamlı bir fark saptanmamıştır. Kamu tesislerinin erişilebilirliği ve ücretsiz oluşu, daha kısa mesafelerde ulaşılabilmesi engel algısını azaltıcı yönde etki edebilir. Ancak, Gündüz’ün (2010) İstanbul ilinde kadın öğretmenlerle yürüttüğü çalışmada, katılımcıların spor yapamama engeli olarak yaşadıkları yerlerde uygun tesisler bulamadıkları ifade edilmiş ve öğretmenlerin daha çok özel tesisleri tercih ettikleri vurgulanmıştır. Katılımcılar, özel

tesislere ulaşımın daha kolay olduğunu ve daha az zaman gerektirdiğini belirtmişlerdir. Aynı şekilde Yılgın'ın (2021) rekreasyon alanı kullanım engellerine yönelik yaptığı araştırmada, katılımcılar serbest zamanlarını geçirdikleri alanlara ulaşımın zaman gerektirdiğini ve bu alanlarda güvenlik endişelerinin olduğunu ifade etmişlerdir. Buradan da kamuya açık alanların tehlike veya korku barındırabileceğinden dolayı katılımcıların daha çok özel tesislere yöneleceği sonucuna ulaşılabilmektedir.

Birey psikolojisi ($\bar{x} = 2.77$) ve ilgi eksikliği değişkenlerindeki ($\bar{x} = 2.60$) ortalamalar, anlamlı düzeyde olmamasına rağmen ($p > .05$) özel tesisler lehine yüksek çıkmış ve bu da göstermektedir ki serbest zaman aktiviteleri için özel tesisleri kullanan öğretmenlerin birey psikolojisi engelini daha fazla etkilendiği ortaya çıkmaktadır. Aktivitelere yönelik tesisler için harcama yapılması öğretmenler için psikolojik bir baskı oluşturabilir. Bu nedenle kamuya ait tesislerin kullanılmasının öğretmenlerin motivasyonlarını daha iyi artıracakı düşünülebilir. İlgi eksikliği değişkeninde de özel tesislerin oranının yüksek çıkması özel tesislerin öğretmenlerin ilgisine yönelik imkânları geliştirmediğini ve kamu tesislerinin daha iyi olanaklara sahip olduğunu göstermektedir.

Bilgi eksikliği ($\bar{x} = 2.71$), tesis eksikliği ($\bar{x} = 3.15$) ve arkadaş eksikliği ($\bar{x} = 2.69$) değişkenlerinde de anlamlı bir farklılık oluşmamış ($p > .05$) ancak kamu tesis ortalamaları bu değişkenlere göre özel tesislerden daha yüksek oranda bulunmuştur. Kamu tesisleri hakkında bilgi eksikliğinin olduğu, kamuya ait tesislerin yetersiz oluşu ve serbest zaman aktiviteleri yapmak için arkadaş eksiklerinin yaşanması öğretmenlerin kamuya ait tesislere yönelik algı engellerini ortaya çıkarmıştır. Kamu tesislerinin yetersiz oluşuyla ilgili olarak benzer sonuçlara ulaşan Beşikçi (2020), üniversite kampüslerine yönelik yürüttüğü çalışmasında, öğrencilerin %85'inin üniversitedeki spor ve rekreasyonel alanlarını orta düzeyde yeterli veya yetersiz gördükleri sonucuna ulaşmıştır. Bu nedenle, tesislerin yetersiz olması öğrencilerin serbest zaman aktivitelerine katılmalarını engellemektedir. Böylece denilebilir ki, öğrencilerin kullandığı kampüslerin veya kampüslerin bulunduğu yerel yönetimlerin yeterli düzeyde tesis geliştirmeleri gerekmektedir.

Bu çalışmanın sonucu olarak, Burdur ilindeki devlet okullarında çalışan öğretmenlerin serbest zaman engellerinin belirlenmesine yönelik olarak en önemli engelin “tesisler” olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu nedenle, ülkenin yarınlarnı yetiştiren öğretmenlerin mesleki motivasyonlarının artırılması, yaşamlarından keyif alıp dinlenmelerini gerçekleştirmeleri ve rekreasyonel faaliyette bulunmalarını kolaylaştırmak için tesislerin geliştirilmesi sağlanmalıdır.

Çalışmada “zaman” engelinin ise ikinci en önemli engel olduğu belirlenmiş ve öğretmenlerin serbest zamanlarını dinlenmekle geçirdikleri, özellikle kadın öğretmenlerin hem okul hem de ev işleri, çocuklarla ilgilenmek gibi etmenlerden dolayı serbest zaman yoksunluğu çektikleri ifade edilmiştir. Zaten bu çalışmada cinsiyet değişkenine göre, kadınların birey psikolojisi, zaman ve bilgi düzeyleri alt boyutlarından daha yüksek puan aldıkları ve daha fazla engelle karşılaştıkları bulgusundan bahsedilmiştir. Bu nedenle, kadın öğretmenlere yönelik zamanlarını verimli kullanma veya aile bireylerinin kadın öğretmenlere destek olması noktasında birtakım çalışmalar, rehberlikler yürütülebilir.

Bu çalışmada, serbest zaman aktivitelerine yönelik katılım biçimi ve sosyal çevre tercihi birey psikolojisi üzerinde birtakım etkilere sahip olmuştur. Bireysel ve aileyle yapılan etkinliklerde daha fazla psikolojik engel hissedilmiştir. Bu nedenle, çalışma özelinde grup aktiviteleri ve arkadaşlarla yapılan etkinlikler daha fazla talep görmekte şeklinde yorumlanmıştır.

Tesisler konusuyla ilgili olarak da öğretmenlerin daha çok kamuya ait tesisleri kullanmayı tercih ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Bunun nedeni olarak da, özel tesislere zaman ayırma durumunun gerekmesi, bu tesisleri kullanım esnekliğinin olmaması ve ücretlendirmenin fazla olması gibi etmenler gösterilmiştir.

ÖNERİLER

- Araştırma yalnızca Burdur ilinde gerçekleştirilmiş ve en önemli engelin “tesisler” olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ancak farklı şehirlerde yapılan çalışmalarda en önemli engelin “zaman”, “arkadaş eksikliği” gibi çeşitli engellerin olduğu ifade edilmiştir. Türkiye’deki her ilde veya ilçede bu konuyla ilgili çalışmalar yapılması rekreasyonun önündeki engellerin tespit edilmesine yardımcı olup rekreasyonel aktivitelere yönelik farkındalığı artıracaktır.
- Cinsiyet değişkeninde kadın öğretmenlerin rekreasyonel aktiviteye katılımında erkeklerden daha fazla engelle karşılaştıkları bulgusuna ulaşılmıştır. “Birey psikolojisi”, “bilgi eksikliği”, ve “zaman eksikliği” engelleri anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Bu nedenle ileriki çalışmalarda bu engellerin üstesinden gelmek için bulunabilecek çözümlere yönelik çalışmalar yapılmalıdır.
- Araştırmamızda bireysel olarak serbest zaman değerlendirme şekli daha yüksek oranda olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Gelecekte yapılacak çalışmalarda bireylerin hangi aktivite türünü niçin tercih ettikleri üzerine çalışmalar yürütülebilir.
- Çalışmamızda “zaman eksikliği” engeli en önemli ikinci engel olarak bulunmuştur. Buna göre, bireylerin zaman engelini en çok yaşamalarına sebep olan faktörlerin neler olduğu ve bu engelin üstesinden gelmek için neler yapılabileceğine yönelik araştırmalar yapılabilir.
- COVID - 19 sonrası, öğretmenlerin serbest zaman aktivitelerini engelleyen etmenlerin değişip değişmediğine yönelik çalışmalar yürütülüp COVID - 19 öncesi engellerle karşılaştırma yapılabilir.

KAYNAKLAR

- Abbasi, A., Alalouch, C., & Bramley, G. (2016). Open space quality in deprived urban areas: User perspective and use pattern. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 216, 194–205. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.12.028>
- Akatay, A. (2003). Örgütlerde zaman yönetimi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (10), 281–300. <https://dergipark.org.tr/pub/susbed/issue/61774/923492>
- Akyol, C., & Akkaşoğlu, S. (2020). Gençlerin boş zamanlarında rekreasyon faaliyetlerine katılım engelleri üzerine bir araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 8(3), 2072–2089. DOI: 10.21325/jotags.2020.649
- Alexandris, K., Du, J., Funk, D., & Theodorakis, N. D. (2016). Leisure constraints and the psychological continuum model: A study among recreational mountain skiers. *Leisure Studies*, 36(5), 670–683. <https://doi.org/10.1080/02614367.2016.1263871>
- Ardahan, F. (2013). Bireyleri rekreatif spor etkinliklerine motive eden faktörlerin REMM ölçeğini kullanarak çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmesi: Antalya örneği. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(2), 1–15.
- Atasoy, S., & Türkay, E. (2022). Rekreasyonun birey üzerindeki faydaları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 33(2), 85-99.
- Aydın, İ. (2021). Serbest zaman engelleri ile serbest zaman kolaylaştırıcılarını etkileyen faktörlerin çoklu göstergeler çoklu nedenler (ÇGÇN) modeliyle incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(5), 1441–1454. <https://doi.org/10.18506/anemon.888695>
- Aydın, S. (2022). *Üniversite öğrencilerinin serbest zaman aktivitelerine yönelik tutum ve engellerinin incelenmesi (Balıkesir Üniversitesi örneği)*. (Yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).
- Ayhan, C. (2017). *Aktif sporcuların rekreatif etkinliklere katılımlarına engel oluşturabilecek faktörlerin yaşam tatmini ve yaşam kalitesi üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Ayhan, R. (2021). *Uçurtma sörfü (kitesurfing) ile ilgilenen bireylerin serbest zaman egzersiz düzeyleri, serbest zaman engelleri ve motivasyonlarının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).
- Başoğlu, U. D. (2011). *İstanbul ili, Bahçelievler Belediyesi sorumluluğundaki spor salonlarının rekreasyon sporları ve rekreasyon liderleri açısından*

geliştirilmesi ve faydalılık durumu (Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).

- Bayrak, H. (2023). *Üniversite öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı).
- Bayturan, A. F. (1995). *Gencin psikososyal gelişimi üzerinde farklı serbest zaman kuruluşlarının etkileri ve gençlik liderinin niteliği* (Yüksek Lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi).
- Beşikçi, T. (2020). *Üniversite kampüslerinde rekreasyon uygulamalarının serbest zaman engelleri, kolaylaştırıcıları ve doyumuna üzerine etkileri* (Doktora tezi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Carroll, B., & Alexandris, K. (1997). Perceptions of constraints and strength of motivation: Their relationship to recreational sport participation in Greece. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 279–299. <https://doi.org/10.1080/00222216.1997.11949798>
- Carter, M. J., & Van Andel, G. E. (2019). *Therapeutic recreation: A practical approach* (5th ed.). Waveland Press
- Chun, S., Lim, J., Kang, H., & Ryu, W. (2025). Facilitation or replacement: ICT use in leisure constraints negotiation during the digital transformation era. *Sustainability*, 17(4), 1503. <https://doi.org/10.3390/su17041503>
- Crawford, D. W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9(2), 119–127. https://www.researchgate.net/publication/235913780_Reconceptualizing_barriers_to_family_leisure
- Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 309–320. <https://doi.org/10.1080/01490409109513147>
- Çakırlar, A., & Yaman, Ç. (2022). Pozitif psikoloji bağlamında terapötik rekreasyon ve iyi oluş ilişkisi: Bir literatür taraması. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 11(4), 47-58. <https://doi.org/10.22282/ojrs.2022.108>
- Çapak, E. (2019). *Bingöl Üniversitesi öğretim elemanları ve öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılımlarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi (Bingöl Üniversitesi örneği)* (Yüksek lisans tezi, Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı).

- Çelik, E. (2018). Modern toplumda serbest zamanın işlevi ve planlanması. *Akademik Hassasiyetler*, 5(9), 77–92.
- Çelikkanat Paslı, N., & Güçer, E. (2024). Rekreatyonel fayda algısı ve başarıma ihtiyacı teorisi: Eylemli turist rehberleri üzerine bir uygulama. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 21(1), 6–23. <https://doi.org/10.24010/soid.1287117>
- Çetinkaya, G., Yıldız, M., & Özçelik, M. A. (2016). Açık hava rekreatyon kapsamında milli park kullanım engelleri [Outdoor recreation: Constraints on visiting national parks]. *Mediterranean Journal of Humanities*, 6 (1), 99–114. <https://doi.org/10.13114/MJH.2016119292>
- Çetinkaya, G., Şahin, F. N., & Yarız, K. (2017). Leisure satisfaction level of active and passive participation in outdoor recreation activities and its relationship with public health. *Acta Medica Mediterranea*, 33, 191.
- Çoban, G. S. (2021). Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi kendini gerçekleştirme basamağında gizil yetenekler. *European Journal of Educational and Social Sciences*, 6(1), 111–118. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ejees/issue/62607/910302>
- Çolak, O. (2024). A study on the relationship between recreation benefit perception and frequency of participation in recreation activities [Rekreatyon fayda algısı ile rekreatyon aktiviteleri katılım sıklığı ilişkisi üzerine bir araştırma]. *To & Re*, 6(2), 307–317. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tourismandrecreation/issue/89643/1454711>
- Demir, S. (2022). Comparison of normality tests in terms of sample sizes under different skewness and kurtosis coefficients. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 9(2), 397–409.
- Demiral, S. (2018). *Açık alan rekreatyonuna katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi: Şavşat-Karagöl örneği* (Yüksek lisans tezi, Batman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Doğaner, S., & Balcı, V. (2017). Ankara Üniversitesi öğrencilerinin serbest zamanlarında egzersize katılma sıklıkları ve nedenleri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(3), 119–128. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000316
- Dorul, E. (2017). *Antalya ilinde görev yapan öğretmenlerin boş zaman engelleri ve rekreatyon faaliyetlerine katılım durumları* (Yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi).
- Ekinci, E. (2024). Tarihi bir yolculuk: Nejdet Köktürk'ün serbest zaman alanında gerçekleştirdiği araştırmaların incelenmesi. *Journal of Sport and Recreation Researches*, 6(2), 29-42.

- El-Shaer, A. M. (2015). Impact of time management program on time wasters of head nurses and their perception toward effective organizational performance. *IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 4(3), 18–30.
- Emir, E., Küçük Kılıç, S., Gürbüz, B., & Öncü, E. (2022). Türk kadınlarının serbest zaman aktivitelerine katılımı: Engeller ve kolaylaştırıcılar. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 14(1), 69–78.
- Eren, H. (2009). *İstanbul ilindeki iş yerlerinde yöneticilerin rekreasyon kavramı ve uygulamalarına bakış açılarının değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).
- Erenci, T. (2006). *Bir üniversite yerleşkesinde rekreasyon ihtiyacı ve planlanması (Umuttepe örneği)* (Yüksek lisans tezi, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. YÖK Ulusal Tez Merkezi).
- Ernest, D. K., Singh, B., Shamna, F., Onugha, E. A., & Sharma, S. V. (2024). Unraveling the relationship between sleep behaviors and physical activity in the United States: Insights from 2015 to 2020 NHANES data. *Journal of Activity, Sedentary and Sleep Behaviors*, 3, 31. <https://doi.org/10.1186/s44167-024-00070-8>
- Gaberli, Ü., & Yağmur, Y. (Ed.). (2021). *Açık ve kapalı alan rekreasyonu* (1. basım). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Geng, W., Wan, Q., Wang, H., Dai, Y., Weng, L., Zhao, M., Lei, Y., & Duan, Y. (2023). Leisure involvement, leisure benefits, and subjective well-being of bicycle riders in an urban forest park: The moderation of age. *Forests*, 14(8), 1676. <https://doi.org/10.3390/f14081676>
- Godbey, G., Crawford, D. W., & Shen, X. S. (2010). Assessing hierarchical leisure constraints theory after two decades. *Journal of Leisure Research*, 42(1), 111-134.
- Goins, B. (2020). *Generation Z's leisure constraints for campus recreation: Technology's influence on constraints* (Yüksek lisans tezi, Oklahoma State University. ProQuest Dissertations Publishing).
- Gülcemal, M. F. (2024). *Beyaz ve mavi yakalı çalışan grupların serbest zaman engelleri ve ilgilenimlerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı).
- Güler, H. (2017). *Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engellerinin boş zaman motivasyonlarına etkisinin araştırılması (Bartın Üniversitesi örneği)* (Yüksek Lisans Tezi, Bartın

Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı).

Gündüz, D. (2010). *İlköğretim okullarında görev yapan kadın öğretmenlerin spora katılımı ve sosyo kültürel problemler (Sarıyer örneği)* (Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).

Güngörmüş, H. A. (2007). Boş zaman ve rekreasyonel etkinlikler. *Spor Bilimleri Dergisi*, 18(1), 66–79.

Gürbüz, B., Öncü, E., & Emir, E. (2020). Boş zaman engelleri ölçeği: Kısa formunun yapı geçerliliğinin test edilmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 11(1), 120-131.

Hancock, P. A. (2018). On the design of time. *Human Factors*, 26(2), 1048–1062. https://www.researchgate.net/publication/322835148_On_the_Design_of_Time

Henderson, K. A., Presley, J., & Bialeschki, M. D. (2004). Theory in recreation and leisure research: Reflections from the editors. *Leisure Sciences*, 26(4), 411–425.

Higazee, M. Z. A., Elshall, S. E., & Elkholy, S. M. (2018). The influence of time management strategies on acute care nurses' job stress. *Journal of Nursing and Health Science*, 7(4), 39-45.

Hoffman, B. (2016). *A descriptive study: Campus recreation and the benefits it provides college students* (Master's thesis, Prescott College, Prescott College Digital Repository).

Hou, Y.- H. (2003). *Taiwanese college students and leisure: The relationship between their leisure motivations and leisure constraints* (Doctoral dissertation, Spalding University).

Human Kinetics. (2013). *Introduction to recreation and leisure* (2nd ed.). Human Kinetics.

Hurd, A. R., Anderson, D. M., & Bialeschki, M. D. (2023). *The park and recreation professional's handbook*. Human Kinetics.

Hurd, A., Anderson, D. M., & Mainieri, T. (2023). *Kraus' recreation and leisure in modern society* (12th ed., Paperback with Navigate Advantage Access). Jones & Bartlett Learning.

- İç, O. (2004). *Kamu görevlilerinin sportif rekreasyon alışkanlıkları ile rekreasyon hakkındaki görüş ve beklentilerinin araştırılması* (Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- İskender, A. (2017). Neulinger boş zaman paradigması ve boş zaman katılım motivasyonları üzerine nitel bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(3), 819–825.
- Jackson, E. L., & Scott, D. (1999). Constraints to leisure. In E. L. Jackson & T. L. Burton (Eds.), *Leisure studies: Prospects for the 21st century* (pp. 312–323). Venture Publishing.
- Jackson, E. L. (2000). Will research on leisure constraints still be relevant in the twenty-first century? *Journal of Leisure Research*, 32(1), 62–68.
- Juárez, M. M. (2021). From the origins of urbanism for leisure to the summer invention: Approach to an analysis of the leisure times during the process of industrialization in Elche, 1884–1906 [Extended abstract]. *Cuadernos de Turismo*, (47), 567–569. <https://orcid.org/0000-0002-5832-1638>
- Kabadayı, M., Eski, T., Bayram, L., Yılmaz, A. K., & Mayda, M. H. (2017). Analysis of the factors which influence participation of university students in recreational activities. *European Journal of Education Studies*, 3(12), 161–171. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1117349>
- Kalkay, Y. K. (2019). *Güneydoğu Anadolu bölgesi üniversite öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılım düzeyi ve engel olan faktörler* (Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Yönetimi Ana Bilim Dalı).
- Kandil, N. (2021). *Rekreasyonel fiziksel aktivite olarak kayak ve snowboard yapan bireylerde serbest zaman ilgilenim ve serbest zaman engelleri ilişkisi* (Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetimi Anabilim Dalı).
- Kara, T. (2022). *Orta yaş ve üstü bireylerin rekreasyon taleplerinin belirlenmesi ve rekreatif faaliyetlere katılımını engelleyen faktörlerin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).
- Karaküçük, S., & Gürbüz, B. (2006). *The reliability and validity of the Turkish version of "Leisure Constraints Questionnaire"*. 9th International Sport Sciences Congress, Muğla, Turkey.
- Karaküçük, S. (2014). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme* (Geliştirilmiş 7. baskı). Gazi Kitabevi.

- Karakan, H. İ., Ertaş, Ç., Çolak, O., & Yurtman, S. (2021). Yerel halkın rekreasyon faaliyetlerine katılımını etkileyen faktörlere yönelik bir çalışma. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 12(2), 557–569. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gumusbh/issue/64251/934620>
- Karaşah, B. (2017). Kentsel ve kırsal rekreasyon alanlarına yönelik kullanıcı tercihlerinin belirlenmesi: Artvin kenti örneği. *Bartın Orman Fakültesi Dergisi*, 19(1), 58–69. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/barofd/issue/27137/291998>
- Kılıç, M., & Şener, G. (2013). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımlarındaki sosyolojik etkenler ve yapısal kısıtlamalar. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 220–227. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/higheredusci/issue/61482/918045>
- Kurar, İ., & Baltacı, F. (2014). *Halkın boş zaman değerlendirme alışkanlıkları: Alanya örneği. International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 2014 (Special Issue 2), 39–52. <https://doi.org/10.14486/IJSCS177>
- Lee, J. H., Scott, D., & Floyd, M. F. (2001). Structural inequalities in outdoor recreation participation: A multiple hierarchy stratification perspective. *Journal of leisure research*, 33(4), 427-449.
- Leng, X., Zeng, W., & Qian, M. (2024). The mediating role of individual evaluation, anxiety, and depression in the association between leisure activity and cognitive function among Chinese older adults. *Scientific Reports*, 14(1), Article 22305. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-73675-3>
- Lin, L., Liu, Q., Xiao, X., & Luo, Q. (2022). Perceived constraints on active recreational sport participation among residents in urban China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 14884. <https://doi.org/10.3390/ijerph192214884>
- Litchfield, C., & Chater, K. (2007). Can I do everything? Time management in a neonatal unit. *Australian Journal of Advanced Nursing*, 25(2), 36–45. https://www.ajan.com.au/archive/Vol25/AJAN_25-2_Litchfield.pdf
- Lyu, S. O., & Oh, C.-O. (2014). Recreationists' constraints negotiation process for continual leisure engagement. *Leisure Sciences*, 36(5), 479–497. https://www.researchgate.net/publication/267397022_Recreationists'_Constraints_Negotiation_Process_for_Continual_Leisure_Engagement
- MacRae, M. A. (2011). *Barriers to participating in campus recreational sports programs by students at California State University, Long Beach* (Master's thesis, California State University, Long Beach).
- McLean, D. D., & Hurd, A. R. (2015). *Kraus' Recreation and Leisure in Modern Society* (10th ed.). Jones & Bartlett Learning.

- Meeras, L. (2010). *Leisure and recreation*. University of Tartu, Pärnu College, Department of Tourism Studies.
- Mehlhaf, J. (2019). *Younger millennials and outdoor recreation: Understanding outdoor recreational pursuits of millennial college students* (Yüksek lisans tezi, South Dakota State University). Open PRAIRIE. <https://openprairie.sdstate.edu/etd/3381>
- Morales-Nin, B., Arlinghaus, R., & Alós, J. (2021). Contrasting the motivations and wildlife-related value orientations of recreational fishers with participants of other outdoor and indoor recreational activities. *Frontiers in Marine Science*, 8. <https://doi.org/10.3389/fmars.2021.714733>
- Munusturlar, S., Kurnaz, B., Yavuz, G., Özcan, Ö., & Karaş, B. (2017). Boş zaman davranışını açıklamaya ışık tutan kuramsal yaklaşımlar. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1–19. <https://doi.org/10.30769/usbd.295787>
- Öcal, K. (2023). Rekreasyon mezun nitelikleri perspektifinden üniversite, fakülte ve bölümlerin misyon ve vizyon bildirimlerinin tematik incelenmesi. *Uluslararası Spor Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(1), 10–25. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/useeabd/issue/77197/1226102>
- Önal, A. (2007). *Ev hanımlarının rekreasyon faaliyetlerine katılımlarının ve beklentilerinin tespiti (İstanbul Anadolu Yakası örneği)* (Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).
- Önen, L. (2023). *Üniversite öğrencilerinin serbest zaman motivasyonları ile rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).
- Özsoy, O. (2018). Beden eğitimi, müzik ve görsel sanatlar branşlarında görev Yapan öğretmenlerin boş zaman engellerinin incelenmesi (Sincan ilçesi örneği) (Yüksek lisans tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Park, S., Kim, J., Nam, S., & Kwon, J. (2017). Leisure constraints, leisure constraints negotiation and recreation specialization for water-based tourism participants in Busan. *Asian Social Science*, 13(10), 159–167.
- Passig, D. (2004). Future-time-span as a cognitive skill in future studies. *Futures Research Quarterly*, 19(4), 27–47.
- Queenstown Lakes District Council. (2023). *Proposed District Plan: Part 5 - Open Space & Recreation Zones* (Decisions Version, March 2023). <https://www.qldc.govt.nz/media/tgih5a10/pdp-chapter-38-open-space-and-recreation-zones-mar-2023.pdf>

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Raymore, L., & Scott, D. (1998). The characteristics and activities of older adult visitors to a metropolitan park district. *Journal of Park and Recreation Administration*, 16(4), 1–21.
- Salar, M. Ş. (2022). *Öğretmenlerin serbest zaman doyumları ve serbest zaman engellerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Egzersiz ve Spor Bilimleri Anabilim Dalı).
- Saltık, Z., & Akova, O. (2019). Yakın açık alan rekreasyon aktivitelerinin iyi olma hâli, psikolojik dayanıklılık, yenilenme deneyimi, yaşam doyumunu ve iş tatmini üzerindeki etkileri. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 1–20.
- Sarıbaş, Ö. (2015). *Turistlerin rekreasyon faaliyetlerine katılımlarını etkileyen unsurlar: Antalya ve İzmir örneği* (Yüksek lisans tezi, İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı).
- Scott, D. (1991). The problematic nature of participation in contract bridge: A qualitative study of group related constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 321–336. <https://doi.org/10.1080/01490409109513148>
- Sevin, H. D., Koyuncu, M. B., & Baldıran, Ş. (2020). Level of participation of teachers in recreation activities, leisure satisfaction, life satisfaction, performance relationship. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 8(3), 1724–1751.
- Sevin, H. D., & Şen, K. (2019). Öğretmenlerin rekreasyon aktivitelerine katılım düzeyleri ile yaşam mutluluğu ve iş performansları arasındaki ilişki. *Dini Araştırmalar*, 22(55), 213–232. <https://doi.org/10.15745/da.564201>
- Sewell, A. W. (1983). *A study of functions of leisure perceived by older people* (Doctoral dissertation, University of Denver). University Microfilms International.
- Shores, K. A., Scott, D., & Floyd, M. F. (2007). Constraints to outdoor recreation: A multiple hierarchy stratification perspective. *Leisure Sciences*, 29(3), 227–246. https://www.researchgate.net/publication/232887127_Constraints_to_Outdoor_Recreation_A_Multiple_Hierarchy_Stratification_Perspective

- Stebbins, R. A. (1982). Serious leisure: A conceptual statement. *The Pacific Sociological Review*, 25(2), 251–272. <https://www.jstor.org/stable/1388726>
- Stebbins, R. A. (2014). The serious leisure perspective. In *Careers in serious leisure* (pp. 3–27). *Leisure Studies in a Global Era*. Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1057/9781137399731_2
- Sucu, N. (2023). *Kadın çalışanların serbest zaman engelleri ve serbest zaman yönetimi düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Şahin, E., & Yalçın, İ. (2024). Examining the relationship between the perceived benefit and life engagement of individuals participating in sportive recreational activities. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(12), 2179–2186. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.12317>
- Taşer, V. (2019). *Beden eğitimi spor yüksekokulu öğrencileri ile turizm fakültesi öğrencilerinin rekreasyonel fiziksel aktivitelere katılım engellerinin incelenmesi ve karşılaştırılması (Balıkesir Üniversitesi örneği)* (Yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).
- Tayfun, A. (2019). *Millî Eğitim Bakanlığı kurumlarında ve özel okullarda çalışan öğretmenlerin rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörler* (Yüksek lisans tezi, Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Terzi, E., Isik, U., Inan, B. C., Akyildiz, C., & Ustun, U. D. (2024). University students' free time management and quality of life: The mediating role of leisure satisfaction. *BMC Psychology*, 12(1), 239. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01745-2>
- Tezcan, E., & Kusan, O. (Eds.). (2023). *Rekreasyonda güncel konular ve yeni trendler*. Efe Akademi Yayınları.
- Türk Dil Kurumu. (2025). *Güncel Türkçe Sözlük*. <https://sozluk.gov.tr>
- Tribe, J. (2020). *The economics of recreation, leisure and tourism* (6th ed.). Elsevier.
- Uluç, E. A., Uluç, S., & Atçeken, D. H. (Eds.). (2024). *Spor bilimleri alanında akademik araştırma ve değerlendirmeler-IV*. Özgür Yayınları. <https://doi.org/10.58830/ozgur.pub499>
- Uslu, Ö. S. (2023). *Beden eğitimi öğretmenlerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımındaki fayda, serbest zaman doyumu düzeyleri ile bilişsel esneklikleri arasındaki ilişki* (Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).

- Ünal, Z. (2020). *Kişilik tiplerine göre serbest zaman engelleriyle baş etme stratejilerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı).
- Visser, A. I., Kriel, C., Swanepoel, M., & Cockeran, M. (2024). Leisure participation and leisure constraints of individuals with lower limb amputations in South Africa. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 46(1), 41–60. https://www.researchgate.net/publication/388707988_Leisure_participation_and_leisure_constraints_of_individuals_with_lower-limb_amputations_in_SA
- Winston, A. C. (2025). *On the apprehension of time in Aristotle* (Doctoral dissertation, The Catholic University of America). ProQuest Dissertations & Theses Global. <https://www.proquest.com/dissertations-theses/on-apprehension-time-aristotle/docview/3156036175/se-2>
- Yağcı, İ., Seydioğlu, C., & Serarşlan, M. Z. (2023). Farklı bölgelerde çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin rekreasyonel faaliyetlere katılımlarına engel olan faktörlerin incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 189–195.
- Yalçın, C. (2024). *Serbest zaman engellerinin mutluluk üzerindeki etkisinde serbest zaman kolaylaştırıcıları ve rekreasyonda algılanan sağlığın rolü* (Doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Anabilim Dalı).
- Yaylı, D. (2024). Zaman yönetimi ve bireysel farkındalık. *Zaman ve Psikoloji Dergisi*, 3(1), 77–88.
- Yerlisu Lapa, T., & Köse, E. (2018). Serbest zaman engelleri ile engellerle baş etme stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Keşifsel bir çalışma. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 356-375.
- Yılgin, A. (2021). *Rekreasyon alanı kullanımına ilişkin katılım engellerinin ve motivasyonun yaşam becerisine olan etkisinin incelenmesi* (Doktora tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).
- Yönet, E., Çalık, F., Soyer, F., Samar, E., Ece, C., & Seviç, M. (2019). Investigation of the teachers' restraint and satisfaction perceptions in their free times. *Asian Journal of Education and Training*, 5(1), 207–212. <https://doi.org/10.20448/journal.522.2019.51.207.212>
- Zhang, Z., Tang, Z., & Zhang, Z. (2025) Association between recreational physical activity and depressive symptoms in adults with diagnosed sleep disorders: an analysis of NHANES 2007–2018 data. *BMC Psychiatry*, 25(150), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06576-y>

Zivaroğlu, M., Koç, M. C., Hanik, İ., Karadađ, A. D., Ayar, H., & Cuhadar, A. (2023). Beden eğitimi öğretmenlerinin rekreasyona katılım engellerinin incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 133–141.

Zyoud, R. A. N. (2023). Factors influencing time management skills among nurses in North West Bank, Palestine. *BMC Nursing*, 22(1), 386.

EKLER**EK.1. Etik Kurul Kararı**

NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
BAŞKANLIĞI
ETİK KURUL KARARI

Etik Kurul Toplantı Tarihi/Sayısı ve Karar No	Tarih :21/03/2025 Toplantı Sayısı: 06 Karar No :2025/198
Araştırmanın Başlığı	Burdur İlindeki Devlet Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımına Yönelik Engellerin Tespit Edilmesi.
Sorumlu Araştırmacı	Doç. Dr. Mustafa Sabır BOZOĞLU
Yardımcı Araştırmacı	Lisansüstü Öğrenci: İsmail GEBEŞOĞLU
Etik Kurul Kararı	24072 sayılı başvuru Etik Kurul tarafından değerlendirilmiş olup, başvurunun bilimsel araştırma etiği açısından “ Uygun ” olduğuna karar verilmiştir.

21/03/2025

Etik Kurul Başkanı