

Araştırma Makalesi

## Bir Pencere Aralamak; Kadınların Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımları ve Kısıtlayıcıları

Opening a Window; Participation and Limitations of Women in Leisure Time Activities

Ezgi Abay Beşikçi<sup>1</sup>, Melike Esentaş Deveci<sup>2</sup>, Pınar Güzel Gürbüz<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Manisa Celal Bayar Üniversitesi, <sup>1</sup>Sosyal Bilimler Enstitüsü, <sup>2,3</sup>Spor Bilimleri Fakültesi

### MAKALE BİLGİSİ

Gönderi Tarihi: 3 Kasım 2021

Kabul Tarihi: 24 Aralık 2021

Online Yayın Tarihi: 31 Aralık 2021

Sorumlu Yazar: Ezgi Abay Beşikçi, ezgiabay@outlook.com, <https://orcid.org/0000-0003-3230-3578>

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımında elde ettikleri kazanımı ve etkinliklere katılımındaki kısıtlayıcılarının incelenmesidir. Araştırmanın çalışma grubunu 24 gönüllü kadın katılımcı oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu ve yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde betimsel ve içerik analizi tekniği kullanılmıştır. Verilerin analizi sonucunda kadınların serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerine ilişkin fizyolojik kazanımlar temasında; fiziksel sağlık alt temasına, psiko-sosyal kazanımlar temasında ise; eğlence, keyif, psikolojik iyi oluş, sosyalleşme, yenilenme alt temalarına ulaşılmıştır. Serbest zaman kısıtlayıcılarında ise; tembellik, aile aidiyeti, zaman, özgüven eksikliği, kültür, iş hayatı, maddi imkânlar olmak üzere 7 tema elde edilmiştir. Araştırmada fizyolojik ve psiko-sosyal açıdan olumlu yönde kazanımlar elde edildiği sonucuna varılırken, serbest zaman kısıtlayıcılarına bakıldığında ise kadınların engel teşkil edebilecek kısıtlayıcılar ile karşı karşıya kaldığı görülmektedir. Bu sonuçlardan kadınların yaşam kalitelerini artırabilmesi açısından serbest zaman etkinliklerine düzenli zaman ayırması, katılım kısıtlayıcılarını en az seviyelere getirmesi gerekliliğine ulaşılmaktadır.

**Anahtar Sözcükler:** Serbest Zaman, Kadın, Serbest Zaman Katılımı, Serbest Zaman Kısıtlayıcıları

### ABSTRACT

The aim of this research is to examine the gains of women in their participation in leisure activities and the constraints of their participation in activities. The study group of the research consists of 24 volunteer female participants. Demographic information form and semi-structured interview form were used as data collection tools. Descriptive and content analysis techniques were used in the analysis of the obtained data. As a result of the analysis of the data, in the theme of physiological gains related to the reasons for women's participation in leisure activities; in the sub-theme of physical health, and in the theme of psycho-social gains; entertainment, enjoyment, psychological well-being, socialization, regeneration sub-themes were reached. In free time constraints; 7 themes were obtained: laziness, family belonging, time, lack of self-confidence, culture, business life, and financial opportunities. In the study, it was concluded that positive gains were achieved in terms of physiological and psycho-social aspects. From these results, it is concluded that women should allocate regular time to leisure activities and minimize participation restrictions in order to increase their quality of life.

**Keywords:** Leisure Time, Women, Leisure Time Participation, Leisure Time Constraints

## GİRİŞ

Bir ülkede sağlıklı bir toplumun oluşmasında ve nesillerin yetiştirilmesinde kadının toplumdaki yeri ve önemi büyüktür (Ağaoğlu, 2015). Tarihsel süreç içerisinde kadının toplum yaşamındaki yerinin ailesi ve evi olduğu görüşü sebebiyle kadınlar, bireysel olarak kazanç elde etmenin dışında ev işleri yapmak, çocuk bakmak zorunda kalmıştır (Karabıyık, 2012). Ancak modern yaşamın getirdiği çeşitli değişimler sonucunda kadınların toplumda etkin bir biçimde yer aldığı ve serbest zamanlarında artış olduğu söylenebilir.

Alan yazında serbest zaman kavramının birçok tanımı olmakla birlikte genel ifadeyle serbest zaman, yaşam süresi boyunca bireylerin zorunlu ihtiyaçlarını karşılamalarının dışında kalan ve kendi kararları doğrultusunda vakitlerini istedikleri gibi değerlendirebilecekleri zaman dilimidir (Torkildsen, 2005). Serbest zamanın en iyi biçimde değerlendirilmesi; bireyin kendini geliştirmesini, kendini ifade etmesini, toplumsal çerçevesini genişletmesini vb. değerlerin artmasını sağlamaktadır (Kılbaş, 2010). Literatürde bireylerin serbest zamanlarını en iyi bir biçimde değerlendirebilecek rekreasyonel etkinliklerin yerinin önemli olduğu vurgulanmaktadır (Gökçe, vd., 2020; Türker, vd., 2016; Sabbağ ve Aksoy, 2016).

Yaşam koşullarının değişikliği ve gelişimi kadınları psikolojik, sosyal, fiziksel vb. yönlerden olumsuz etkileyebilmektedir. Bu etkilerin azalmasında ve/veya önlenmesinde serbest zaman etkinlikleri önemli bir yere sahiptir. Toplum tarafından kadınlara biçilen cinsiyet rollerinin günümüzün gerektirdiği gelişmeler sonucunda (iş hayatına katılım, maddi güç elde etme vb.) değişmesi sebebiyle kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımını da olumlu yönde etkilemiştir (Gürsel, Güzel ve Yıldız, 2019). Bu olumlu gelişmeler sayesinde günümüzde yaşam kalitesi farkındalığı, sağlıklı olma amacı, kilo verebilme vb. gibi düşünceler kadınları serbest zaman etkinlikleri yapmaya teşvik ettiği söylenebilir. Kadınların etkinliklere katılım amaçları kimine göre eğlenmek, dinlenmek, rahatlamak, arkadaş çevresi ile vakit geçirmek olduğu söylenirken (Mansuroğlu, 2002), kiminin de fizyolojik açıdan kilo vermek, çeşitli sağlık problemlerini gidermek amacıyla katıldığı

belirtilmektedir (Ardahan ve Lapa, 2011). Aynı zamanda bir kaçış motivasyonu (sorumluluklardan kaçma isteği) olduğu da söylenmiştir (Chiang ve Jogaratham, 2006).

Serbest zaman etkinliklerine katılımın kadınlar üzerinde sosyal, fiziksel, psikolojik ve toplumsal yönden birçok fayda sağladığı söylenebilir. Ancak çeşitli şartlar dolayısı ile kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımı bireysel ya da toplumsal olarak kısıtlanmaktadır. Kadınların herhangi bir işte çalışıp çalışmama durumu, eğitim seviyeleri ve meslekleri, kadınların aylık gelir seviyeleri, aile yapısı ve sorumlulukları, aktivite yapılacak alanın durumu, yaşanılan sosyal çevrenin uygun olması, arkadaş gruplarının etkisi, kilo problemleri, psikolojik problemleri, toplum baskısı ve bu konuda ki ilgileri ve istekleri kadınların serbest zamanlarında etkinliklere katılımını etkileyen faktörler arasındadır (Yılmaz ve Ulaş, 2016).

Bu araştırmanın amacı, kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımında elde ettikleri kazanımları ve bu etkinliklere katılımındaki kısıtlayıcılarının incelenmesi ve elde edilen veriler bulgular ışığında, bu alanda yeterli ve eksik yönlerin tespit edilmesidir.

## **YÖNTEM**

### **Araştırma Modeli**

Nitel desende hazırlanan bu araştırmada kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımında elde ettikleri kazanımı ve etkinliklere katılımındaki kısıtlayıcılarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma nitel araştırma yöntemi kullanılarak tasarlanmıştır. Araştırmada konunun önem ve amacına uygun olarak görülen olgu bilim-fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Fenomenoloji yaklaşımında genellikle insanların benzer deneyimleri algılamaya ve yorumlamaya ilişkin bazı ortak noktaların olduğunu varsayılır, bu açıdan fenomenoloji yaklaşımıyla belirli bir olayda bu ortak noktalar araştırma katılımcılarının deneyimleri bağlamında tanımlanmaya, anlaşılmasına ve tarif edilmeye çalışılır (Fraenkel ve

Wallen, 2012; Leedy ve Ormrod, 2015). Araştırmaya konu olan olaya ilişkin ortak noktalar derinlemesine anlaşılmasına çalışıldığı için bu yaklaşım benimsenmiştir.

### **Çalışma Grubu**

Araştırmanın çalışma grubu amaçlı örneklem yöntemi ile seçilmiştir. Literatürde amaçlı örneklem yönteminin, zengin bilgiye sahip olduğu düşünülen durumların derinlemesine çalışılıp birçok olgu ve olayların keşfedilmesine, açıklanmasına yarar sağladığı söylenmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Araştırma örneklemini Manisa Atatürk Gençlik Merkezi'nde rekreatif etkinliklere katılan gönüllü 24 kadın katılımcı oluşturmaktadır. Bu araştırmanın çalışma grubunu oluşturan katılımcıların demografik bilgisine Tablo 1'de yer verilmiştir. Bu çalışma rekreasyon kavramının da temel bileşenleri arasında yer alan gönüllülük ilkesine uygun olarak yapılmıştır.

**Tablo 1.** Katılımcıların kişisel bilgileri

Katılımcılar	Yaş	Eğitim Durumu	Meslek	Medeni Durum	Rekreasyonel etkinliklerine haftada kaç gün katılıyorsunuz?	Rekreasyonel etkinliklerine haftada kaç saat ayırıyorsunuz?	Katıldığımız rekreatif etkinlikler nelerdir?*
K1	48	Lise	Memur	Bekar	3 gün	8 saat	1,2,3,5,7,8,9,10
K2	26	Lise	Yönetici Asistanı	Evli	3 gün	5 saat	1,3,5,6,7,8,9
K3	35	Lisans	Muhasebe	Evli	5 gün	10 saat	1,3,5,6,7,8,9,10
K4	50	Lisans	Memur	Evli	6 gün	8 saat	1,2,3,4,5,6,7,9,10
K5	32	Lisans	Muhasebe	Evli	3 gün	3 saat	1,2,3,4,5,7,8,9,10
K6	42	Lisansüstü	Muhasebe	Evli	4 gün	5 saat	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10
K7	43	Lise	Sekreter	Evli	5 gün	8 saat	1,2,3,4,7,8,9,10
K8	42	Lisans	Öğretmen	Evli	6 gün	10 saat	1,2,3,4,5,7,8,10
K9	33	Lisans	Yönetici Asistanı	Bekar	4 gün	6 saat	1,2,3,4,7,8,10
K10	38	Lisans	Doktor	Evli	5 gün	8 saat	1,3,4,5,7,8,9
K11	35	Lise	Tekniker	Bekar	5 gün	12 saat	3,4,5,7,8,9
K12	29	Lise	Ev Hanımı	Evli	3 gün	6 saat	1,3,5,6,7,8,9,10
K13	42	Lise	Ressam	Evli	3 gün	6 saat	1,3,5,6,7,8,9,10
K14	42	Lisans	Öğretmen	Evli	4 gün	10 saat	1,3,4,5,6,7,8,9,10
K15	39	Lise	Ev Hanımı	Evli	4 gün	6 saat	1,2,3,5,7,8,9
K16	37	Lisans	Pazarlama Müdürü	Evli	6 gün	10 saat	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10
K17	35	Lisans	İşletmen	Bekar	5 gün	12 saat	1,2,3,4,5,7,8,9,10
K18	38	Lisans	İnsan Kaynakları Uzmanı	Evli	3 gün	3 saat	1,2,3,4,5,7,9,10
K19	36	Lisans	Sekreter	Evli	3 gün	6 saat	1,2,3,5,7,8,9,10
K20	38	Lisans	Öğretmen	Bekar	3 gün	3 saat	1,3,5,6,8,9,10
K21	34	Lisans	Sekreter	Evli	4 gün	6 saat	1,3,5,7,8,9,10
K22	34	Lise	Ev Hanımı	Evli	6 gün	10 saat	1,3,4,5,6,7,8,9
K23	29	Lisans	Mühendis	Bekar	6 gün	12 saat	1,2,3,5,7,8,9,10
K24	52	Lisans	Memur	Evli	5 gün	10 saat	1,2,3,4,5,6,9,10

\*Katıldığımız rekreatif etkinliklerine verilen yanıtların sayı karşılıkları şu şekildedir; 1- Aerobik, 2- Step aerobik, 3- Bokwa fitness, 4- Pilates, 5- İp atlama-kardiyo, 6- Nefes egzersizleri-meditasyon, 7- Dumbell egzersizleri, 8- Lastik egzersizleri, 9- Merdiven çalışmaları, 10- Eşli rekreatif oyunlar

## **Veri Toplama Araçları**

Yapılan araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgilere ilişkin (yaş, cinsiyet, medeni durum vb.) demografik bilgi formu ve araştırmacı tarafından belirlenen yarı yapılandırılmış görüşme soruları yer alan görüşme formu kullanılmıştır.

Araştırmada Manisa Atatürk Gençlik Merkezi'nde rekreatif etkinliklere katılan gönüllü 24 kadın katılımcıya ulaşıp, gerekli izinlerin alındığı belirtildikten sonra çalışmanın amacı hakkında bilgi verilmiştir. Araştırmanın verileri gönüllülük esasına dayalı olarak belirlenen 24 kadın katılımcıyla yüz yüze görüşmeler yoluyla elde edilmiştir. Görüşmelerin yapılacağı ortam araştırmacılar ve katılımcılar tarafından önceden belirlenen tarihte ve uygun ortamlarda gerçekleşmiştir. Görüşmeler çalışma grubundaki katılımcıların izni alınarak ses kayıt cihazı ile kayıt altına alınmıştır.

Katılımcıların kişisel özelliklerini tespit etmek amacıyla hazırlanan kişisel bilgi formu doldurulduktan sonra araştırmacı tarafından belirlenen yarı yapılandırılmış görüşme soruları sorulup verilen yanıtlar ses kaydına alınıp bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Görüşme esnasında katılımcılara şu sorular yöneltilmiştir;

- Rekreatif etkinliklere katılımın size olan kazanımları nelerdir?
- Kadınların rekreasyonel etkinliklere katılımındaki engellerinin neler olduğunu düşünüyorsunuz, açıklar mısınız?

## **Verilerin Analizi**

Açık uçlu sorular ile elde edilmiş olan verilerden kodlar oluşturarak, literatürde var olan temalar bazında (parça-bütün, oran, ölçme, bölme, işlemci) incelenmesi ve karşılaştırılması amacıyla betimsel analiz; ayrıca kadın katılımcıların verdiği yanıtlardan yeni temalar elde edildiğinden içerik analizi kullanılmıştır. Betimsel analiz yöntemi, araştırma verilerinin belirlenmiş temalara göre özetlenmesini, tema ve kategorilere ayrılmasını gerekli kılan,

ulaşılan sonuçların neden sonuç bağlamında değerlendirilmesine imkân sağlayan bir yöntemdir (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Analiz sürecinde katılımcıların gizliliğini sağlamak amacı ile gerçek isimleri yerine direk alıntılarda katılımcılar “K1, K2,...K24” şeklinde tanımlanmıştır. Araştırmada nitel verilerin analizinde ilk olarak veriler kodlanmış, temalar bulunmuş, kodların ve temalar Nvivo 10 programı aracılığıyla modeller haline getirilmiştir. Son olarak, bulguların tanımlanması ve yorumlanması basamaklarına geçilmiştir.

Veri analizlerinin ve yapılan yorumların geçerlilik ve güvenilirliklerini kontrol etmek amacıyla şu önlemlere başvurulmuştur: Nitel araştırmalarda inandırıcılık olarak ifade edilen iç geçerliliğin sağlanmasında uzun süreli etkileşim, farklı kaynaklardan veriler toplama, uzman görüşlerine başvurma ve katılımcı teyidi gibi stratejiler kullanılabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Araştırmanın iç geçerliliğini artırma amacıyla verilerin toplanması sürecinde kadınlarla uzun süreli etkileşimde bulunulmuştur. Ayrıca, görüşmeler sonunda toplanan veriler tekrar ilgili öğretmenlere gösterilmiş, eksiklik ya da yanlışlık olup olmadığı kendilerine kontrol ettirilerek katılımcı teyidi alınmıştır.

Nitel araştırmalarda güvenilirlik kavramı tutarlılık (iç güvenilirlik) ve teyit edilebilirlik (dış güvenilirlik) anlamında kullanılmaktadır. Bunların gerçekleştirilmesinde tutarlılık ve teyit incelemesi stratejileri önerilmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu araştırma kapsamında temaların belirlenmesi ve verilerin ilişkilendirilmesi süreci başka bir uzmana yaptırılarak iki analiz karşılaştırılmıştır. Bu amaçla Miles ve Huberman'ın (Baltacı, 2017, s. 8) güvenilirlik formülü ( $\text{Güven İndeksi} = \frac{\text{Görüş Birliği}}{\text{Görüş birliği} + \text{Görüş Ayrılığı}}$ ) kullanılmış, uyum indeksi 0.90 olarak hesaplanmıştır. Bu değer veri analizinin güvenilir olduğunu göstermektedir.

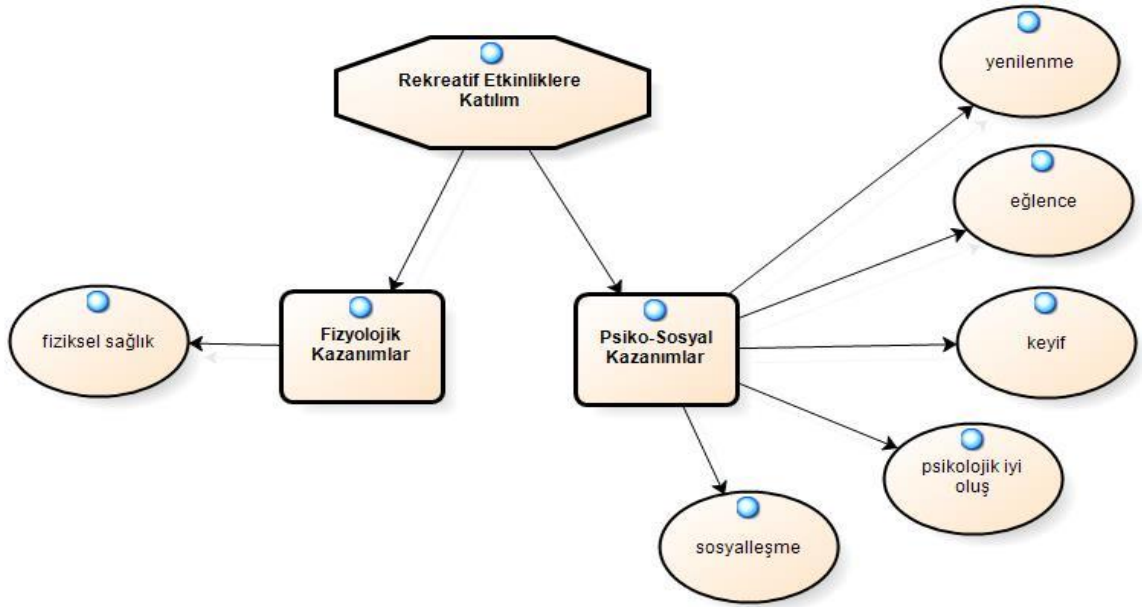
## **BULGULAR**

Kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımında elde ettikleri kazanımı ve etkinliklere katılımındaki kısıtlayıcılarının incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada 24 kadın

katılımcı ile yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Yaş aralıkları 26-52 arasındadır. Araştırmaya katılanların eğitim durumları lise, lisans ve lisansüstü olduğu görülmektedir. Kadın katılımcıların rekreatif etkinliklere hafta 3-6 gün arasında katılım sağladıklarını ifade etmişlerdir.

Yapılan araştırmada kadınların rekreatif etkinliklere katılımları (Model 1) ve serbest zaman kısıtlayıcıları (Model 2) başlıkları altında elde edilen bulgulara derinlemesine yer verilmiştir.

### Model 1. Rekreatif etkinliklere katılım



Elde edilen verilerin analizi sonucunda kadınların serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerine ilişkin analiz neticesinde fizyolojik kazanımlar temasında; fiziksel sağlık alt temasına, psiko-sosyal kazanımlar temasında ise; yenilenme, eğlence, keyif, psikolojik iyi oluş, sosyalleşme alt temalarına ulaşılmıştır.



Katılımcılara yöneltilen “Rekreatif etkinliklere neden katılmaya karar verdiniz?” sorusuna ilişkin katılımcıdan elde edilen ve Model 1’de belirtilen alt temalara ilişkin bazı katılımcıların görüşleri aşağıda verilmiştir.

❖ *Son zamanlarda fazla kilo aldım, çok hareketsiz bir yaşıyorum. Ev ile iş arasında git gel yapıyorum bide günlük hayatta aktif olduğum tek durum. Bunun için kendimce bir önlem almak istedim bu yüzden spor yapmaya karar verdim. Biraz araştırdım ve şu an yapmakta olduğum sporun bana uygun olduğunu düşündüm. Biraz eğlenceli, güzel keyifli vakit geçireceğimi düşündüm ve umduğumu da buldum zaten bu yüzden (K1).*

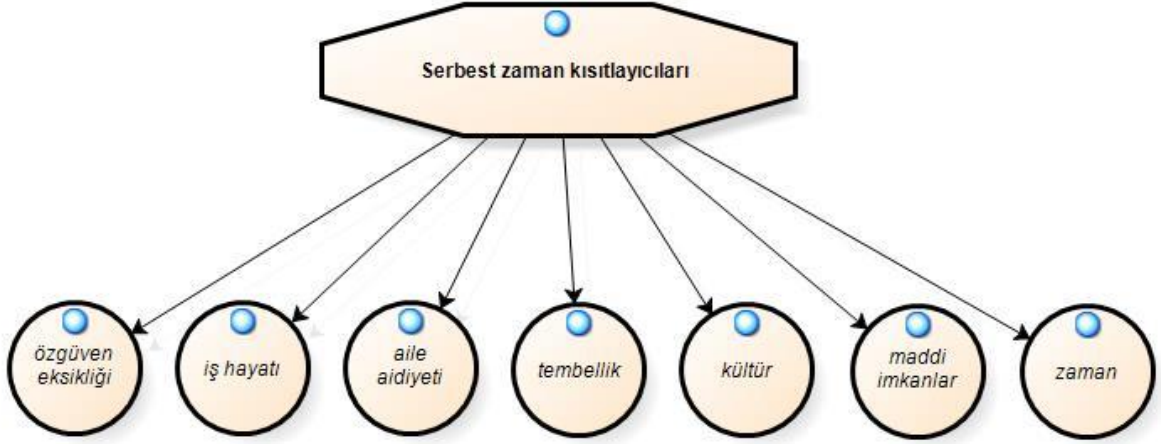
❖ *İlk önce doktor tavsiyesiyle dizlerimde problem vardı doktor tavsiyesiyle katıldım. Devamlı gelmek istiyordum saatler uygun olmadığı için gelemiyordum. Ama gece aktivitelerinin olduğunu öğrenince katılmaya karar verdim (K7).*

❖ *Daha sosyal olmak için arkadaş çevresi edinmek evdeki boş zamanlarımı değerlendirmek artı hem sağlıklı yaşam sosyal yaşam kendimi daha zinde hissetmek iyi hissetmek için karar verdim (K11).*

❖ *Öncelikle sağlık sorunu sebebiyle etkinliklere katılmaya karar verdim. Çünkü sırt kas ağrılarım çok fazla oluyor. Aynı zamanda sağlık ruhsal yapıdan da çok iyi hissettiriyor. Kendimi o yüzden sağlık ve spor yapmak için. Önceliğim sağlık ama aynı zamanda kendimi çok çok iyi hissetmeme sebep oluyor. Ve kendimi daha enerjik hissediyorum (K17).*

❖ *Yani işin aslı mesleğimden dolayı sosyal hayattan çok uzaklaştım bu sebeple sosyalleşmek istedim ve sürekli çalışma ortamım dolayısı ile çok fazla erkeklerle iç içeyim. Bu sebeple birazcık daha hem cinslerimle vakit geçirmek ve sosyalleşmek amacıyla bu etkinliklere katılmaya karar verdim (K23).*

## Model 2. Serbest zaman kısıtlayıcıları



Serbest zaman kısıtlayıcılarına ilişkin sorunun analizinde ise; tembellik, aile aidiyeti, zaman, özgüven eksikliği, kültür, iş hayatı, maddi imkânlar olmak üzere 7 tema elde edilmiştir.

Katılımcılara yöneltilen ‘Kadınların rekreasyonel etkinliklere katılımındaki engelleyicilerinin neler olduğunu düşünüyorsunuz, açıklar mısınız?’ sorusuna ilişkin katılımcıdan elde edilen ve Model 2’de belirtilen alt temalara ilişkin bazı katılımcıların görüşleri aşağıda verilmiştir.

❖ *Bence en önemli şey sevdiğiniz, istediğiniz bir şeye zaman ayırmak. Bu zaman ayırmayı siz ne kadar isterseniz o kadar başarabilirsiniz. Ben bazı kadınlarda bunu çok eksik görüyorum en başta tembellik diyebilirim buna yani insanlar bu tür aktivitelerde zaman ayırmaya pek fazla önem vermiyorlar. Belki de ailevi durumlardan yani de olabilir, günlük hayatta bir koşuşturma olabilir yorgun geliyor olabilirler fakat insan istedikten sonra güzel şeyler yapmaya vakit ayırabilir (K4).*

❖ *En büyük engel çocuklu annelerin olduğunu düşünüyorum çocuklarını bırakacak yer bulamıyorlar genelde ve ulaşım sorunu evlerine yakın olması yürüyerek gelmelerini sağlıyor ama uzak yerlerde oturanlar için arabası olmayanlar için biraz zor olabilir.*

*Saatler çalışanlar için akşam saatlerinde olması çalışan bayanlar için daha avantajlı bir durum (K10).*

❖ *Çalışan bayanların saatlerinin uymayacağını düşünüyorum ev hanımlarının da evdeki işlerinden dolayı katılamayacaklarını ya da eşlerinin izin vermediklerini ya da kendine güvenlerinin olmadıklarını utanabildiklerini düşünüyorum (K15).*

❖ *Yani kadınlar daha çok çocuklarına, evine, eşine kendisini adadığı için ya da öyle olduğunu öyle yaparak daha çok kendilerini daha iyi hissettiklerini düşündükleri için kendilerine vakit ayırmadıklarını düşünüyorum. Ben de böyledim yani evden çıkıp yürüyüş yapmak mı veya çocuklara yemek yapmak kek yapmak mı dersiniz evde durmak daha iyiydi. Ama şu an hepsine yetiştiğimi düşünüyorum daha enerjik olduğum için hepsine daha fazla hatta çocuklarıma daha fazla kaliteli vakit geçirdiğimi düşünüyorum ben mutluyum bu şekilde (K19).*

❖ *Bunun toplumsal baskıdan aslında kaynaklandığına inanıyorum en çok çünkü genelde kapalı büyük spor salonlarında daha çok erkek üyeler ağırlık kaldırıyor ve daha fazla onlara yer veriliyor ve bu çalışma bu büyük spor salonlarında çalışma esnasında da hani kadınlara ayrılan bölümler her zaman daha küçük oluyor ben bunda bir toplumsal baskı olduğunu düşünüyorum açıkçası. Onun dışında kadınları yani aslında hepsi dediğim gibi aynı sonuca çıkıyor. Kadınlar yetersiz görülüyor bence bu konuda. Onun üstüne çıkabilmeliyiz diye düşünüyorum. Kadının çünkü toplumdaki yeri aslında düşünülmediği kadar geri planda değil ve olmamalı bunu birazcık daha ön plana çıkartmalıyız. Daha aktif daha pozitif daha fiziki yeterlilikte kadınlar yetiştirebilirsek bu rekreasyon çalışmalarıyla daha kadınların da başarılı yerlere geleceğine inanıyorum (K23).*

## **TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER**

Kadınlar dünyanın birçok ülkesinde doğdukları andan itibaren erkek hâkimiyetinde yaşama başlamaktadırlar. Bu hâkimiyetin kırılmasında spor ve rekreatif etkinliklere katılımın kadınlar için pozitif yönde ve çok yönlü bir kazanım sağladığı düşünülmektedir (Özbeç ve Güzel, 2011). Bu farkındalığın bir sonucu olarak kadın çalışmalarının önemi ve bu

çalışmaları anlama ihtiyacı spor ve rekreasyona katılımındaki cinsiyet farklılıkları noktasında araştırmacıların çalışma ihtiyacı duyduğu konu başlıklarından birisi olmaya devam etmektedir (Guzel, 2015).

Araştırmada elde edilen bulgulara göre Manisa Atatürk Gençlik Merkezi'nde rekreatif etkinliklere katılan kadınların etkinliklere katılım nedenlerine bakıldığında fizyolojik kazanımlar temasında fiziksel sağlık alt temasına ve psiko-sosyal kazanımlar temasında ise yenilenme, eğlence, keyif, psikolojik iyi oluş, sosyalleşme alt temalarına ulaşılmıştır. Kadınların öncelikli olarak sağlıklı olma amacıyla rekreatif etkinliklere katılım bulgusu Mengütay vd., (2006) yaptıkları çalışma ile benzerlik göstermektedir. Yapılan çalışma sonucuna göre kadınların fiziksel aktivite yapma nedenleri arasında sağlık %10,7 ile ilk sırada yer almıştır. Bu çalışmaya benzer olarak Yılmaz ve Ulaş' ın (2016) yaptığı çalışmada kadınların fiziksel aktivite yapma sebepleri arasında sırasıyla sağlıklı olma, fiziksel görünüş, stresten uzaklaşma ve sosyalleşme amaçları içerdiği görülmektedir. Aynı zamanda Rekreasyon, sağlık, canlılık, dinamik bir yaşam tarzını teşvik etme ve esenlik gibi işlevleri olan arzu edilen faaliyetler olduğu düşünülmektedir (Farzaneh vd., 2021). Rekreasyonel amaçlı rekreatif etkinliklere katılımın sağlığın dışında dış görünüm ve sosyalleşme gibi çeşitli unsurlarının da olduğu ortaya çıkmıştır (Gürbüz, 2012). Buradan yola çıkarak rekreatif etkinliklere katılan kadınların fizyolojik ve psikolojik olarak kendilerini iyi hissetmekte olduğunu söylemek mümkündür.

Özbey ve diğ. (2018) yaptıkları çalışmada Türkiye'de düzenlenen uluslararası kamp etkinliğine katılan kız öğrencilerin katıldıkları etkinlikler sonrasında sosyalleşme ve psikolojik iyi oluş durumlarında olumlu gelişmeler olduğu sonucuna varmışlardır. Buna benzer olarak Esentaş ve diğ. (2020) yaptıkları çalışmada Suriye iç savaş sonrası Türkiye'ye gelen kadın mültecilerin katıldıkları rekreasyon etkinlikleriyle sosyalleşme, yenilenme ve fiziksel sağlık durumlarına katkı sağladığını saptamışlardır. Bir diğer çalışmada ise Lapa ve Ardahan (2009), bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerini sırasıyla; eğlenmek, arkadaşlarıyla birlikte olmak, rahatlamak ve yeni şeyler öğrenmek olduğunu

belirtmişlerdir. Yapılan çalışmalarla mevcut çalışmamız bu durumda benzerlik göstermektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu ise kadınların serbest zaman kısıtlayıcılarının neler olduğudur. Elde edilen bulguya göre serbest zaman kısıtlayıcılarına ilişkin sorunun analizinde tembellik, aile aidiyeti, zaman, özgüven eksikliği, kültür, iş hayatı, maddi imkanlar olmak üzere 7 tema ortaya çıkmıştır. Elde edilen temalarla benzerlik gösteren Ceylan ve diğ. (2010) yaptıkları çalışmada bazı ülkelerde toplum baskısı, din ve aile faktörlerinin etkisiyle kadınların sportif aktivitelere sınırlı katılım gösterdikleri sonucunu bulmuşlardır. Aynı zamanda akademik araştırmalar, kadınların serbest zaman ve spor faaliyetlerine Birleşik Krallık, Norveç ve Danimarka gibi Batı ülkelerde düşük katılımının giderek artan bir endişe kaynağı olduğuna işaret ettiği görülmüştür. (Agergaard, 2016; Dagkas & Benn, 2006; Hurly, 2019; Wagner & Peters, 2014). Gürsel ve diğ. (2019) çalışmalarında kadınların rekreatif etkinliklere katılımını sınırlayan 5 faktör (birey psikolojisi, bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman, ilgi eksikliği) olduğunu saptamışlardır. Mevcut çalışmamızda elde edilen bulgular ile alan yazında yapılan çalışmaların benzerlik gösterdiği ve kadınların rekreatif etkinliklere katılımında çeşitli engeller ile karşılaştıkları söylenebilir.

Yeşilyurt ve diğ. (2018) yaptıkları çalışmada bireylerin rekreasyon etkinliklerine katılımında kısıtlayıcılar olarak fiziksel algılar ve ailevi etkilerin olduğunu saptamışlardır. Bununla birlikte diğer kısıtlayıcıların tesis, gelir, sosyal çevre, yetenek algısı, zaman ve irade olduğunu belirtmişlerdir.

Yapılan analizler sonucunda kadınların serbest zamanlarında rekreatif etkinliklere katılımında fizyolojik ve psiko-sosyal açıdan olumlu yönde kazanımlar elde ettiği sonucuna varılırken, serbest zaman kısıtlayıcılarına bakıldığında ise kadınların engel teşkil edebilecek kısıtlayıcılar ile karşı karşıya kaldığı görülmektedir. Bu sonuçlardan kadınların yaşam kalitelerini arttırabilmesi açısından serbest zaman etkinliklerine düzenli zaman ayırması ve katılım kısıtlayıcılarını en az seviyelere getirmesi gerekliliğine ulaşılmaktadır. Bu

doğrultuda özellikle Yerel Yönetimlerin kadın katılımcılara yönelik daha aktif rol almaları ve toplumsal tabanlı projeler oluştururlarken tespit edilen bu tip kısıtlayıcıları da göz önüne almaları önerilmektedir.

**KAYNAKLAR**

- Agergaard, S. (2016). Religious culture as a barrier? A counter-narrative of Danish Muslim girls' participation in sports. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 8(2), 213–224.
- Ağaoğlu, S. (2015). Kadın Sağlığı ve Egzersiz. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 67-72.
- Ardahan, F. ve Yerlisu Lapa, T. (2011). Açık alan Rekreasyonu: Bisiklet Kullanıcıları ve Yürüyüşçülerin Doğa Sporunu Yapma Nedenleri ve Elde Ettikleri Faydalar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1327-1341.
- Ceylan, M., Tekin, A., Özdağ, S. ve Ceylan, Ö. (2010). Uçurtma ve Rüzgâr Sörfü Yapan Bireylerin Bazı Kişilik Özelliklerinin Karşılaştırılması. *Türkiye Kickboks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 52–66.
- Chiang, C.Y. ve Jogaratnam, G. (2006). Why do women travel solo for purposes of leisure? *Journal of Vacation Marketing*, 12(1), 59-70.
- Dagkas, S. ve Benn, T. (2006). Young Muslim women's experiences of Islam and physical education in Greece and Britain: *A comparative study*. *Sport, Education and Society*, 11(1), 21–38.
- Esentaş, M., Güven, R.G. ve Güzel, P. (2020). Kadın mülteciler sosyal uyumu rekreasyonla aşıyor. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 35-43.
- Farzaneh, S., Ezabadi, R., Rad, S., Marandi, P. ve Ranawat, V. (2021). Identifying Barriers to Women's Participation in Sports Activities in both Urban and Rural Communities. *International Journal Of Human Movement And Sports Sciences*, 9(3), 536-542.
- Fraenkel, J. R. ve Wallen, N. E. (2012). *How to design and evaluate research in education (7th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Gökçe, H., Uygurtaş, M. ve Morca, Ş. (2020). Düzenli Fiziksel Etkinliklere Katılan Bireylerin Serbest Zaman Doyumu Serbest Zamanlarda Algılanan Özgürlük ve Sosyal Görünüş Kaygı Düzeyleri. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15 (26), 4408-4420.
- Gürbüz B. (2012). Exercise Participation Motives: A Case of Turkish Participants, Energy Education Science and Technology. *Social and Educational Studies*, 4(3), 1197-1208.
- Gürsel, N., Güzel, P. ve Yıldız, K. (2019). Kadınların Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımında Motivasyon ve Engelleri ile İlgili Durum Tespiti; *Manisa İli Örneği*. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 164-174.
- Guzel, P. (2015). Perspectives of Women Decision-Makers Over the Participation and Recreational Events in Sports: A Turkish Perspective. *Educational Research and Reviews*, 10(20), 2768-2776.
- Hurly, J. (2019). 'I feel something is still missing': Leisure meanings of African refugee women in Canada. *Leisure Studies*, 38(1), 1–14.
- Karabıyık, İ. (2012). Türkiye'de Çalışma Hayatında Kadın İstihdamı. *İ.İ.B.F. Dergisi*. 32(1), S. 231-260.
- Kılbaş, Ş. (2010). *Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme* (Geliştirilmiş 4. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Lapa, T. Y. ve Ardahan, F. (2009). Akdeniz Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Nedenleri ve Değerlendirme Biçimleri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 20(4), 132-144.

- Leedy, P. D. ve Ormrod, J. E. (2015). Practical research. *Planning and design (11th ed.)*. Harlow, Essex: Pearson.
- Mansuroğlu, S. (2002). Akdeniz Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Özellikleri ve Dış Mekân Rekreasyon Eğilimlerinin Belirlenmesi. *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 15(2), 53-62.
- Mengütay, S., Zorba, E., Ağılönü, A., Cerit, E. ve Ağılönü, Ö. (2006). Yerel yönetimlerde çalışanların katıldıkları rekreatif aktivitelere yönelen nedenler ve kazanımları (Muğla belediyesi örneği). 9. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, 3-5 Kasım, Muğla.
- Miles, M. B. ve Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: an expanded sourcebook*. 2nd Edition. California: Sage Publications Ltd.
- Özbey, S. ve Güzel, P. (2011). Olimpik hareket ve kadın. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(25), 1-18.
- Özbey, S., Işıkgöz, E., Esentaş, M. ve Güzel, P. (2018). Investigation of self-awareness levels of female students participating in international youth camp by different variables. *Pamukkale Spor Bilimleri Dergisi*, 9(3), 1-10.
- Sabbağ, Ç. ve Aksoy, E. (2011). Üniversite Öğrencileri ve Çalışanların Boş Zaman Etkinlikleri: Adıyaman Örneği, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3, (4): 10-23.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. (5. Baskı) Routledge, Taylor and Francis Group.
- Türker, N., Ölçer, H. ve Aydın, A. (2016). Yerel Halkın Serbest Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları: Safranbolu Örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6 (1), 49-62.
- Wagner, L. ve Peters, K. (2014). Feeling at home in public: Diasporic Moroccan women negotiating leisure in Morocco and the Netherlands. *Gender, Place and Culture*, 21(4), 415-430.
- Yeşilyurt, A. G. C., Bayar, A. G. D. Y. ve Dündar, A. (2018). Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcılarının Bireylerin Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18 (Özel sayısı), 111-130.
- Yılmaz, A. ve Ulaş, M. (2016). Kadınların rekreatif alanlarda fiziksel aktivite yapma amaçları ve karşılaştıkları sorunlar. *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(3), 101-117.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. (11. Baskı). Ankara: Seçkin.