

GÜNDELİK YAŞAM, KADIN VE FİZİKSEL AKTİVİTE

Nefise BULGU*, **Canan KOCA ARITAN****, **F. Hülya AŞÇI*****

*Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu

**University of Edinburgh, Physical Education, Sport and Leisure Studies

***Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümü

ÖZ

Son yıllarda, ülkemizde çeşitli kesimlerden kadınların fiziksel aktiviteye katılımlarında önemli bir artış gözlenmektedir. Buna karşın kadınların fiziksel aktiviteye katılımlarını araştıran çalışma sayısı çok kısıtlıdır. Bu çalışmanın amacı, fiziksel aktiviteye katılımın kadınların gündelik yaşamlarında ne tür değişimler yarattığını araştırmaktır. Çalışmanın örneklemini Ankara'da yer alan özel ve kamuya ait spor merkezlerinde fiziksel aktiviteye katılan 53 kadın oluşturmaktadır. Veriler, nitel araştırma yöntemi doğrultusunda gerçekleştirilen bireysel görüşmeler yoluyla toplanmıştır. Yapılan içerik analizi sonucunda, (1) kendine ait zaman (2) kendini ifade etme fırsatı ve (3) ev-dışına çıkma temaları ortaya çıkmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgular, serbest zaman etkinliği olarak fiziksel aktiviteye katılımın, kadınların yaşam biçimlerini olumlu etkilediğini ve yaşam kalitelerini yükselttiğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: *Fiziksel aktivite, Serbest zaman, Toplumsal cinsiyet, Gündelik yaşam*

DAILY LIFE, WOMEN AND PHYSICAL ACTIVITY

ABSTRACT

In recent years, although there has been an increase in women's physical activity participation in Turkey, there are limited number of studies which investigates physical activity participation of women. The purpose of this study is to investigate the influence of physical activity participation on women's life. The sample of this study consists of 53 women who participated in physical activities in Ladies Locals and Sport Centers in Ankara. Data were collected by individual interviews and analysed by content analysis. Three themes were obtained: (1) to have a personal time (2) opportunity to be expression of herself (3) to be out of home. The findings of this study indicated that leisure time physical activity participation has a positive effect on women's life and increase their life quality.

Key Words: *Physical activity, Leisure time, Gender, Daily life*

GİRİŞ

“Gündelik yaşamın ağırlığı kadınların üzerindedir”

Lefebvre, Modern Dünyada Gündelik Hayat (1998)

Kadınlık ve erkeklığın yapılandığı ve yeniden yapılandığı değişen toplumsal ve kültürel alanlarda, kadının toplumdaki ikincil konumuna karşı direnme kazanabileceği alanlardan birisinin de serbest zaman etkinlikleri olabileceği görüşü git-tikçe kabul görmektedir (Green, 1998; Henderson, Bedini, Hecht ve Schuler, 1995; Shaw, 2005; Wearing, 1988). Serbest zamanın, kadının yaşamında olumsuz ve baskılayıcı bir yapı oluşturduğunu savunan sınırlandırıcı yaklaşım (Deem, 1982; Shelton, 1992; Smith, 1987) yerini, 1990'lardan itibaren; serbest zaman etkinliklerinin, kadının geleneksel kadınlık kalıp yargılarına karşı bir direnme gücü kazandıran alanlar haline gelebileceği inancına bırakmıştır (Green, 1998, s.175).

Sınırlandırıcı yaklaşıma göre, ataerkil sistemin yüklediği toplumsal sorumluluklar kadının serbest zamana katılımını kısıtlamaktadır. Geleneksel roller, çocuk bakımı, evdeki iş-bölümü ve özellikle evdışı ücretli bir işte çalışma kadının serbest zaman etkinliklerine katılımına ciddi bir engel getirmektedir (Green, Hebron ve Woodward, 1990; 1995). Diğer taraftan, serbest zaman etkinliklerinin kendisi de egemen ideolojiye hizmet ederek bu ataerkil değerleri yeniden üretmekte ve kadını ataerkil sistemin içine çekmektedir (Shaw, 1994).

Bir çok araştırmacı tarafından kadının ev-içi görevlerinin zaman kullanımını sınırladığı ve kadını gündelik yaşamında eşitlikçi olmayan bir konuma indirgediği ileri sürülmektedir (Deem, 1982, 1987,

1995; Green ve diğ., 1990, 1995; Kelly, 1995; Rapoport ve Rapoport, 1995; Samdahl, 1992; Shelton, 1992; Smith, 1987). Bu bağlamda sınırlandırıcı yaklaşımın araştırmalarda yaygın olarak kullanılmasının nedenleri, kadının birincil yaşam alanı olarak görülen ev-içi alanın çalışan kadın/ev kadını ayrımı yapılmaksızın ücretsiz çalışılan bir alan olması ve kadınların birincil olarak üstlendikleri ev-içi yükümlülükler nedeniyle zamanlarının çoğunu erkeklere kıyasla evde kullanmalarındadır (Deem, 1995). Kadınlar bu etkinliklere erkeklerden daha çok katılsa (Green ve diğ., 1990; Shelton, 1992;) bile, bir çok kadının katılımı için toplumsal onay gerekmektedir (Kelly, 1995).

Son yıllarda, kadın ve serbest zaman alanında direnme yaklaşımına olan ilginin de yoğunlaştığı gözlenmektedir. Bu ilgi, serbest zaman etkinliklerinin kadınlara bağımsızlıkla nitelenen kendini tanımlama, kendini ifade edebilme fırsatı vermesinden kaynaklanmaktadır (Green ve diğ., 1990; Henderson ve diğ., 1995; Shaw, 2005). Amerikalı feminist araştırmacı Henderson (1989) kadının serbest zaman etkinliklerine katılımı toplumsal cinsiyet rolleriyle kısıtlansa da, serbest zamanın, kadının kimlik gelişimine katkıda bulunabileceğini ve gündelik yaşamda var olan sorunların üstesinden gelebilmesinde kadına yardımcı olabileceğini ileri sürmektedir (Wearing, 1998). Bu bağlamda Henderson, serbest zamanı, özgürlük ve kendini dışavurma biçimi olarak ele almakta ve hem kadının sınırlayıcı toplumsal cinsiyet rollerinden bağımsızlaşmasının bir aracı hem de kendi yaşamında yetkinleşme aracı olarak görmektedir.

Bu araştırmada, kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımı bağımsız-

lık yaklaşımıyla ele alınmıştır. Programlı bir şekilde kamusal alanda düzenlenen serbest zaman etkinliklerinin bireylere değişik beceriler kazandırması ve bireylerin birbiriyle etkileşimine fırsat tanınması (Henderson ve diğ., 1995), serbest zaman etkinliklerinin bağımsızlığı tanımlayan bir kamusal etkinlik sayılmasına yol açmıştır (Kelly, 1995). İşte bu noktada, kadınların etkinliklere katılımının bir direnme yaratabileceği düşünülmektedir (Shaw, 2005).

Ayrıca, kadınlar açısından serbest zaman etkinliklerinin kendilerini ifade edebildikleri bir bağımsızlık alanını sembolize etmesi, bu araştırmanın, eylemlerin bireye ifade ettiği sembolik anlamın, sadece bireye özel olduğunu belirten sembolik etkileşim kuramına (Kelly, 1994) dayandırılmasında etken olmuştur. Sembolik etkileşim kuramı, serbest zaman çalışmalarında bireyler ve gruplar arası etkileşimin önemini vurgulaması nedeniyle bir çok araştırmacı tarafından tercih edilen bir kuramdır (Kelly, 1994; Samdahl, 1992; Stodalska ve Alexandris, 2004; Stodalska ve Livengood, 2006).

Sembolik etkileşim kuramı toplumsal çevredeki eylemleri sembolik anlam doğrultusunda açıklayan, bireyin deneyimlerini diğer insanlarla etkileşiminden, kendisinden ve çevresindeki diğer insanların davranışlarından biçimlendiğini kabul eden bir yaklaşımdır. Serbest zaman deneyimlerini yorumlamada ise, sembolik etkileşim kuramı, serbest zaman deneyimlerinin anlamının bireyler tarafından verildiğini vurgulaması açısından önemli bir araçtır (Wearing, 1998). Serbest zaman tanımlamasında Kelly (1994) 'nin, zamanın kendisinden daha çok onun kullanımını öne çıkarması, etkinliğin biçiminden öte onun anlamının önemini belirtmesi; serbest zamanın bireysel bir etkinlik

olduğu kadar, bireylerin yüz yüze ilişkisini geliştiren, sınır ve özgürlüğü tanımlanmış toplumsal bir alan olduğuna dikkat çekmektedir (Wearing, 1998). Bu bağlamda, serbest zaman etkinliklerinin; makro (ataerkil ideoloji) ve mikro (bireylerin etkileşimi) iktidar kaynaklarıyla bağlantısı, onu hem özgürlük hem de sınırlamayı içeren toplumdaki farklı düzeylerdeki toplumsal cinsiyet eşitsizliğini ortaya çıkarmaya yarayan bir deneyim (Wearing, 1988) olduğunu da hatırlatmaktadır.

Serbest zaman etkinliklerinin karmaşık yapısı, araştırmalarda mikro ve makro boyutların birlikte kullanılmasını zorunlu kılmaktadır. Serbest zaman etkinlikleri araştırmalarında; devlet, ataerkil ilişkiler, sınıfsal düzlemde makro yaklaşımla ele alınırken, mikro boyutta birey, grup etkileşimi, aile ve yaşam biçimleri ve alt-kültürel nitelikler üzerinde durulmaktadır (Kelly, 1994; Veal, 1998; Wearing, 1988). Marksist, feminist ve postyapısalcı araştırmaların, genellikle makro boyutta getirdikleri eleştirel çalışmalarına (Rojek, 1995, 2005; Wearing, 1988) karşılık, serbest zaman etkinliklerine mikro boyutta, bireyin özgürce seçtiği etkinlikler olarak yaklaşılmaktadır. Bununla birlikte genel eğilim, araştırmaların makro ve mikro çerçeveden ele alınması üzerinedir.

Son yıllarda dünya genelinde, kadınlar için yeni fırsatların yaratılması, kadınlar için yeni yasal düzenlemelerin yapılması, kadın hareketinin etkisi ve sağlık ve fiziksel uygunluk (fitness) hareketlerinin artmasıyla birlikte kadınların spora katılımında önemli artışlar olmuştur (Koca ve Bulgu, 2005). Toplumumuzda da fiziksel aktiviteye katılımında önemli artışlar gözlenmesine karşın, kadınların serbest zaman etkinliği olarak bu aktivitelere katılımlarını toplumsal perspektiften ele alan çalışmalar he-

nüz çok yenidir. Örneğin; Hacısoftaoğlu (2005), aeroibiğin kadın bedenlerinin ve toplumsal kimliklerinin yapılanmasındaki işlevi üzerine yaptığı çalışmada; aeroibiğe katılımın kadınların bedenlerini ve toplumsal ikincil konumlarını farketmelerinde nasıl etken olduğuna, toplumsal alanda fiziksel aktiviteye katılımın, kadınlar açısından önemine dikkat çekmiştir.

Toplumumuzda çeşitli kesimlerden kadınların fiziksel aktiviteye katılımlarında gözlenen artışla beraber bu konuya yönelik çalışmaların yetersizliği bizi, “fiziksel aktiviteye katılım kadınların yaşam biçimlerini nasıl etkiliyor?” sorusuna cevap aramaya yöneltmiştir. Bu bağlamda, çalışmanın amacı toplumsal ve kültürel bir etkileşim alanı olarak gördüğümüz fiziksel aktiviteye katılımın kadınların gündelik yaşamlarında ne tür değişimler yarattığını araştırmaktır. Görüşmelerde toplumsal sınıfın belirleyiciliği ile ilgili veriler elde edilmesine rağmen, araştırmanın temel amacı fiziksel aktivite deneyiminin toplumsal sınıfa göre farklılaşmasını araştırmak olmadığı için, toplumsal sınıf değişken olarak değerlendirilmemiştir.

YÖNTEM

Araştırmada, kadınların fiziksel aktiviteye katılım deneyimlerine görüşmeler yoluyla daha derinlemesine ulaşılacağı düşünüldüğünden, verileri toplamada, nitel araştırma tekniklerinden “yarı-yapılandırılmış görüşme” tekniği kullanılmıştır. Serbest zaman araştırmalarında uzun yıllar nicel çalışma yöntemi tercih edilmesine karşın, son yıllarda yaygın olarak nitel yöntem ve örnek çalışmalar da kullanılmaktadır. Nicel yöntemin ne sorusuna karşılık, nitel çalışmalarda nasıl ve niçini anlamak mümkün olduğundan (Hender-

son ve Bialeschki, 2005), bu çalışmalarda derinlemesine bilgi edinme ve yorumlama fırsatı da doğmaktadır (McNeil ve Chapman, 2005).

Araştırma Grubu: Araştırmada nitel araştırma yöntemi uygulanarak yapılan görüşmelerin örneklemini belirleyen en önemli parametre, Ankara ilinde yer alan özel ve kamuya ait spor merkezlerinde sunulan fiziksel aktivitelere katılan kadınlar olmasıdır. Çalışmanın örneklemi, maksimum çeşitlilik örneklemesine göre belirlenmiştir. Patton’a göre, maksimum çeşitlilik gösteren küçük örneklem; örnekleme dahil her durumun kendine özgü boyutlarını ayrıntılı şekilde tanımlar ve büyük ölçüde heterojenlik gösteren durumlar arasında ortaya çıkabilecek ortak temalar ve bunların değerlerini ortaya çıkarır (Yıldırım ve Şimşek, 2003).

Görüşmeler dördü özel, ikisi üniversite ve altısı Hanımlar Lokalleri olmak üzere toplam 12 spor merkezinde gerçekleştirilmiştir. Bu spor merkezlerinde düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılan, yaşları 24 ile 55 arasında değişen 53 kadınla bireysel görüşme yapılmıştır. Bu kadınların 13’ü özel, 5’i üniversite spor merkezlerinde, 35’i ise Hanımlar Lokallerinde fiziksel aktiviteye katılmaktadır.

Araştırma grubunda, çeşitli meslekten kadınların bulunmasına karşın, çoğunluk ev-kadıdır. Kadınların genelde, kendi yakınlarındaki spor merkezlerini tercih etmeleri nedeniyle, çalışma sınıfsal bir ayırım üzerine temellendirilmese de, örnekleme farklı toplumsal kesimden kadınlar bir araya gelmiştir. Çalışmada, spor merkezleri belirli bir toplumsal sınıfla tanımlanmamış onun yerine, her bir katılımcının kendi toplumsal sınıfına ilişkin bilgilerinin, görüşmeler yoluyla edinilmesi tercih edilmiştir.

Hanımlar Lokali: Hanımlar Lokalleri, Ankara Büyükşehir Belediyesi tarafından kurulan ve desteklenen toplum merkezleridir. Bu lokaller sadece kadınlara hizmet vermekte olup, üyelerin büyük çoğunluğu alt ve orta sınıf kadınlardan oluşmaktadır. Hanımlar Lokallerinin temel amacı, kadınlara serbest zamanlarını verimli geçirmelerini sağlayacak etkinlikler sunmaktır. Bu etkinlikler; spor (örn., fitness, egzersiz sınıfları, masa tenisi ve yüzme), eğitime destek (örn., bilgisayar ve yabancı dil kursları) ve sosyal ve kültürel etkinlikler (örn., müzik ve drama kursları) olarak sınıflanabilir.

Özel Spor Merkezleri: Araştırmada özel spor merkezlerinden Tay-life, Spor Med, Dynmic ve Fitnes-court'ta fiziksel aktiviteye katılan kadınlarla da görüşme yapılmıştır. Hanımlar Lokallerinden farklı olarak bu spor merkezlerinde, kadın-erkek birlikte fiziksel aktiviteye katılmaktadır. Ayrıca bu spor merkezlerinde sunulan fiziksel aktivite çeşitliliği Hanımlar Lokallerinden çok daha fazladır. Özel spor merkezlerinde sunulan fiziksel aktivitelerin başında pilates, yoga, aerobik, step, spinning, aerosculp, fitness, yoga, squash ve tenis gelmektedir.

Ayrıca, bir devlet üniversitesi (ODTÜ) ve bir özel üniversite (Başkent) kampüsünde yer alan spor merkezlerinde fiziksel aktiviteye katılan kadınlar da araştırmada yer almıştır.

Veri Toplama Araçları: Bireysel görüşmeler: Araştırmada; 53 bireysel görüşme yapılmış ve veriler bu görüşmeler yoluyla toplanmıştır. Ayrıca araştırmada, bireysel görüşmelerin yapıldığı kadınlardan görüşmelerde, sosyo-demografik özelliklerini belirlemeye yönelik soruların

yer aldığı Kişisel Bilgi Formu doldurmaları istenmiştir.

Araştırmacının amacı ve araştırmanın kuramsal çerçevesi doğrultusunda görüşmelerde sorulan soruların genel konu başlıkları şunlardır: Fiziksel aktiviteye katılım nedenleri/beklentileri, fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen faktörler, fiziksel aktiviteye katılımın katkıları ve fiziksel aktiviteye katılımında karşılaşılan zorluklar.

Bireysel görüşmeler 22-55 dakika arasında sürmüştür. Ayrıca görüşmelerde, katılımcılardan izin alınarak ses kayıt cihazı kullanılmıştır. Görüşmelerin başında kadınlardan, araştırmanın amacını ve verilerin ne şekilde kullanılacağını belirten Bilgilendirme ve Onay Formu doldurmaları da istenmiştir.

Veri analizi: Verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2003). Bu analiz tekniği kapsamında, çalışmadan elde edilen veriler yazarlar tarafından incelenerek kodlar bulunmuş ve bu kodlar belirli temalar altında sınıflandırılmıştır. Bu analiz sürecinin aşamaları şunlardır:

1. **Açık kodlama:** Görüşme metinleri satır satır okunmuş ve araştırmacılar tarafından araştırma problemi kapsamında önemli ve ilginç bulunan kodlar belirlenmiştir. Kodlama sürecinde araştırmacının, araştırma sorularını yada araştırmanın kavramsal çerçevesini dikkate alması ve bu çerçevede verilerin içinde ne aradığının sürekli farkında olması gerekmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2003). Bu doğrultuda, veri analizinin ilk aşaması olarak kodlamalar yapılırken, elde edilen verilerle beraber araştırmanın kuramsal çerçevesi ve bu çerçeveye bağlamında sorulan sorular da dikkate alınarak bir

kod listesi oluşturulmuştur. Elde edilen verilerde bu kodlardan farklı kodlar bulunduğu bunlar da kod listesine eklenmiştir.

2. **Tematik kodlama:** Elde edilen verilerin kodlanmasından sonraki aşama, bir-biriyle ilişkili kodları bir araya getirebilecek temaların bulunmasıdır. Bu çalışmada, kodlanma sonucu ortaya çıkan kavramlar anlamlı bir tema altında toplanmaya çalışılırken, aynı kodlama sürecinde olduğu gibi hem çalışmanın kuramsal çerçevesi hem de veriler doğrultusunda temalar belirlenmiştir.x

Verilerin geçerliğini arttırmak için aynı alanda çalışan diğer araştırmacıların görüşlerine (peer debriefing) başvurulmuştur. Bu strateji, nitel analiz ve toplumsal cinsiyet konularında deneyimli araştırmacıların bir kaç görüşme metnini gözden geçirmesi ve ortaya çıkan temaları ve fikirleri kontrol etmek için kodlama sürecini tartışması yoluyla elde edilir (Holloway, 1997). Ek olarak, katılımcılardan elde edilen verinin inandırıcılığı bakımından, projenin öncesinde ve sonrasında, araştırmanın gerçekleştirildiği spor merkezlerinde araştırmacıların başka projeleri yapmış ve yapmakta olmaları da önemlidir. İkinci yazarın projenin gerçekleştirildiği dönemde Hanımlar Lokali üyesi olması çalışmanın yapıldığı sosyal bağlamın anlaşılmasında katkı sağlayan bir faktör olmuştur. Araştırmacının amacı ve dayandığı kuramsal temel kapsamında sosyal bağlam önemlidir. Sosyal bağlam, katılımcıların toplumsal konularından başka, fiziksel aktivite ortamını da içermektedir. Görüşmelerin spor merkezlerinde ve Hanımlar Lokallerinde yapılması ve görüşmecilerin bu merkezlerde görüşmeler öncesinde, esnasında

ve sonrasında vakit geçirerek katılımcılarla iletişim halinde olmaları, sosyal bağlamın anlaşılmasını sağlayacak bilgilerin elde edilmesine katkıda bulunmuştur.

Lincoln ve Guba (1985) çeşitlemenin sağlanmasında proje takımında yer alan her bir araştırmacının farklı disiplinlerden ve uzmanlık alanlarından gelmesinin de önemli olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bu proje takımının spor sosyolojisi, spor pedagojisi ve spor psikolojisi gibi farklı disiplinlerdeki araştırmacıların oluşması, araştırmanın iç güvenilirliğinin sağlanmasında tercih edilen bir yol olmuştur. Bireysel görüşmeleri gerçekleştiren görüşmeciler de nitel araştırmada deneyimli ve projenin gerçekleştirildiği spor merkezlerinde yapılan önceki projelerde çalışmış doktora öğrencileridir. Bunun yanında, sonuçların tespitini kuvvetlendirmek için (Lincoln ve Guba, 1985), görüşmecilerden veri toplama sürecindeki düşüncelerinin, karşılaştıkları problemlerin ve uyguladıkları çözüm yollarının yer aldığı bir görüşmeci günlüğü/raporu tutmaları istenmiştir.

Verilerin analizi sonucunda üç tema belirlenmiştir: (1) kendine ait bir zaman (2) kendini ifade etme fırsatı ve (3) ev-dışına çıkma.

BULGULAR

1. Kendine ait bir zaman

Yakın bir zamanda biraz da kendime zaman ayırmaya karar verdim. Sadece kendi kendime kalabileceğim, kendi vücudum.... Kendi aklım, kendi kolum bacağım için bir şey yapmak fikri bana çok hoş geldi. O yüzden artık tamam başlamalıyım dedim. (Taba, Üniversite Spor Merkezi)

Araştırmaya katılan kadınların hemen hepsinin fiziksel aktiviteye katılım nedenleri kendilerine zaman ayırma is-

teğidir. Örneğin, yukarıda alıntısı sunulan Taba'nın fiziksel aktiviteye katılma nedeni kendisine zaman ayırmak, sadece kendisi için bir şey yapmaktır. Aşağıda yorumları sunulan kadınlar farklı toplumsal sınıflardan kadınlardır. Özel bir üniversitede çalışan Kuzey'in fiziksel aktiviteye katılmasının en önemli nedeni Şafaktepe Hanımlar Lokalinden Kırmızı ile aynıdır: Kadın ve anne olmanın getirdiği sorumlulukları yerine getirmenin dışında kendisini mutlu edecek bir şey yaparak kendisine zaman ayırmaktır.

[...] Çocuğumdan kendim için yapacak bir şey bulamadığım için, bu yaptığım bana çok özel geliyor. Kendim için yapıyorum. Kendim için yapıyorum deyip mutlu oluyorum. Psikolojik olarak da çok rahatlıyorum. Bir sürü kişinin sorumluluğu var üzerimde. Bu sadece benim için oluyor. (Kuzey, Üniversite Spor Merkezi)

Bir yerde kendimi şey gibi hissediyorum... hani annelikten hariç, kadınlıktan hariç bir şeylerle uğraşıyorum. Hoşuma gidiyor. (Kırmızı, Şafaktepe Hanımlar Lokali)

Ya işte biraz kendimi dinlemek için geliyorum diyorum ya, biraz kendime zaman ayırayım, biraz da kendim için bir şeyler yapayım diye (Siyam, Şafaktepe Hanımlar Lokali)

[...] Psikolojinin düzgün olması için kendin için bir şeyler yapman gerekiyor. Kendim için ne yapabilirim? En güzeli, en masrafsızı, en kolayı spor. Hani bilgisayara, ingilizce kurslarına gittim ama insanın kafası almıyor. Ben aptal mıyım niye başaramıyorum diye strese girdim. En güzeli, en ucuzu spor. Spor kendini ifade etme imkanı sağlıyor. (Serpil, Aile Yaşam Merkezi)

Serbest zaman etkinlikleri, özellikle kendini tanımlama ve ifade edebilme fırsatı vermesi nedeniyle direnme davranışı-

nin önemli alanlarından biri sayılmaktadır (Green ve diğ., 1990). Birçok empirik çalışmanın kadınların kendilerini önemsedikleri ve sınırlara direndiklerini gösterdiğini belirten Shaw (2005), direnmenin bir biçimde geleneksel kadın davranışlarına, beklentilerine karşı gelmeyi ifade ettiğini vurgulamaktadır. Araştırmaya katılan kadınların bazılarında geleneksel kadınlık rollerine karşı eleştirel bir bakış olmakla birlikte, hemen her kadının, fiziksel aktiviteye katılabilmek için ev-içi işleri düzenleyip planlaması gerekmektedir:

Sürekli plan yapmak zorundasınız. Hani şimdi canım istiyor, şöyle bir gideyim spor yapayım yok. Orada rahatlamayı da bir yandan zorlaştırıyor. Çünkü çıkar çıkmaz da hemen aklınızda gideyim de oğlumu alayım, yemek yapayım günlük işler böyle. (Zümrüt, Üniversite Spor Merkezi)

Sabah erken kalkarım sırf spora gidebilmek için. Yemeğimi yaparım. Her şeyimi yaparım. Çocuğumun ütüsünü, hiç bir şeyi aksatmam. (Hayriye, Çankaya Hanımlar Lokali)

Mesela yarın kursum (spor) var erken gideceğim. Akşamdan hemen evi toparlıyorum. Mutfağım daha derli toplu oluyor buraya geleceğim için. Yani işlerimi daha güzel ayarlıyorum. Hani çalışan bayanların genelde hep evleri derli topludur ya onun gibi bir şey. (Duygu, Altındağ Hanımlar Lokali)

Sabahın 6.00'sında kalkıyorum çocuklarımı okula gönderiyorum. Eşimi gönderiyorum ondan sonra hemen ortalığı bir toparlıyorum. Saat 10.00'da burada oluyorum. Sporum var çünkü haftanın üç günü sporum var. İki günü bilgisayarım var, bir gün de masa tenisi var. Yani tüm hafta burada geçiyor..... Her şey o kadar güzel dü-

zenleyince yürüyor ki hiç bir şey aksamıyor. (Hatice, Çankaya Hanımlar Lokali)

Görüşüğümüz tüm kadınların, ev işlerini bir programa koyarak etkinliklere katılabilmelerinden, onların gündelik yaşamlarını planladıkları ve dolayısıyla kendilerine bir zaman dilimi yarattıkları anlaşılmaktadır. Etkinliklere katılabilmek için gündelik yaşamda kendilerine bir zaman dilimi ayırmaları gerektiğini farkedenden kadınlar, bu zaman dilimini ancak, gündelik görevlerini programlayarak, düzenleyerek kazanabileceklerini bilmektedir.

Zamanlarının çoğunu ev-içi görevlere ve yükümlülöklere ayırması nedeniyle gündelik yaşamın sürdürülmesinde ağırlıklı rol üstlenen kadınların, zaman kullanımı, zaman tasarrufu, toplumsal cinsiyet ilişkileriyle engellense de fiziksel aktivitenin ev-dışında, Talbot (1988) 'un hatırlatmasıyla, zaman planlanmasını gerektiren etkinlikler sınıflamasına girmesi, etkinliklere katılımın ancak kadınların zamanlarını planlamasıyla mümkün olabileceğini göstermiştir. Kadınların programlı hareket etmeye başlamaları, onlara gündelik yaşamlarında kendilerine ait bir zaman yaratma ve dolayısıyla rutinin dışına çıkarak farklı bir yaşam biçimiyle tanışma şansı verdiğini belirtmiştik. Bu gelişmelere karşın, kadınlara etkinliklere katılımında sınırlamaların, kendilerinden kadınsı davranış beklentisi içinde olan diğer kadınlar tarafından da getirildiğini, Aile Yaşam Merkezinden Serpil'le yapılan görüşmede, onun:: [...] konu komşu aaa spora nasıl yetişiyorsun da, ev işin nasıl kalıyor mu yemeği yetiştirebiliyor musun diyorlar ama spora geleceğim zaman daha erken kalkıyorum, hayatıma bir yön verdi hakikaten.... daha planlı oldum. sözlerinden çıkarıyoruz. Kadınların ev-içi sınırları aş-

bilmeleri; Henderson ve diğ., (1995) 'nin bir çeşit anlaşma olarak nitelediği, ev-içi görevlerini aksatmadan fiziksel aktiviteye katılabilmeleriyle ve onu diğer geleneksel görevleri gibi günlük rutinin içine çekmeleriyle mümkün olabilmektedir:

Sabah kalktığım zaman kahvaltı, evi topla kahvaltı hazırla ondan sonra bizim hep öğleden sonra derslerimiz. Haftanın üç günü spor, iki gün de bilgisayar. Beş gün buradayız. Pazar günlerini temizliğe ayırdık. Daha çok düzene girdik. Şimdi yemek saatimiz düzene girdi, geliş gidişimiz, kalkışımız. (Fatma, Şentepe Hanımlar Lokali)

Sabah altı buçukta kalkıyoruz. Eşim kuran okuyor. Ben de onu dinliyorum, ben de kuran okuyorum. Ondan sonra sabah çayımızı içiyoruz yedi buçuğa yakın. Ondan sonra dört tane çocuk var. Onları hazırlıyorum, onların kahvaltıları, onların kıyafetleri. Onlar gidiyorlar, birisi yedi buçukta biri sekizde. Biz de dokuz çeyrek kala. Kendimizi buraya atıyoruz. Spora geliyoruz. Kıyafetlerimizi giyip yola düşüyoruz. Onda başlıyor buranın sporu. On birde bitiyor on ikide. On iki buçukta küçük kızım geliyor sabahçı. Üç buçukta ikinci kızım geliyor. Saat dörtte oğlum geliyor ve dershaneye giden bir kızım var, o da üç buçuk ile dört arası geliyor. (Fesleğen, Aile Yaşam Merkezi)

Görüşme yaptığımız kadınların, fiziksel aktiviteyi gündelik yaşamlarının içine yerleştirdikleri, ev-içi görevlerini fiziksel aktiviteye katılacak biçimde düzenlemelelerinden çıkarılmaktadır. Günlük zorunlu rutin işlerinin yapılmasına benzer bir şekilde fiziksel aktiviteye katılımın da kadınların günlük programına alındığı görülmüştür.

2. Kendini ifade etme fırsatı

Fiziksel aktiviteye katılımın, araştırmamızda, kadınlar tarafından sadece

kendileri için yaptıkları, zorunlu görev ve rollerden bağımsız bir zaman dilimi olarak kabul edilmesi yanı sıra etkinliklerin özgürlük ve kendini tanımlama fırsatı yaratması (Green ve diğ., 1990; Shaw, 2005), kadınlara geleneksel rollerini sorgulamaya da zemin hazırlamıştır. Makro düzlemde ele aldığımızda; toplumsal cinsiyet rollerinden, toplumsal komutlardan bağımsızlaşmalarına yarayan serbest zaman; Ah-sen, Serpil ve Gül'ün, bu zaman dilimine, dolayısıyla fiziksel aktiviteye sahip çıkma nedenini de anlaşılır kılmaktadır. Ataerkil ilişkilerin beklentilerinden bir anlık da olsa kurtulmalarına yarayan bu zaman diliminin, kadınların sadece kendileri için kullandıkları bağımsız bir alan haline geldiği açıkça okunabilmiştir:

Sanıyorum şey açısından da ihtiyaç duydum, çocuk yüzünden sosyal hayat yoktu. Hep her şeyi saatinde yapayım diye çocuğa göre ayarladık, kimseyle görüşmedik. Oğlum sınava hazırlanacak. Şimdi kendim için bir şey yapıyorum. Spora sadece iki saat geliyorsam, üç saat hiç kimse benden ne çay istiyor, ne onu soruyor, ne bunu soruyor. Evin beyni oluyorsunuz ister istemez. Kim yaparsa iş ona kalıyor. Buraya geliyorum kendim için. Uzandım 15 dakika yetiyor. (Ahsen, Özel Spor Merkezi)

Bizim kadınınızın adı yok ya. Hep baskı görüyor.. Çok bencil, hep ben hep ben bana diyorlar çocuklar. Hep beklenti. Ben kendim artık varım diyorum. Aaa hadi artık yeter diyorum, 25 yıldır nedir bu! Benim de bir hayatım var. Psikolojikman insanın, annenin verimli, iyi bir anne, iyi bir eş olabilmesi için önce psikolojisinin düzgün olması lazım. Psikolojinin de düzgün olması için kendi için bir şeyler yapması gerekiyor. Kendim için ne yap-

bilirim? En güzeli, en masrafsız, en kolay spor. (Serpil, Aile Yaşam Merkezi)

En azından her şeyi başkaları için yapıyorum. Özellikle çocuklarım için çok vaktimi harcıyorum. Okuldan geldikten sonra tüm vaktimi onlara harcıyorum. Spor tek kendim için yaptığım en güzel şey. (Gül, Çankaya Hanımlar Lokali)

Bireylerin iş, aile ve serbest zamanla belirlenmiş yaşam döngülerinde, zamanla çocukların büyümesi, evden ayrılması sonucu rollerinin, görevlerinin değişmesi/azalması, bireylere aktivitelere daha fazla zaman ayırma fırsatı veren önemli değişimlerden biridir (Rapoport ve Rapoport, 1995). Aşağıda alıntısı sunulan Sema gibi, orta yaşla birlikte, özellikle kadınların, geleneksel rollerinin bir bölümünden sıyrılabilmeleri; kendilerine zaman ayırmalarına, dolayısıyla yeni deneyimler edinmelerine fırsat yaratmıştır:

Ev hanımıyım. Bu kadar sene çalışmamışım. Gelmişim 63 yaşına. Eeee bu kadar sene çocuklarımı büyütmüşüm, torunlarımı büyütmüşüm. Bundan sonra biraz kendime bakmamın normal olduğunu düşünüyorum. Şimdiye kadar yapmadım. Spor falan yapamadım yani, ama ilk defa burada Hanımlar Lokalini yakın buldum, hoşuma gitti bu lokal. (Sema, Çankaya Hanımlar Lokali)

Hanımlar Lokallerinde görüştüğümüz kadınların, toplumsal konumlarını eleştirmelerinden, serbest zaman etkinlik alanlarının, hakim kalıp yargıların sorgulandığı mekanlar haline gelebileceği/geldiği izlenimi edinilmiştir. Bu görüşlerin çoğunluk Hanımlar Lokallerindeki orta ve alt-orta kesim kadınlardan gelmesi, bu kesim kadınının toplumsal alana kısıtlı açılabilmesine ve egemen değerlerin baskısını en çok hisseden kesim olmasına bağlanabilir.

Araştırma grubunun daha çok ev kadınlarından oluştuğunu da hatırladığımızda; fiziksel aktiviteye katılan ortamın; kadının tek kendisi olabildiği, ikincil konumuna karşı duruş geliştirmeyi düşündüğü, kısaca yaşam kalitesini arttırabileceği bir alan sayılmasına, bu grupta sınırla olarak, bir anlam verebilmekteyiz. Green (1998), kadınların toplumsal cinsiyet kalıp yargı tiplerine ve imajlarına karşı direnme fırsatını, birbirlerinin deneyimlerinden edindiklerini öne sürerek; bu etkileşimin toplumsal onay bulan kadınlık davranışına meydan okuma ve toplumsal cinsiyet kimliğinin yeniden yapılanmasına olanak sağladığını düşünür. Çalışmamızda Nevin'in, görüşmede Hanımlar Lokaline gitmesinin kendisine çok yararlı olduğunu, farklı insanlarla görüşme şansı bulduğunu söylemesi, kamusal alanda yapılan serbest zaman etkinliklerinin kişilerin etkileşimini geliştirdiğini (Henderson ve Bialeschki, 2005) göstermesi açısından dikkat çekicidir:

Daha rahat olduğumu hissediyorum. Çünkü bayan bayana.. bir de böyle bayanların böyle toplumsal olarak bir şey dayanışma da aslında. Bana öyle geliyor. Bir çok şekilde, güzel bir durum. Spor da var ya.. hem sosyal aktivite olması için özellikle. Bir yerde kendimi şey gibi hissediyorum hani annelikten hariç, kadınlıktan hariç bir şeylerle uğraşayım. Hoşuma gidiyor, değişik arkadaşlar. Ben tesettürlü bir bayanım. Evde bir tek evimle uğraşmak istemiyorum. Evin dışında da bir hayatım olduğunu, değişik olayların olduğunu... tabi daha yeni yeni şey yapıyoruz kendimizi. Kadınlar, biz annelerimizden yanlış görmüşüz. Annelerimiz de annelerinden yanlış görmüş. Anadolu kadınları hep annelerimizden evde otur, çocuk büyüt, yemek yap işte hep bu şekilde görülmüş. Yani biz annemizden

öyle gördük ama onu yapmak istemiyoruz. Yani ben böyle düşünüyem ki çocuklarıma da bunu aşılıyım. Çocuklarıma da çocuklarına aşılınsın. Böyle böyle değişsin. İnanıyorum ben değişeceğiz. (Nevin, Şafaktepe Hanımlar Lokali)

Kapalı/geleneksel bir çevreden Hanımlar Lokaline gelen Nevin'in, kendi özelinde toplumdaki kadınlık anlayışını sorgulaması; serbest zaman etkinliklerine katılan ortamlarda, toplumsal cinsiyet rol kalıplarına karşı gelinerek bir direnme yaratılabilir yaklaşımını (Shaw, 2005) haklılaştırmıştır. Aynı şekilde, Aylin'in eleştirileri de; kadınların toplumdaki ikincil konumlarını farkederek ona karşı bir direnmenin filizlenebileceği biçiminde değerlendirilebilir:

Ben muzdaribim, yani kadınlar geri kaldı şeyden. Yani eşinden izin almak. Ya ben de böyle diyorum ama ben de izin almıştım. Ama böyle olmaz. Bizden sonrakilerin daha iyi yetişmesi lazım. Ben öyle düşünüyorum. Çok eleştiriliyorum. Kadınların önce okuması lazım bence. Önce çocuklarımızı eğiteceğiz. Kocaya bağımlı olmayacak, ekonomik özgürlüğü olacak. Ben öyle yetiştiriyorum çocuklarımla... Yani istedikleri zaman boşanabilirler. (Aylin, Aile Yaşam Merkezi)

Fiziksel aktiviteye toplumsal bir ortamda katılımın, kadınlar arası etkileşimi güçlendirmesine, kendilerinin ikincil konumlarını farkedip dile getirebilmelerine fırsat hazırladığı gözlenmiştir. Görüşmelerden; bu merkezlerin kadınların birbirlerini dolayısıyla kendilerini tanıma, konumlarını sorgulama açısından önemli bir sosyal ortam oluşturduğu anlaşılmaktadır.

3. Ev-dışına çıkma

Fiziksel aktiviteye katılım için ev-dışına çıkma, araştırmamızdaki toplumsal ve

ekonomik sermayeleri yetersiz kesimden kadınlar için oldukça önemli bir değişim niteliği taşımaktadır. Özellikle alt-orta kesimden kadınların farklı bir ortamda bulunma ve ilişki kurabilmeleri için ev-dışına çıkabilmeleri, daha önce de değinildiği gibi, Hanımlar Lokallerinde fiziksel aktiviteye katılmaları sayesinde olabilmektedir:

Evin dışında olsun diye geldim. İnsanlarla tanışalım. Değişik ortam olsun diye geldim. Yoksa spor yapmak için gelmedim. Ama yapıyoruz ve iyi oluyor. Düzenli geliyoruz. Yani çevre edindim. Arkadaşlarla tanıştık. Yani çok güzel aslında. Yani değişik bir ortam oldu. (Nermin, Şafaktepe Hanımlar Lokali)

Çok hoşuma gidiyor. Burada çocuğumu getirebiliyorum rahat bir şekilde. Çocuğumu emanet edebiliyorum. Yani burada kendime rahat arkadaş edinebiliyorum. Evimde edemiyorsam yani burada ediyorum. İstedığimi konuşabiliyorum. (Ayşe, Şentepe Hanımlar Lokali)

Benzer tespiti, orta kesimden gelen Ay'ın, Hanımlar Lokallerindeki etkinliklerin kendisinden öte özellikle alt-kesimden kadınların yaşamlarını zenginleştirdiğini belirtmesi, serbest zaman etkinliklerinin sınıfsal boyutuna açıklık getirmektedir:

Şimdi bakın, ben sosyal seviye itibarı ile dış hekimiyim, üniversite mezunuyum. Belli bir yerlerde çalışmışım. Belli bir yerlerde okumuşum. Bazı şeyler kazanmış bir insanım. Ama buraya bakıyorum, buraya gelen daha sosyal seviyesi düşük bayanlar onu görüyorum. Onlar için burası bir nimet. Ama bu hanımlar bir kere mesela onların eşleri onları her yere gönderemeyebilir ama burası kadınlar lokali diye sadece kadınlar var diye buraya rahatça gönderiyorlar. Ve o hanımlar da buradan bayağı istifade ediyorlar. Onlar bayağı açılıyorlar,

konuşmasını öğrenebiliyor, bir düşüncesini ifade etmeyi öğrenebiliyor. Ne bileyim burada bazen sosyal aktiviteler oluyor, bir müzik dinliyor, el çırpıyor, şarkıya katılıyor filan. Hani ben bunları zaten yapan bir insanım, ama onlar yapan insanlar değiller. Onlar çok şeyler kazanıyorlar. Onlar buradan çok bir şeyler alıyorlar bence. Yani en azından sabah giyinip kuşanıp hangi saatte buraya gelecekse, buraya gelmek, burada iki hareket yapmak, iki üç insanla konuşup evine dönmek bile o kadının hayatında büyük bir şey. Benim değilse bile onlar için kesin büyük bir değişiklik. (Ay, Altındağ Hanımlar Lokali)

Farklı farklı insanlarla tanışıyorsun. Örneğin dün çocukların 23 Nisan kutlaması vardı. Mesela çay partisi yaptık. Çocuklar daha küçük ama yine de şiir ezberlettik, manken oldular. Çok güzeldi yani. En azından yani sosyalleştik. Mahallenin içinde 3-5 arkadaş yada 3-5 akraba hep aynı şeyler. Böyle daha güzel. İyi ki varmış burası, iyi ki gelmişim. Keşke daha önce gelseydim. (Fatma, Şentepe Hanımlar Lokali)

Aşağıda sunulan iki alıntı kadınların etkinliklere katılmak amacıyla ev dışına çıkmalarının, geleneksel çevrelerinden, günlük rutinden, zorunlu görevlerinden ve ilişkilerinden kurtulmalarına yaradığını göstermektedir:

Genelde evden uzaklaşmak için, stresten uzaklaşmak için. Evde dursan iş bitmiyor, sıkıntı bitmiyor. Kaçıyoruz, resmen evden kaçıyoruz. Aynen öyle. (Siyam, Şafaktepe Hanımlar Lokali)

Spor yapma nedenim, sürekli aynı yerdeyim, aynı mahalledeyim, evlendim, yine aynı mahalledeyim. 4-5 bina üste taşındım annemden. Eşim sürekli gözümün önünde. Yani buraya genelde, 45

yaş üstü bayanlar geliyor, eşi emekli olmuş, eşinden kaçan bayanlar geliyor. Ben 25 yaşındayım. Ben de eşimden kaçıyorum.... Kaçıyorum, gerçekten kaçıyorum. Farklı bir ortam olsun istiyorum. (Duygu, Altındağ Hanımlar Lokali)

Fiziksel aktiviteye katılmanın kadınların gündelik yaşamlarına eklemlenmesi, onların kamusal alana çıkmalarına şans tanımış, sosyal yaşamlarını zenginleştirmiş ve gündelik hayatın rutininden çıkmanın kendilerini bağımsızlaştırdığını farkettirmesine neden olmuştur. Kadınların, yeni deneyimler edindikleri bu alanlarda, sınırlayıcı görevlerinden kurtulmaları sonucu bağımsız kalabildiklerini araştırmamız çerçevesinde söyleyebilmekteyiz:

Bu çevrede genellikle hanımlar, çoktu, yemektir, şeydi pek bir şey yapamadıkları için spor hem de onlar için bir aktivite oluyor. Biraz kendi kendilerine kalıp rahatlatma şeyleri oluyor aslında daha çok. Çünkü 24 saat ya çocukla ya eşinle, ya eşinin ailesi ya kendi ailenin bir şekilde başkalarıyla ilgilenerek geçiyor. Yani birileriyle otursan bile çocuğun senin yanında. Ama burada çocuklara bakan kreş var, kreşe çocukları bırakıp kendi kendilerine sorumluluk olmadan o şekilde sırf kendileri için vakit ayırmış oluyorlar. 15 dakika da ayırbilse o onu mutlu ediyor, sırf bana ait çünkü. (Karanfil, Şentepe Hanımlar Lokali)

Araştırmada, Hanımlar Lokallerindeki etkinliklere katılan toplumsal sermayeleri düşük alt-kesimden kadınlara ev-dışına çıkabilme güvenlerini bu etkinlikler kazandırmıştır. Fiziksel aktiviteye katılma, Gonca'ya örneğin, ev-dışına yalnız çıkabilme cesareti vererek, bağımsız hareket edebileceğine inanmasına yani kendisine güvenmesine zemin hazırlamıştır:

Mesela ben otobüsle, dolmuşla bir yere gidemezdim. Bir arkadaşım olmayınca

veya eşim olmayınca gidemezdim ama şimdi gidebiliyorum yani gezebiliyorum, istediğim yere gidebiliyorum. Buraya gelince daha öz güvenim arttı tabii. (Gonca, Şentepe Hanımlar Lokali)

Sınırlı ve bağımlı yaşam alanını genişleten Gonca gibi diğer kadınların da kazandığı deneyimler yaşam kalitelerine yansımıştır:

Bir kere hayatım doldu, bir mana kazandı. Bir şeyler yapabildiğimi şey yaptım. Öbür türlü devamlı evdeydim. Günlere gidiyordum. Gene günlere gitsem bile ölçülü gidiyorum şimdi. Eskiden daha hanımlarla vakit geçirme şeyim oluyordu. Komşuya git, komşuya gel, komşuya git komşuya gel. Spor yoktu, şimdi hayatıma bir spor girdi. Görüşüm değişti yani meşgalelerim daha değişik oldu. (Rüya, Şentepe Hanımlar Lokali)

Sonuç olarak, özellikle Hanımlar Lokallerinde fiziksel aktiviteye katılan alt toplumsal sınıftan kadınlar için fiziksel aktiviteye katılım, onlara evin dışında bir alanda yer alma fırsatı sağlaması bakımından önemlidir. Kadınların evin dışında bir alanda var olabilmeleri, yeni bir sosyal çevre edinmelerini ve kendilerine güvenlerini kazanmalarını sağlamaktadır.

TARTIŞMA

Serbest zaman etkinliklerine katılım, kadınların yaşamlarında nasıl bir değişime yol açmıştır? Bu sorunun karşılığı, kadınserbest zaman ilişkisinde, kadının toplumdaki ikincil konumunu görebilmemiz açısından önemlidir. Kadının ev-içi alandaki birincil yükümlülükleri, onu eşitlikçi olmayan bir konuma indirgeyerek (Deem, 1995; 1982; 1987; Green ve diğ., 1990, 1995; Kelly, 1995) gündelik yaşamın rutinini kırmasında önemli engel olarak karşısına çıkmaktadır. Araştırmamızın kuramsal çerçevesini oluşturan sembolik etkileşim yaklaşımı

doğrultusunda; görüştüğümüz kadınlar açısından serbest zaman etkinliklerine ayrılan zamanın (Kelly, 1994; Wearing, 1988), gündelik yaşamdaki zorunlu görevlerinin dışında, bağımsızlıklarını tanımlayan, birbirleriyle etkileşime girme olanağı veren, ev-dışına çıkmalarına aracı olan bir zaman dilimini ifade ettiği anlaşılmıştır. Kadınların, toplumumuzda, hangi kesimi temsil ederse etsin; hala ideolojik rol kalıp-yargılarının sınırlarında kalmaları gerektiği yönündeki hakim eğilim, araştırmamızda da belirleyiciliğini korumuştur. Bu bağlamda, kadınların, ancak ataerkil sistemle üstü örtülü bir anlaşmayı vurgulayan, birincil görevlerini tamamlamak koşuluyla etkinliklere katılabilmeleri (Henderson vd., 1995), kadınları programlı hareket etmeye yönlendirmiştir. Onların gündelik yaşamlarında kendilerine ait bir zaman dilimi yaratma ve dolayısıyla rutinin dışına çıkarak farklı bir yaşam biçimiyle tanışması; fiziksel aktiviteye katılmak için gündelik yaşamı planlama becerisi edinme alışkanlığı kazanmalarıyla gerçekleşmiştir. Kadınlar bu bağlamda denebilir ki; kendilerini önemsemeye ve de önemsetmeye, ilk olarak ev-içi görevlerini aksatmadan kendilerine ait bir zaman yaratacak şekilde program yapmayla başlamışlardır. Toplumsal rollerin zorunlu ilişkiler ağından, kendini farkedebildiği, bağımsız olabildiği alana fiziksel aktivite aracılığıyla katılan kadınlar, böylece günlük rutinin ve yaşadığı çevrenin dışına çıkabilme fırsatı elde etmiştir.

Kadınların yaşamlarında fiziksel aktivitenin zenginleştirici rolü, çalışmamızda ilk dikkati çeken nokta olmuştur. Öncelikle kadınların kendilerini önemsemeye ifade-sini bulan kendilerine yönelik bir zaman dilimini yaratmaları, onların toplumsal alanda bağımsızlıkla tanımlanan değişimin öncü-

lüğünü yapmıştır diyebiliriz. Elde edilen bulgular; Hanımlar lokalleri ve spor merkezlerinde araştırmaya katılan kadınların büyük bir çoğunluğunun, kendilerini tanımlama fırsatı buldukları, “bağımsızlık” alanları saydıkları bu merkezlerde, geleneksel ilişkiler ağının dışına çıkabilme çabası içine girdiklerini göstermektedir. Green (1998, s.175)’nin kadının geleneksel kadınlık kalıp yargılarına karşı bir direnme gücü kazandıran alanlar olarak belirttiği serbest zaman etkinlik alanlarını, çalışmamızda, kadınların büyük bir çoğunluğu, kendilerinin bağımsızlık (Foucault’nun tanımlamasıyla iktidar) alanları olarak değerlendirmiştir. Dolayısıyla kadınların fiziksel aktiviteye katılmalarındaki en önemli nedenin; kendilerine ait bir zamanı, her türlü yükümlülükten uzak kendileri için kullanma isteğinden kaynaklandığı anlaşılmıştır. Bununla birlikte araştırmamızda bizim için dikkat çekici önemli gelişmelerden biri; serbest zaman etkinliklerinin, kadınların gündelik yaşamındaki birincil görevleri gibi zorunlu yapılması gereken işler kategorisine alınıp, günlük rutinin içine yerleştirilmiş olmasıdır. Bu gelişme, kadınların gündelik yaşamda bağımsız kalabildiği zaman dilimine sahip çıktığı ve bu zaman diliminden vazgeçmeyeceği şeklinde yorumlanmıştır. Dolayısıyla, kendilerine ait geleneksel her türlü yükümlülükten uzak bağımsız oldukları bu zaman diliminde edindikleri deneyimler (Green ve diğ. 1990; Shaw 2005), geleneksel rollerini sorgulamaya da zemin hazırlamıştır. Makro boyuttan ele aldığımızda (Veal, 1998), ataerkil ilişkilerin zorlamalarından kurtuldukları bu zaman dilimini kadınların bağımsızlık alanı olarak kullanmaları, kendilerini tanımaya, kendilerini sorgulamaya yol açmış ve bu da çalışmamız çerçevesinde bu merkezlerde geleneksel rollere karşı bir direnme olabilir

mi sorusunu gündeme taşımıştır. Foucault (2003) 'nun, iktidar ilişkilerinin değişebilirliğini ifade eden, gündelik yaşamda her bireyin bağımsız bir alanının olduğu mikro yaklaşımı referans alınarak, araştırmadaki kadınlar için spor merkezlerinin "bir direnme alanı haline gelebileceği" izlenimi edinilmiştir. Geleneksele karşı duruşun, çalışmamızda her yaş ve her kesimdeki kadından gelmesi bu izlenimi edinmemizde önemli etkindir. Hanımlar lokallerinde ve spor merkezlerinde hangi nedenle fiziksel aktiviteye başlamış olursa olsun kadınların toplumsal ikincil konumlarını sorgulamaları, birbirlerinin deneyimlerinden yararlanarak toplumsal cinsiyet kalıp yargı tiplerine direnme eğilimini (Green, 1998) güçlendirdiği görülmüştür.

Araştırmanın sınırlılıklarından bir tanesi, projenin örneklem grubunun fiziksel aktiviteye katılan kadınlardan oluşmasıdır. İleride yapılacak çalışmalarda fiziksel aktiviteye katılmayan kadınların katılmama nedenlerinin araştırılması kadınların yaşamında fiziksel aktivitenin yerinin anlaşılması için önemlidir. Ayrıca, toplumsal sınıfın belirleyiciliği fiziksel aktivite deneyiminin edinilmesinde önemli etkenlerden sayılmaktadır. Bu nedenle toplumsal sınıfın ve toplumsal cinsiyet etkileşiminin kadınların fiziksel aktivite deneyimlerindeki önemi ileride yapılacak çalışmalarda araştırılması gereken konulardan biridir.

Araştırmamız, uygulamaya yönelik bir takım önerileri de gündeme getirmiştir. Fiziksel aktiviteye katılımın kadınların yaşamında yarattığı değişiklikler, kadınlar için sunulan fiziksel aktivite olanaklarının artırılmasının önemini vurgulamaktadır. Türkiye'de kadınların fiziksel aktivite ve spora katılımının azlığı düşünüldüğünde, kadınların katılımına özel projelerin geliştirilmesi öncelikli alanlardan birisi olmalıdır.

Yazar Notu: Bu araştırma, Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu (TUBİTAK) tarafından desteklenmiştir. Proje Kodu: 106K345

Yazışma Adresi (Corresponding Address)

Doç.Dr. Nefise Bulgu
Hacettepe Üniversitesi
Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu
Beytepe/ANKARA
e-posta:nbulgu@hacettepe.edu.tr

KAYNAKLAR

- Deem R. (1982). Women, leisure and inequality. *Leisure Studies*, 1, 29-46.
- Deem R. (1987). The politics of women's leisure. (J Horne, D Jary, A Tomlinson, Ed.), *Sport, leisure and social relations*, (s. 208-227). London: Routledge & Kegan Paul.
- Deem R. (1995). Feminism and leisure studies. (C Critcher, P Bramham, A Tomlinson, Ed.), *Sociology of Leisure: A Reader* (s. 247-255). London: E & FN Spon.
- Green E. (1998). Women doing friendship: an analysis as a site of identity construction, empowerment and resistance", *Leisure Studies*, 17, 171-185.
- Green E, Hebron S, Woodward D. (1990). *Women's Leisure, What Leisure?* London: McMillan.
- Green E, Hebron S, Woodward D. (1995). Women's leisure today. (C Critcher, P Bramham, A Tomlinson, Ed.), *Sociology of Leisure: A Reader* (s. 130-140). London: E & FN Spon.
- Foucault M. (2003). *İktidarın Gözü*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Hacısoftaoğlu İ. (2005). Fiziksel Etkinliklerin Kadınların Bedenlerinin ve Toplumsal Kimliklerinin Yapılanmasındaki İşlevi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Henderson KA, Bialeschki MD. (2005). Leisure and active life style: Research reflections. *Leisure Science*, 27, 355-365.
- Henderson KA, Bedini LA, Hecht L, Schuler R. (1995). Women with physical disabilities and the negotiation of leisure constraints. *Leisure Studies*, 14, 17-31.
- Holloway I. (1997). *Basic Concepts for Qualitative Research*. London: Blackwell Science.
- Kelly JR. (1994). The symbolic interaction metaphor and leisure: *Critical challenges*. *Leisure Studies*, 13, 81-96.
- Kelly J. (1995). Leisure and the family. (C. Critcher, P. Bramham, A. Tomlinson, Ed.), *Sociology of Leisure: A Reader* (s. 44-54). London: E&FN Spon.
- Koca C, Bulgu N. (2005). Spor ve toplumsal cinsiyet: Genel bir bakış. *Toplum ve Bilim*, 103, 163-184.
- Lincoln YS, Guba EG. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Lefebvre H. (1998). *Modern Dünyada Gündelik Hayat*. (I Gürbüz Çev.). İstanbul: Metis Yayınları.
- McNeil P, Chapman S. (2005). *Research Methods*. London: Routledge.
- Rapoport R, Rapoport R. (1995). Leisure and the family life-cycle. (C Critcher, P Bramham, A Tomlinson, Ed.). *Sociology of Leisure: A Reader*, (s. 66-70). London: E & FN Spon.
- Rojek C. (1995). *Decentering Leisure*. London: Sage Pub.
- Rojek C. (2005). An outline of the action approach to leisure studies. *Leisure Studies*, 24, 1, 3-25.
- Samdahl DM. (1992). Leisure in our lives: Exploring the common leisure occasion. *Journal of Leisure Research*, 24, 1, 19-32.
- Shaw MS. (1994). Gender, leisure and constraint: Towards a framework for the analysis of women's leisure. *Journal of Leisure Research*, 26, 8-22.
- Shaw MS. (2005). The Eleventh Canadian Congress on Leisure Research: Leisure as resistance: Academic debates, social action, and applications to professional practice.
- Shelton BA. (1992). *Women, Men and Time, Gender Differences in Paid Work, Housework and Leisure*. New York: Greenwood Press.
- Smith J. (1987). Men and women at play: Gender, life-cycle and leisure. (J Horne, D Jary, A Tomlinson, Ed.) *Sport, leisure and Social Relations*, (s. 51-85). Routledge & Kegan Paul, London.
- Stodolska M, Alexandris K. (2004). The role of recreation sport in the adaptation of first generation immigrants in the United States, *Journal of Leisure Research*, 36, 3, 379-413.
- Stodolska MJ, Livengood, S. (2006). The influence of religion on the leisure behavior of immigrant Muslims in the United States. *Journal of Leisure Research*, 38, 293-321.
- Talbot M. (1988). Understanding the relationships between women and sport: The contribution of British feminist approaches in leisure and cultural studies, *International Review for the Sociology of Sport*, 23, 31-39.
- Veal T. (1998). Leisure studies, pluralism and social democracy. *Leisure Studies*, 17, 249-267.
- Wearing B. (1998). *Leisure and Feminist Theory*. London: Sage Pub.
- Wearing B, Wearing S. (1988). All in a day's leisure: Gender and the concept of leisure. *Leisure Studies*, 7, 111-123.
- Yıldırım A, Şimşek H. (2003). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.