

Çalışan Ebeveynlerin Rekreatyonel Etkinliklere Katılımını Engelleyen ve Kolaylaştıran Unsurların İncelenmesi

Tolga BEŞİKÇİ^{1*},

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı, çalışan ebeveynlerin rekreatyonel etkinliklere katılımını etkileyen faktörleri incelemek ve bu faktörlerin engelleyici veya kolaylaştırıcı etkilerini anlamaktır.

Yöntem: Araştırma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modelinde desenlenmiştir. Çalışma grubu amaçsal örneklem yöntemlerinden tipik durum örneklem yöntemi ile belirlenen %55,3'ü (145) erkek, %44,7'si (117) kadın olmak üzere toplam 262 gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu, "Serbest Zaman Engelleri Ölçeği" (SZEÖ) ve "Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları Ölçeği" (SZKÖ) kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel gösteriminde, normallik analizleri ve tanımlayıcı istatistik analizlerin ile bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve pearson korelasyon testi yapılmıştır.

Bulgular: Elde edilen bulgular doğrultusunda, çalışan ebeveynlerin serbest zaman engelleri ve serbest zaman kolaylaştırıcılarına bağlı olarak eğitim düzeyi, çalışma durumu, aktivitelere katılım sıklığı ve serbest zamanı değerlendirme şekli değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ölçek alt boyutları arasındaki ilişki düzeyini belirlemek için yapılan korelasyon analizi sonucunda çalışan ebeveynlerin serbest zaman engelleri ile kolaylaştırıcıları arasında düşük düzeyde pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak çalışan ebeveynlerin serbest zamanlarını etkileyen önemli değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğunu ve bu ilişkilerin daha fazla araştırma ve dikkat gerektirdiğini vurgulamaktadır. Bu bulgular, serbest zamanı daha etkili bir şekilde yönetme stratejileri geliştirmek için değerli bilgiler sunabilir.

Anahtar Kelimeler: Serbest zaman, rekreatyon, engeller, kolaylaştırıcılar

ABSTRACT

Investigation of the Factors Constraining and Facilitating the Participation of Working Parents in Recreational Activities

Purpose: The aim of this study is to examine the factors affecting working parents' participation in recreational activities and to understand the constraints or facilitating effects of these factors.

Method: The study was designed in the relational survey model, one of the quantitative research methods. The study group consisted of a total of 262 volunteer participants, 55.3% (145) of whom were male and 44.7% (117) of whom were female, determined by the typical case sampling method, one of the purposive sampling methods. Demographic information form, "Leisure Constraints Questionnaire" (LCQ) and "Leisure Facilitators Scale" (LFS) were used as data collection tools in the study. In the statistical representation of the data, normality analysis and descriptive statistical analysis, independent sample t-test, one-way analysis of variance (ANOVA) and Pearson correlation test were performed.

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa/TÜRKİYE. ORCID: 0000-0002-5953-8353, tolga.besyo@hotmail.com

Results: In line with the findings obtained, statistically significant differences were found in the variables of education level, employment status, frequency of participation in activities and the way of utilizing leisure time depending on the leisure constraints and leisure facilitators of working parents. As a result of the correlation analysis conducted to determine the level of relationship between the sub-dimensions of the scale, it was determined that there was a low level positive and statistically significant relationship between working parents' leisure constraints and facilitators.

Conclusion: In conclusion, it emphasizes that there are statistically significant relationships between important variables affecting working parents' leisure time and that these relationships require further research and attention. These findings may provide valuable insights for developing strategies to manage leisure time more effectively.

Keywords: Leisure, recreation, constraints, facilitators

GİRİŞ

Çalışan ebeveynlerin serbest zamanlarında rekreasyonel aktivitelere katılmalarına engel oluşturan kişisel ve çevresel birçok faktörün etkisi bulunmaktadır. Özellikle yaş, cinsiyet, eğitim durumu, gelir durumu, çocuk sayısı gibi demografik değişkenlerin yanı sıra, aktiviteye katılım için yeterli serbest zamanın olmaması, nereden öğreneceğini bilmemek, öğretecek kimsenin olmaması, beraber katılacak kimsenin olmaması, sakatlanmaktan korkmak, rutin programı bozmak istememek, program zamanlarının uygun olmaması gibi unsurların aktiviteye katılımında ne düzeyde engel oluşturduğunun belirlenmesi ebeveynlerin daha aktif ve sürdürülebilir bir rekreasyonel hayata sahip olabilmeleri açısından oldukça önemlidir (Gürbüz ve Henderson, 2014). Son zamanlarda yapılan araştırmalarda; bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılımında sadece serbest zaman engellerin bilinmesinin yeterli olmadığı, katılımı kolaylaştıran unsurların da bilinmesinin serbest zaman aktivitelerine katılma ya da katılmama durumunu açıklamak ve aktivitelerden doyum sağlamak için daha geniş bir perspektif oluşturduğu görülmektedir (Hubbard ve Mannell, 2001; Sa ve ark., 2015). Bu ifadeler doğrultusunda rekreasyon uzmanlarının düzenleyeceği aktiviteler, programlar ve faaliyetler yetişkinlerin sosyal yaşamlarını canlandırmaya, fiziksel ve mental sağlıklarını korumaya, etkinliklere katılımın önündeki engelleri belirleyip onları kolaylaştırmaya yönelik olmalıdır. Bu doğrultuda araştırmanın temel amacı, çalışan ebeveynlerin rekreasyonel etkinliklere katılımını engelleyen ve kolaylaştıran unsurların tespit edilmesi, serbest zaman engelleri ile serbest zaman kolaylaştırıcıları arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Serbest zaman sözcüğü, herhangi bir zorlama veya engelleme olmaksızın, serbest bir şekilde özgür ruh hali ile kişiye özgü zamanı ifade eder. Özgürce seçilen bu zaman dilimi kişisel doyum sunmasının yanında, zamanın kullanımına vurgu yaparak bu zaman dilimi içerisinde yapılanların anlamıyla ayırt edilmektedir (Kelly, 1982). Torkildsen (2005) serbest zamanı, herhangi bir zorlama olmaksızın, bireyin olmak ya da yapmak istediğini

seçebilme özgürlüğünün ifadesi, Broadhurst (2001), istediğimiz gibi harcayabileceğimiz mevcut zaman dilimi olarak tanımlarken Stebbins (2016) ise herhangi bir zorlama olmaksızın, kişinin kendi isteği ile seçtiği ve kendi yeteneklerini keşfedip kullanabileceği aktivitelerde doyum elde ettiği zamanlara vurgu yapmaktadır.

Serbest zamanın içerisinde yer alan rekreasyon kavramı ise Latince’de yenilenmek, yaratmak, iyileştirmek, anlamı taşıyan “recreatio” kelimesinin kökünden türeyerek, etimolojik olarak modern dillerde “creation” kelimesinin önüne getirilen “re” takısıyla form kazanmıştır. Kraus (1966), rekreasyonun genellikle katılımcı tarafından gönüllü olarak seçilen ve işten bağımsız serbest zamanlarda gerçekleştirilen, katılım sonucunda elde edilen tatminle bazı kişisel ya da sosyal değerlerin kazanıldığı aktiviteler ya da deneyimler olduğunu ifade etmektedir. Deneyimlenen aktiviteler eğlenceli bir yapı içerisinde toplum hizmetlerinin bir parçası olarak yürütüldüğünde hem bireysel katılımcının hem grubun hem de toplumun yapıcı ve sosyal hedeflerini karşılamaktadır. Başka bir tanımda ise rekreasyon, kişinin serbest zamanlarında gönüllü olarak yürüttüğü aktivitelerden aldığı keyif ve tatmin olma durumu olarak ifade edilmektedir (Pigram, 1983).

Sonuç olarak rekreasyonun herkesi kapsayıcı, bütüncül ve evrensel nitelikte olması, seçim şansı vermesi, özgür düşüncüyü savunması, bireysel veya ortak katılımı teşvik etmesi, yaşanan toplum yapısına ve kültürel değerlerine göre şekil alması, gelişime ve değişime açık olması, olumlu deneyimler kazandırması ve farkındalığı arttırması, kişinin gelişiminde katkısının olması ve mutluluk vermesi en temel özellikleri şeklinde sıralanabilir.

Serbest zaman aktivitelerinin herkes için erişilebilir olması her zaman kolay olmayabilir. Serbest zamanlarda aktiviteye katılım sağlamak isteyenler bazı engellerle karşılaşabilir. Bu engeller, kişisel, toplumsal, ekonomik veya çevresel faktörlerden kaynaklanabilir. Serbest zaman engellerine yönelik çalışmalar 1980’li yıllara kadar uzanmaktadır (Crawford ve Godbey, 1987). Bu çalışmaların en önemli nedenlerinden biri, serbest zamana yönelik engellerin katılımda ve serbest zaman deneyimleri üzerinde potansiyel olarak büyük bir etki yaratmasıdır. Serbest zaman literatüründe “engel” kavramı, bireylerin serbest zaman tercihlerini etkileyen, katılımı sınırlayan veya serbest zamanlarından elde ettikleri haz ve doyum düzeyini azaltacak ve motivasyonsuzluğa neden olacak faktörler olarak tanımlanmaktadır (Jackson, 1988; Jun ve Kyle, 2011). Buradan hareketle, serbest zaman etkinliklerine katılımda engellerin ortadan kaldırılmasının veya azaltılmasının rekreasyonel katılımı arttıracığından söz edebiliriz.

Engellere yönelik kavramsal çalışmalar yapan ve ilk kuramı ortaya atan Crawford ve Godbey (1987), engellerin tam olarak anlaşılabilmesinin, bireylerin serbest zaman değerlendirme tercihlerinin ve serbest zaman etkinliklerine gösterdikleri ilginin niteliğine bağlı olduğunu vurgulamışlardır. Söz konusu bu durumun daha netlik kazanması için çalışmalarında üç temel engel durumunu (kişisel, kişilerarası, yapısal) ele almışlardır. Crawford, Jackson ve Godbey (1991), engelin kaynağı olarak nitelendirdikleri bu üç durumu serbest zaman katılımını etkileyen bir model aracılığıyla açıklamışlardır. Bu model, kişisel, kişilerarası ve yapısal engellerin teorik yapısını oluşturarak, birbirleriyle olan ilişkilerini serbest zaman etkinliklerine katılım boyutunda ortaya koymaktadır. Kişisel engeller, kişinin davranışlarını baskı altında tutan, öz-yeterlik eksikliği, ilgi ve bilgi eksikliği, fiziksel yetersizlik, stres, kaygı ve depresyon gibi unsurları içeren rekreasyonel katılımlarına olumsuz etki eden psikolojik durumlardır. Kişilerarası engeller, bireyin sosyal çevresini oluşturan arkadaşları, ailesi ve diğer bireyler ile olan etkileşimi sonucu ortaya çıkan olumsuz durumların serbest zaman ve rekreasyona katılımını istenmedik biçimde etkilemesi durumudur. Yapısal engeller ise, bireylerin denetimi dışındaki koşullardan kaynaklanan maddi yetersizlikler, ailevi yaşam koşulları, kısıtlı imkanlar, iş yaşamının yoğunluğu, tesis yetersizliği, ulaşım sorunları gibi somut faktörlerden oluşmaktadır. Engelleyici faktörlerin, bireyin içinde bulunduğu toplumun yapısından, kültürel ve yöresel değerlerinden, çevresel koşullardan, iletişim kurulan insanların tutum ve davranışlarından bariz şekilde etkilenecek şekillendiğinden söz edilebilir.

Serbest zaman engellerinin yanında rekreasyonel aktiviteye katılımı kolaylaştıran unsurlar da literatürde üzerine çalışılan konular arasındadır. Serbest zaman kolaylaştırıcılarına yönelik yapılan çalışmalar incelendiğinde oldukça az sayıda oldukları ve ilk yıllarda yapılan çalışmaların genel olarak kuramsal temellere dayandırılmaya çalışıldığı görülmektedir (Hubbard ve Mannell, 2001; Raymore, 2002). Günümüze yaklaştıkça serbest zaman kolaylaştırıcılarının farklı toplumsal sınıflar ve gruplar üzerindeki (kadınlar, üniversite öğrencileri, yetişkin bireyler, evli çiftler, ebeveynler) etkisine yönelik çalışmaların arttığı görülmektedir (Brymer, 2009; Gürbüz ve ark., 2015; Kang ve ark., 2017; Koçak, 2017; Silva ve Correia, 2008; Swinton ve ark., 2008). Raymore (2002) yapmış olduğu çalışmada serbest zaman etkinliklerine katılma ya da katılmama durumunu açıklamada sadece engellerin belirlenmesinin yeterli olmadığını bunun yanında katılımı kolaylaştıran faktörlerin de bilinmesi gerektiğini savunmaktadır. Serbest zamana katılımı kolaylaştıran faktörlerin belirlenmesi, bireyi etkinliğe katılıma teşvik eder ve katılımı devamlılığı sağlar. Raymore

(2002), çalışmalarında Crawford ve ark., (1991) tarafından geliştirilen hiyerarşik serbest zaman engelleri kuramından yola çıkarak serbest zaman kolaylaştırıcılarını kategorize etmiştir. Bu kapsamda kişisel kolaylaştırıcılar, kişilerarası kolaylaştırıcılar ve yapısal kolaylaştırıcılar olmak üzere üç farklı türde serbest zamanı kolaylaştıran unsurları ele almıştır. Serbest zamana yönelik kişisel kolaylaştırıcılar bireyin ilgisi doğrultusunda geliştirdiği beceriler, karakteristik yapı ve inançlar şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Kişilerarası kolaylaştırıcılar ise, serbest zaman etkinliğine katılımı arkadaşların dahil olması, arkadaşların teşvik edilmesi ve başkalarının başarılı fiziksel aktivite deneyimlerinin paylaşılması gibi unsurlardır (Raymore, 2002). Yapısal kolaylaştırıcılar ise, etkinliklere katılımı teşvik eden toplumsal kurumlar, fiziksel imkanlar, organizasyonlar ve inanç sistemleri olarak belirtilmektedir (Kim ve ark., 2011).

Bu literatür bilgisi ışığında, çalışan ebeveynlerin rekreasyonel etkinliklere daha fazla katılmasını teşvik etmek hem aile içi ilişkilerin güçlenmesine hem de bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlığının iyileştirilmesine katkıda bulunabilir. Bu araştırma, ailelerin yaşam kalitesini artırarak, iş-yaşam dengesini geliştirmeyi hedefleyen politika yapıcılar ve ailelere yönelik destek sağlayıcıları için önemli bir rehberlik kaynağı olabilir. Bu doğrultuda araştırmanın odak noktası, çalışan ebeveynlerin günlük yaşamlarında rekreasyonel etkinliklere katılımını etkileyen faktörleri ve bu katılımı teşvik eden unsurları ayrıntılı bir şekilde inceleyerek, aile yaşamının kalitesini artırmaya yönelik önerilerde bulunmaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Nicel araştırma paradigmasına sahip olan bu çalışmada, çalışan ebeveynlerin rekreasyonel etkinliklere katılımını engelleyen ve kolaylaştıran unsurların belirlenmesi amaçlanmıştır. Nicel araştırmalar, sayısal verilerin toplanması, analizi ve yorumlanması yoluyla gerçekleştirilen araştırmalardır (Aslan, 2018). Bu tür araştırmalar, istatistiksel yöntemlerle sayısal olarak ifade edilebilen değişkenler arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlar. Bu çalışmada, genel tarama modelleri arasında ilişki tarama modeli tercih edilmiştir. İlişki tarama modeli iki veya daha çok sayıdaki değişkenin aralarındaki değişim varlığı ile derecesini belirleme gayesiyle kullanılmaktadır (Karasar, 2012). Bu tür bir model genellikle değişkenler arasındaki ilişkileri ve bu ilişkilerin doğasını anlamak ve değişkenler arasındaki etkileşimleri değerlendirmek için kullanılır.

Katılımcılar

Bu çalışmanın evrenini çalışan ebeveynler oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise amaçsal örneklem yöntemleri arasında yer alan tipik durum örneklem yöntemi ile belirlenen, Manisa ili Şehzadeler ve Yunusemre ilçelerinde ikamet eden, serbest zamanlarını rekreasyonel aktivitelerle değerlendiren toplam 262 gönüllü bireyden oluşmaktadır. Tavşancıl (2002), örneklem büyüklüğünün toplam ölçek maddeleri sayısının beş hatta on katı olması gerektiğini savunmaktadır. Bu kapsamda çalışma için 262 katılımcı sayısı yeterli görülmektedir. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgileri Tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler

Değişken	Kategori	f	%
Cinsiyet	Kadın	117	44,7
	Erkek	145	55,3
Çalışma durumu	Kamu	102	38,9
	Özel Sektör	160	61,1
Eğitim düzeyi	İlk-Orta-Lise	34	13,0
	Lisans	188	71,8
	Lisansüstü	40	15,3
Yaş	30-39	79	30,2
	40-49	91	34,7
	50-59	57	21,8
	60-69	35	13,4
Çocuk sayısı	1	122	46,6
	2	89	34,0
	3 ve üzeri	51	19,5
Serbest zaman süresi	Yeterli	50	19,1
	Orta	90	34,4
	Yetersiz	122	46,6
Serbest zaman değerlendirme	Dinlenerek	83	31,7
	Fiziksel etkinliklere katılarak	43	16,4
	Sosyal etkinliklere katılarak	45	17,2
	Kültürel etkinliklere katılarak	57	21,8
	Sanatsal etkinliklere katılarak	34	13,0
Katılım sıklığı	Düzenli katılmıyorum	166	63,4
	Düzenli katılıyorum	96	36,6

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların cinsiyete göre 117’si (%44.7) kadın ve 145’i (%55.3) erkek; çalışma durumuna göre 102’i (%38.9) kamu çalışanı, 160’ı (%61.1) özel sektör çalışanı; eğitim seviyesine göre 34’ü (%13.0) ilk-orta-lise, 188’i (%71.8) lisans, 40’ı (%15.3) lisansüstü; yaşa göre 79’u (%30.2) 30-39 yaş aralığında, 91’i (%34.7) 40-49 yaş aralığında, 57’si (%21.8) 50-59 yaş aralığında, 35’i (%13.4) 60-69 yaş aralığında; çocuk

sayısına göre 122'si (%46,6) bir çocuk sahibi, 89'u (%34,0) iki çocuk sahibi, 51'i (%19,5) üç ve üzeri çocuk sahibi; serbest zaman sürelerine göre 50'si (%19,1) yeterli, 90'ı (%34,4) orta, 122'si (%46,6) yetersiz; serbest zamanlarını değerlendirmelerine göre 83'ü (%31,7) dinlenerek, 43'ü (%16,4) fiziksel etkinliklere katılarak, 45'i (%17,2) sosyal etkinliklere katılarak, 57'si (%21,8) kültürel etkinliklere katılarak, 34'ü (%13,0) sanatsal etkinliklere katılarak; katılım sıklığına göre 166'sı (%63,4) düzensiz, 96'sı (%36,6) düzenli katılım sağladıkları görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuk sayısı, sahip olunan serbest zaman süresinin yeterliliği, serbest zamanın nasıl değerlendirildiği, aktivitelere katılım sıklığı gibi bilgileri tespit etmek amacıyla araştırmacı tarafından kişisel bilgi formu oluşturulmuştur.

Serbest Zaman Engelleri Ölçeği (SZEÖ)

Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen (Leisure Constraints Questionnaire), Karaküçük ve Gürbüz (2006) tarafından Türkçeye uyarlanan ve daha sonrasında Gürbüz ve ark., (2012) tarafından doğrulayıcı faktör analizi ile faktör yapısı yeniden test edilen “Serbest (Boş) Zaman Engelleri Ölçeği-18” veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Ölçek “kişisel engeller”, “kişilerarası engeller ve “yapısal engeller” olmak üzere üç 3 alt boyut ve toplam 18 maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyutlar “Kişisel Engeller (KE)” 9 madde (1.2.3.4.5.6.16.17.18. maddeler), “Kişilerarası Engeller (KAE)” 3 madde (10.11.12. maddeler) ve “Yapısal Engeller (YE)” 6 madde (7.8.9.13.14.15. maddeler) olmak üzere üç başlık altında toplanmıştır. Kişisel engeller; stres, yorgunluk, depresyon, kaygı, ilgisizlik gibi psikolojik durumu ifade eden kavramlar ile serbest zaman tercihleri ve katılım arasındaki etkileşim, yetersiz beceriler, sağlık/sağlık kısıtlamaları ve tembellik gibi unsurlardır. Kişilerarası engeller ise, kişilerarası etkileşim, arkadaşlar ve diğerleriyle kurulan iletişim ve ilişkiler olarak ifade edilmektedir. Yapısal engeller ise, serbest zaman tercihlerine etki eden, maliyet, zaman, tesislerin yetersizliği, çalışma süresi vb. kısıtlayıcılar olarak değerlendirilmektedir (Palen ve ark., 2010). 4'lü likert tipi bir yapıya sahip ölçekteki ifadeler “Kesinlikle Önemsiz” (1), “Önemsiz” (2), “Önemli” (3) ve “Çok Önemli” (4) şeklinde sıralanmakta ve puanlanmaktadır. Bu araştırmada ölçeğin geneline ilişkin Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayısı ise, 0.83 olarak belirlenirken, ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayıları sırası ile; kişisel engeller, 0.77; kişilerarası engeller, 0.72; yapısal engeller ise, 0.74 olarak hesaplanmıştır.

Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları Ölçeği (SZKÖ)

Kim ve ark., (2011) tarafından geliştirilen Gürbüz ve ark., (2015) tarafından geçerlik ve güvenilirliği test edilerek Türkçeye uyarlaması yapılan “Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları Ölçeği” 3 alt boyut ve 16 maddeden oluşmaktadır. Ölçek alt boyutları “kişisel kolaylaştırıcılar”, “kişilerarası kolaylaştırıcılar” ve “yapısal kolaylaştırıcılar” olarak belirlenmiştir. Alt boyutlara ilişkin madde sayıları ise sırasıyla; 1.2.3.4. ve 5. maddeler “Kişisel Kolaylaştırıcılar” (KK) alt boyutunda 6.7.8. ve 9. maddeler “Kişilerarası Kolaylaştırıcılar” (KAK) alt boyutunda, 10.11.12.13.14.15. ve 16. maddeler “Yapısal Kolaylaştırıcılar” (YK) alt boyutunda yer almaktadır. Ölçeğin nihai formunda yer alan 3 alt boyut için Cronbach’s Alpha iç tutarlılık katsayıları 0.66 ile 0.79 arasında değişkenlik gösterirken toplam ölçek puanı ise 0.86 olarak hesaplanmıştır (Gürbüz, Öncü ve Emir, 2015; Gürbüz, Öncü ve Emir, 2019). 5’li likert tipi bir derecelendirmeye sahip ölçeğin maddeleri, (1) “Hiç Önemli Değil”, (2) “Az Önemli”, (3) Orta Derecede Önemli”, (4) “Önemli” ve (5) “Çok Önemli” şeklinde sıralanmakta ve puanlanmaktadır. Bu araştırma kapsamında ölçeğin geneline ilişkin Cronbach’s Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.70 olarak belirlenirken, ölçeğin alt boyutlarına ilişkin iç tutarlılık katsayıları sırası ile; kişisel kolaylaştırıcılar; 0.83, kişilerarası kolaylaştırıcılar; 0.73, yapısal kolaylaştırıcılar; 0.72 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması

Ölçek uygulaması için gerekli izinler, ölçekleri geliştiren yazarlardan alınmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayandırılmış ve ilk olarak katılımcılara yönelik hazırlanmış olan gönüllü onam formu ile katılımcılardan araştırmaya katılım onayı alınmıştır. Bu formda, araştırma hakkında detaylı bilgiler sunulmuş ve katılımcılara, yanıtlarının gizli tutulacağı, araştırma amacı dışında kullanılmayacağı ve herhangi bir sorun yaşadıklarında araştırmacıya ulaşabilecekleri iletişim bilgileri verilmiştir. Veriler, bireysel görüşmeler yoluyla anket uygulanarak toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde kullanılacak olan parametrik ve parametrik olmayan testlere karar vermek için öncelikle serbest zaman engelleri ve serbest zaman kolaylaştırıcıları ölçekleri ve alt boyutları için normallik testi yapılmıştır. Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına Skewness (çarpıklık) ve Kurtosis (basıklık) (verilerin normal dağılım durumu) değerleri ve Levene (varyansların eşitliği) testi sonuçları incelenerek karar verilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterdiği ve parametrik testlerin uygulanabilirliği sonucuna varılmıştır. Bu bağlamda parametrik testlerden bağımsız

örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve değişkenler arası ilişkinin incelenmesi için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 2, Tablo 3 ve Tablo 4'te çalışan ebeveynlerin serbest zaman engelleri ve kolaylaştırıcıları ölçeğinden elde edilen ortalamaların cinsiyet, çalışma durumu ve katılım sıklığı değişkenine göre bağımsız örneklem t-testi sonuçları verilmektedir.

Tablo 2. Ölçek ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre t testi sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	p
Kişisel Engeller	Kadın	117	3.29	.495	-.476	.635
	Erkek	145	3.32	.448		
Kişilerarası Engeller	Kadın	117	3.39	.617	.295	.769
	Erkek	145	3.36	.612		
Yapısal Engeller	Kadın	117	3.28	.561	-.558	.577
	Erkek	145	3.32	.507		
Kişisel Kolaylaştırıcılar	Kadın	117	3.51	.751	-.007	.995
	Erkek	145	3.51	.690		
Kişilerarası Kolaylaştırıcılar	Kadın	117	3.89	.755	-.335	.738
	Erkek	145	3.92	.657		
Yapısal Kolaylaştırıcılar	Kadın	117	4.19	.513	1.409	.160
	Erkek	145	4.10	.529		

p>0.05

Tablo 2 incelendiğinde kadın katılımcıların SZE ölçeği alt boyutları kişisel engeller ($3.29 \pm .495$), kişilerarası engeller ($3.39 \pm .617$) ve yapısal engeller ($3.28 \pm .561$) ortalamalarının erkek katılımcıların kişisel engeller ($3.32 \pm .448$), kişilerarası engeller ($3.36 \pm .612$) ve yapısal engeller ($3.32 \pm .507$) ortalamalarından farklılık gösterdiği ancak bu durumun istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($p > 0.05$) tespit edilmiştir. Benzer durum SZK ölçeği alt boyutları için de geçerlidir. Kadın katılımcıların kişisel kolaylaştırıcılar ($3.51 \pm .751$), kişilerarası kolaylaştırıcılar ($3.89 \pm .755$) ve yapısal kolaylaştırıcılar ($4.19 \pm .513$), ortalamaları ile erkek katılımcıların kişisel kolaylaştırıcılar ($3.51 \pm .690$), kişilerarası kolaylaştırıcılar ($3.92 \pm .657$) ve yapısal kolaylaştırıcılar ($4.10 \pm .529$) ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur. Diğer bir ifade ile çalışan ebeveynlerin kadın ya da erkek olmasının SZE ve SZK ölçeklerinin alt boyutları ortalama değerlerinde fark yaratan bir faktör olmadığı söylenebilir.

Tablo 3. Ölçek ortalamalarının çalışma durumu değişkenine göre t testi sonuçları

	Çalışma durumu	N	Ort.	SS	t	p
Kişisel Engeller	Kamu	102	3.37	.483	1.787	.075
	Özel Sektör	160	3.26	.457		
Kişilerarası Engeller	Kamu	102	3.46	.543	1.824	.059
	Özel Sektör	160	3.32	.650		
Yapısal Engeller	Kamu	102	3.35	.527	1.118	.265
	Özel Sektör	160	3.27	.533		
Kişisel Kolaylaştırıcılar	Kamu	102	3.55	.719	.783	.435
	Özel Sektör	160	3.48	.716		
Kişilerarası Kolaylaştırıcılar	Kamu	102	4.02	.671	2.180	.030*
	Özel Sektör	160	3.83	.713		
Yapısal Kolaylaştırıcılar	Kamu	102	4.10	.559	-.920	.358
	Özel Sektör	160	4.16	.499		

p>0.05

Katılımcıların çalıştıkları sektöre göre SZE ve SZK ölçekleri alt boyutlarının ortalama değerlerinin gösterildiği Tablo 3'te SZE ölçeğinin alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmezken, SZK ölçeğinin kişilerarası kolaylaştırıcılar alt boyutunda kamu kurumlarında çalışanların lehine (4.02±.671) özel sektör çalışanlarına göre (3.83±.713) istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir.

Tablo 4. Ölçek ortalamalarının katılım sıklığı değişkenine göre t testi sonuçları

	Katılım Sıklığı	N	Ort.	SS	t	p
Kişisel Engeller	Düzenli katılmıyorum	166	3.26	.487	-2.138	.028*
	Düzenli katılıyorum	96	3.38	.426		
Kişilerarası Engeller	Düzenli katılmıyorum	166	3.36	.638	-.499	.618
	Düzenli katılıyorum	96	3.40	.570		
Yapısal Engeller	Düzenli katılmıyorum	166	3.26	.530	-1.740	.083
	Düzenli katılıyorum	96	3.33	.528		
Kişisel Kolaylaştırıcılar	Düzenli katılmıyorum	166	3.47	.708	-1.091	.276
	Düzenli katılıyorum	96	3.57	.730		
Kişilerarası Kolaylaştırıcılar	Düzenli katılmıyorum	166	3.90	.738	.009	.993
	Düzenli katılıyorum	96	3.90	.637		
Yapısal Kolaylaştırıcılar	Düzenli katılmıyorum	166	4.10	.522	-1.522	.129
	Düzenli katılıyorum	96	4.20	.520		

p>0.05

Tablo 4'te serbest zaman aktivitelerine katılım durumuna göre SZE ve SZK ölçekleri alt boyutlarının ortalama değerleri yer almaktadır. Bu değerler incelendiğinde SZE ölçeğinin

kişisel engeller alt boyutunda aktivitelere düzenli katılan ebeveynlerin ortalama değerleri ($3.38 \pm .426$) aktivitelere düzensiz katılım gösterenlerden ($3.26 \pm .478$) daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Bu bulgular serbest zaman aktivitelerine düzenli olarak katılım gösterenlerin daha fazla engellerle karşılaştıklarını göstermektedir. Ölçeklerin diğer alt boyutlarında ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık gözükmemektedir. Serbest zaman aktivitelerine düzenli katılıp/katılmama durumunun kişisel engeller dışında fark yaratan bir faktör olmadığı söylenebilir.

Tablo 5. Ölçek ortalamalarının eğitim düzeyine ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları

Durumu	Eğitim	N	X	S	F	p	Fark
Kişisel Engeller	İlk-orta-lise ^a	34	3.33	.543	1.072	.344	-
	Lisans ^b	188	3.32	.446			
	Lisans Üstü ^c	40	3.20	.505			
	Toplam	262	3.30	.469			
Kişilerarası Engeller	İlk-orta-lise ^a	34	3.43	.577	.406	.667	-
	Lisans ^b	188	3.35	.629			
	Lisans Üstü ^c	40	3.43	.575			
	Toplam	262	3.37	.613			
Yapısal Engeller	İlk-orta-lise ^a	34	3.39	.502	.586	.557	-
	Lisans ^b	188	3.28	.549			
	Lisans Üstü ^c	40	3.30	.468			
	Toplam	262	3.30	.531			
Kişisel Kolaylaştırıcılar	İlk-orta-lise ^a	34	3.33	.674	2.893	.037*	a-c
	Lisans ^b	188	3.51	.700			
	Lisans Üstü ^c	40	3.72	.810			
	Toplam	262	3.51	.717			
Kişilerarası Kolaylaştırıcılar	İlk-orta-lise ^a	34	3.80	.804	2.407	.092	-
	Lisans ^b	188	3.88	.692			
	Lisans Üstü ^c	40	4.12	.627			
	Toplam	262	3.90	.702			
Yapısal Kolaylaştırıcılar	İlk-orta-lise ^a	34	4.18	.494	.184	.832	-
	Lisans ^b	188	4.13	.520			
	Lisans Üstü ^c	40	4.15	.570			
	Toplam	262	4.14	.523			

p>0.05

Eğitim durumu değişkenine göre yapılan ANOVA testi sonucunda kişisel kolaylaştırıcılar alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür [$F_{(2,259)} = 2.893, p < .05$]. Gruplar arası farkı test edebilmek için yapılan Tukey testi sonucunda eğitim seviyesi lisans üstü düzeyde olan ebeveynlerin ortalama puanları eğitim seviyesi ilk-orta-lise seviyesinde olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Serbest zaman engelleri ölçeğinin alt boyutları için yapılan ANOVA testi, eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığını göstermiştir.

Tablo 6. SZKÖ alt boyutlarının serbest zamanı değerlendirme şekline ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları

Serbest Zamanı Değerlendirme		N	X	S	F	p	Fark
Kişisel Kolaylaştırıcılar	Dinlenerek ^a	83	3.55	.673	1.520	.197	-
	Fiziksel	43	3.42	.669			
	Etkinlikler ^b						
	Sosyal Etkinlikler ^c	45	3.60	.734			
	Kültürel	57	3.58	.836			
	Etkinlikler ^d						
	Sanatsal	34	3.27	.604			
	Etkinlikler ^e						
Toplam	262	3.51	.717				
Kişilerarası Kolaylaştırıcılar	Dinlenerek ^a	83	3.66	.739	2.576	.038	a-c
	Fiziksel Etkinlikler ^b	43	3.91	.717			
	Sosyal Etkinlikler ^c	45	4.07	.656			
	Kültürel	57	3.84	.738			
	Etkinlikler ^d						
	Sanatsal	34	3.91	.608			
	Etkinlikler ^e						
	Toplam	262	3.90	.702			
Yapısal Kolaylaştırıcılar	Dinlenerek ^a	83	4.15	.514	.672	.612	-
	Fiziksel Etkinlikler ^b	43	4.07	.563			
	Sosyal Etkinlikler ^c	45	4.24	.521			
	Kültürel	57	4.10	.487			
	Etkinlikler ^d						
	Sanatsal	34	4.12	.561			
Etkinlikler ^e							
Toplam	262	4.14	.523				

p>0.05

Tablo 6 SZKÖ alt boyutlarının serbest zamanı değerlendirme şekline ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçlarını göstermektedir. Bu bilgilere göre kişilerarası kolaylaştırıcılar alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür [$F_{(4,257)} = 2.576, p < .05$]. Tukey testi sonucunda, serbest zamanlarını sosyal etkinliklerle geçirenlerin ortalama puanlarının

serbest zamanlarını dinlenerek geçirenlerden daha yüksek bulunması, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğunu göstermektedir.

Araştırmaya katılan çalışan ebeveynlerin serbest zamana yönelik kişisel engeller, kişilerarası engeller, yapısal engeller ile kişisel kolaylaştırıcılar, kişilerarası kolaylaştırıcılar, yapısal kolaylaştırıcılar arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon testi ile analiz edilerek Tablo 7'ye aktarılmıştır.

Tablo 7. SZEÖ ve SZKÖ alt boyutlarına ilişkin korelasyon analizi sonuçları

Ölçek		1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Kişisel Engeller	r	1	.019	.746	.123	.010	-.018
	p		.757	.000*	.047*	.867	.773
2. Kişilerarası Engeller	r	1	.091	-.043	.135	-.053	
	p		.143	.492	.028*	.390	
3. Yapısal Engeller	r		1	.180	-.046	-.054	
	p			.003*	.457	.382	
4. Kişisel Kolaylaştırıcılar	r			1	.068	-.033	
	p				.275	.594	
5. Kişilerarası Kolaylaştırıcılar	r				1	.133	
	p					.031*	
6. Yapısal Kolaylaştırıcılar	r					1	
	p						

p>0.05

Yukarıdaki tabloda, araştırmaya katılan ebeveynlerin serbest zaman engelleri ölçeği alt boyutları ile serbest zaman kolaylaştırıcıları ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan pearson korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır. Bu sonuçlara göre; SZKÖ'nin kişisel kolaylaştırıcılar alt boyutu ile SZKÖ'nin kişisel engeller ($r_p(262)=.123, p<0.05$) ve yapısal engeller ($r_p(262)=.180, p<0.05$) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyli bir korelasyon saptanmıştır. Kişisel kolaylaştırıcılar düzeyi arttıkça kişisel engeller ve yapısal engeller düzeylerinin de arttığı, bu doğrusal ilişkinin de istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Benzer ilişki SZKÖ'nin kişilerarası kolaylaştırıcılar alt boyutu ile SZEÖ'nin kişilerarası engeller alt boyutunda ($r_p(262)=.135, p<0.05$) görülmektedir. Bu durumda kişilerarası kolaylaştırıcılar artarken kişilerarası engellerin de artış gösterdiği söylenebilir.

TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulgular, rekreasyon alanında yapılan diğer araştırmalarla karşılaştırılarak, benzer ve farklı yönleri ile ortaya konulmuştur. Çalışan ebeveynlerin demografik özellikleriyle birlikte ölçek ortalamalarının karşılaştırılmasından elde edilen bulgular değerlendirilmiştir. Ayrıca araştırmanın alan yazına uyan ve uymayan

sonuçları muhtemel nedenleri ile birlikte tartışılarak, bulguların ne anlam ifade ettiği yorumlanmıştır.

Çalışan ebeveynlerin kadın ya da erkek olması serbest zaman engelleri ve kolaylaştırıcıları ortalama değerlerini etkileyen bir faktör olmadığı ve bu durumun istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Tablo 2). Bu durumda kadın ve erkek ebeveynlerin serbest zaman aktivitelerine katılımın engel ve kolaylaştırıcı boyutunda benzer düzeyde etkilendikleri söylenebilmektedir. Mevcut literatüre göre, serbest zaman aktivitelerinde cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmaması beklenmedik bir sonuç olarak kabul edilebilir. Günümüzde, kadınların toplum içindeki dezavantajlı rolleri nedeniyle serbest zaman kullanımları üzerine yapılan araştırmalar cinsiyet faktörünün etkisini yoğun bir şekilde ele almaktadır (Henderson ve Allen, 1991; Jackson ve Henderson, 1995; Jackson ve Searle, 1985; Shaw, 1994). Bu çalışmalara göre, kadınlar kültürel cinsiyet rolleri sebebiyle serbest zaman aktivitelerinde erkeklere göre daha fazla engelle karşılaşmaktadırlar (Alexandris ve Carroll, 1997; Chick ve Dong, 2005; Jackson ve Henderson, 1995; Koca ve ark., 2009). Bu araştırma kapsamında, kadın ve erkek katılımcılar arasında benzer oranlarda serbest zaman engelleriyle karşılaşmalarının nedeni, çalışma ortamlarının sosyal ve kültürel paylaşımların yoğun olduğu yerler olması olabilir. Çalışma ortamlarında toplumun geneline kıyasla cinsiyet eşitliği ve fırsatlara erişim daha yaygın olduğundan rekreasyonel etkinliklere eşit katılım fırsatları sunulmaktadır. Bu nedenle, çalışan ebeveynlerde hem kadın hem de erkek bireylerde benzer düzeyde engellerle karşılaşıldığından söz edilebilir. Cinsiyet faktörünün belirleyici bir değişken olmadığına dair çalışmalara da rastlamak mümkündür. Örneğin, Demirel ve Harmandar'ın 2009 yılında üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada, kadın ve erkek öğrencilerin serbest zaman engellerinden benzer düzeyde etkilendikleri gözlemlenmiş ve bu nedenle cinsiyete göre engeller arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı sonucuna varılmıştır. Benzer şekilde Beşikçi'nin (2020) hazırlamış olduğu doktora tezinde kampüs rekreasyonu uygulamalarının serbest zaman engelleri, kolaylaştırıcıları ve doyumunu üzerine etkilerini incelemiş sonuç olarak cinsiyet değişkeninin belirleyici bir faktör olmadığını ortaya koymuştur.

Kişisel kolaylaştırıcılar, tamamen bir bireyin kendi öz benliğine yönelik kararlarını ve davranışlarını içerir (Roster, 2007). Bu kolaylaştırıcıların etkili olabilmesi için, aktivitelerin yenilenme ve rahatlama fırsatları sunması, kişinin eğlenceli bulması, olumlu geçmiş deneyimler oluşturması ve kişinin değerlerine uygun içeriğe sahip olması önemlidir (Gürbüz ve ark., 2015). Çalışan ebeveynlerin rekreasyonel aktivitelerine katılımları, bu faktörleri dikkate alarak değerlendirildiğinde, cinsiyet ayrımı gözetmeksizin olumlu etkilerin

ortaya çıktığını söyleyebiliriz. Kadın ve erkek ebeveynlerin rekreasyona katılımında kişisel kolaylaştırıcıları benzer düzeyde algılaması ve bu aktivitelerin onların beklentilerine uygun olması, kişilerarası ve yapısal kolaylaştırıcıların benzer sonuçlar vermesiyle ilişkilendirilebilir. Bu konuyu destekleyen bir örnek, Raymore'un (2002) serbest zaman kolaylaştırıcıları üzerine yaptığı çalışmadır. Raymore'a göre, serbest zaman kolaylaştırıcıları, birbirini tamamlayan ve önem derecesine göre bir yapı oluşturabilir. Katılımı kolaylaştıran kişisel durumlar, kişilerarası ve yapısal kolaylaştırıcıları da beraberinde getirebilir (Raymore, 2002). Kadın katılımcıların erkeklere göre serbest zaman aktivitelerine katılımlarını kolaylaştıran faktörlerin yapısal kolaylaştırıcılardan kaynaklandığını ortaya koyan çalışmada Sarol (2017), kadınların aktiviteye katılımlarında tesislere erişim ve zaman faktörlerinin iyi yönetilmesiyle katılımın kolaylaşacağı önerisinde bulunmaktadır. Yapısal açıdan kolaylaştırıcı unsurlar arasında gösterilen tesislerin geliştirilmesi hem erkek hem de kadın öğrencilerin iş yeri rekreasyonu kapsamında serbest zaman kolaylaştırıcılarının daha yüksek seviyelere ulaşacağından söz edilebilir.

Çalışan ebeveynlerin hangi sektörde çalıştıklarına göre yapılan analizde kamu ve özel sektör arasında anlamlı farklılıklar görülmüştür (Tablo 3). Kamu kurumlarında çalışan ebeveynler ile özel sektörde çalışanlar arasında serbest zamanı değerlendirmede kişilerarası kolaylaştırıcılar alt boyutunda farklı algıların olduğunu söyleyebiliriz. Kamu kurumlarında çalışanlar, serbest zaman aktivitelerine katılımlarını kolaylaştıran kişilerarası destek ve kolaylıkları daha fazla algılayabilirler. Bu destek, çalışma saatleri, izinler veya çalışanların birbirleriyle ilişkileri gibi faktörlerle ilişkilendirilebilir (Pala ve Dinç, 2013). Özel sektör çalışanları, daha rekabetçi bir iş ortamında çalıştıkları için serbest zaman aktivitelerine katılımında kişilerarası kolaylaştırıcılar alt boyutunda daha düşük puanlar vermiş olabilirler. İş yerindeki yoğunluğun ve rekabetin, serbest zaman aktivitelerine katılma konusunda engel oluşturabileceği düşünülebilir (Doğaner, 2019). Sonuç olarak, bu istatistiksel farklılığı tam olarak anlayabilmek için daha fazla araştırma yapılması gerekebilir. Ancak, kamu kurumlarında çalışanların serbest zaman aktivitelerine katılımında kişilerarası kolaylaştırıcıları daha yüksek bir şekilde değerlendirmeleri, iş yerindeki destek ve çalışma koşullarının bu grup için daha elverişli olabileceğini işaret edebilir.

SZE ölçeğinin kişisel engeller alt boyutunda aktivitelere düzenli katılan ebeveynlerin ortalama değerlerinin düzensiz katılanlardan daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu gözlemlenmiştir (Tablo 4). Bu sonuç, serbest zaman aktivitelerine düzenli katılanların, bu aktivitelere katılımlarını engelleyen kişisel faktörlere daha fazla maruz kaldıklarını düşündürmektedir. Serbest zaman aktivitelerine düzenli katılan çalışan

ebeveynlerin kişisel engelleri, birçok farklı faktörden kaynaklanabilir ve kişiden kişiye değişebilir. Bu engeller, bireysel yaşam tarzı, iş koşulları ve aile yapısı gibi bir dizi etken tarafından etkilenebilir. Düzenli olarak serbest zaman aktivitesi yapan bireyler aktiviteye katılımda herhangi bir engelle karşılaşıyorsa düzenli olarak katılım sağladıkları için bu engel durumu süreklilik gösterecektir. Burada önemli olan bu durumun ortadan kaldırılmasına yönelik çalışmaların yapılmasıdır. Kişisel engeller alt boyutunun içeriği incelendiğinde, “aktivitenin yorgunluk hissi vermesi, aktiviteye nerede ve nasıl katılım gösterileceğinin bilinmemesi” ve “öğretecek kimsenin olmaması” gibi ifadeler yer almaktadır. Bu engellerin ortadan kaldırılması ve aktiviteye düzenli katılımın devam etmesi için rekreasyon uzmanlarından, aktivite liderlerinden veya programı düzenleyen profesyonellerden destek alınarak aktiviteye katılım gösterilebilir. Rekreasyon aktivitelerine düzenli katılımın önemine vurgu yapan çalışmalarda da benzer sonuçlara ve buna bağlı olarak önerilere rastlamak mümkündür (Beggs ve ark., 2004; Beşikçi, 2020; Diaz ve ark., 2019; Seviç, 2019; Şahin ve Kocabulut, 2014).

Eğitim seviyesine göre yapılan analizde çalışan ebeveynlerin kişisel kolaylaştırıcılar alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir (Tablo 5). Eğitim seviyesi yüksek olan ebeveynlerin serbest zaman kolaylaştırıcıları ortalama puanları daha yüksek bulunmuştur. Lisans üstü eğitim düzeyinde olan ebeveynlerin rekreasyon aktivitelerinin rahatlatma, yenilenme, eğlenme gibi faydalarının bilincinde oldukları söylenebilir. Bu sonuçlar, eğitim seviyesinin kişisel tutumları ve değerleri nasıl şekillendirebileceğini ve serbest zaman aktivitelerine katılımı nasıl etkileyebileceğini göstermektedir. Daha yüksek eğitim seviyesi, bireylerin rekreasyonun kişisel ve sağlıkla ilgili faydalarını daha fazla anlamalarına ve bu aktivitelere daha olumlu bir şekilde yaklaşmalarına yol açabilir. Bu sonuçlar sadece bir eğitim seviyesi ile katılım arasındaki ilişkiyi göstermektedir ve diğer faktörlerin de katkısı olabilir. Bu nedenle, daha fazla araştırma ve analiz, eğitim seviyesinin serbest zaman aktivitelerine katılım üzerindeki etkisini daha iyi anlamamıza yardımcı olabilir. Literatür incelendiğinde bu araştırmayı destekleyen sonuçlara ulaşmak mümkündür. Öztürk'ün 2013 yılındaki çalışması, sanayi sektöründe çalışanların eğitim seviyelerinin yükseldikçe rekreatif faaliyetlere katılımın arttığını göstermektedir. Bu sonuç, daha yüksek eğitim seviyelerine sahip bireylerin serbest zaman aktivitelerine daha fazla ilgi gösterdiklerini ve daha fazla katıldıklarını ortaya koymaktadır. Lee ve Bhargava'nın (2004) çalışması da benzer bir bulgu sunmaktadır. Bu çalışma, istihdam durumunun eğitim seviyesine bağlı olarak rekreatif faaliyetlere katılım üzerinde önemli bir etken olduğunu göstermektedir. Konunun yükseldikçe, çalışanların rekreatif faaliyetlere daha fazla katıldığı

sonucuna ulaşmıştır. Özkan ve Harmandar-Demirel (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışma ise, kamu personelinin serbest zaman etkinliklerine katılımını kolaylaştıran faktörleri belirlemeye yöneliktir. Araştırma sonuçlarına göre, sadece kişisel kolaylaştırıcılar alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Serbest zamanı değerlendirme şekline göre yapılan analizlerin sonuçlarında sosyal etkinliklerle ilgilenen ebeveynlerin kişilerarası kolaylaştırıcılar ortalama puanlarının serbest zamanlarını dinlenerek geçirenlerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal etkinliklerle ilgilenen ebeveynlerin serbest zamanlarını daha aktif bir şekilde değerlendirdiği sonucuna varılabilir. Bu sonuç, sosyal etkinliklerin bireylerin serbest zaman aktiviteleri üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu veya bu aktivitelerin kişisel tatmin, sosyal ilişkiler veya grupla hareket etme gibi farklı yönleriyle ilişkilendirilebileceğini gösterebilir. Sosyal etkinliklere katılımın, kişilerarası etkileşimleri artırabileceği ve bireylerin daha mutlu veya tatmin hissetmelerine katkı sağlayabileceği düşünülebilir. Sa ve ark., (2015), tarafından yapılan çalışmada serbest zaman kolaylaştırıcıları ile koşu etkinliklerine katılma sıklığı ve katılım süresi arasında önemli farklılıklar bulunmuştur. Koşu etkinliklerine devam etmenin tetiklediği serbest zaman kolaylaştırıcılarının çeşitli ilgi alanları, sosyal ilişkiler ve akış seviyeleri, beceriler ve bilgiler konusunda deneyim sağladığından söz edilebilir. Bu tür sosyal etkinliklere katılım herhangi bir grupta ve arkadaşlarla yapıldığından serbest zaman kolaylaştırıcı unsurları daha fazla olabilir ve etkinliğe katılım devamlılık gösterebilir.

Ölçek alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan pearson korelasyon analizi sonucunda; kişisel kolaylaştırıcılar alt boyutu ile kişisel engeller ve yapısal engeller alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyli bir ilişki oldu görülmektedir. Benzer ilişki kişilerarası kolaylaştırıcılar alt boyutu ile kişilerarası engeller alt boyutunda görülmektedir. Genel bir değerlendirme yapıldığında serbest zamanlarda yapılan rekreasyonel aktivitelere katılımda kolaylaştırıcı unsurlar artarken engelleyici unsurların da artış gösterdiğinden söz edilebilir. Kolaylaştırıcı unsurlar, bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılmalarını teşvik eden faktörlerdir. Örneğin, aktivitelerin erişilebilir olması, maliyetin uygun olması, zamanın uygun olması gibi unsurlar katılımı kolaylaştırabilir. Engelleyici unsurlar ise katılımı engelleyen faktörlerdir. Örneğin, yoğun çalışma saatleri, maliyetin yüksek olması, fiziksel engeller veya aile sorumlulukları gibi unsurlar aktivitelere katılımı sınırlayabilir. Bu değerlendirme, kişilerin serbest zamanlarını nasıl değerlendirdikleri ve bu aktivitelere katılım kararlarını nasıl aldıkları üzerinde düşünmemizi sağlar. Katılımcıların bu faktörlerin bilincinde olmaları ve katılımı artırıcı önlemler alınması, daha sağlıklı ve tatmin edici bir serbest zaman kullanımına katkıda bulunabilir. Koçak'ın (2017) çalışması, üniversite

öğrencilerinin serbest zamanlarında fiziksel aktiviteye katılımları ile serbest zaman engelleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışma sonuçları, fiziksel aktiviteye katılan gençlerin serbest zaman engelleri ile başa çıkma ve serbest zaman kolaylaştırıcıları arasında belirli ilişkilerin olduğunu göstermektedir. Negatif yönde bir ilişki, fiziksel aktiviteye katılan öğrencilerin serbest zaman engelleri ile daha iyi başa çıkabildiğini gösterir. Başka bir ifade ile, fiziksel aktiviteye katılanlar, engellerle daha etkili bir şekilde başa çıkma becerisine sahiptirler. Pozitif yönde bir ilişki ise fiziksel aktiviteye katılan gençlerin serbest zaman kolaylaştırıcıları ile daha yakından ilişkilendirildiğini gösterir. Bu, fiziksel aktiviteye katılanların, serbest zamanlarını daha iyi organize etmek ve kolaylaştırmak için daha fazla destek ve kaynağa sahip olduklarını göstermektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak, araştırmadan elde edilen çıktılar çalışan ebeveynlerin serbest zamanlarını daha etkili ve tatmin edici bir şekilde kullanmalarına yardımcı olacak faktörlerin daha iyi anlaşılmasını vurgulanmaktadır. Bu bağlamda, çalışan ebeveynlerin serbest zaman engellerinin ve kolaylaştırıcılarının çeşitli demografik değişkenlere göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Serbest zaman engelleri ile kolaylaştırıcılarının düşük düzeyde de olsa ilişkili parametreler olduğu görülmüştür. Bu araştırma, çalışan ebeveynlerin serbest zaman aktivitelerine katılımını etkileyen faktörlerin çeşitliliğini ve karmaşıklığını vurgulamaktadır. Bu faktörlerin daha iyi anlaşılması, bireylerin serbest zamanlarını daha verimli ve tatmin edici bir şekilde değerlendirmelerine yardımcı olabilir.

Öneriler

Çalışan ebeveynlerin serbest zaman engellerini ve kolaylaştırıcılarını etkileyen diğer faktörlerin daha derinlemesine incelendiği araştırmalar yapılabilir. Araştırma kapsamında, çalışan ebeveynlerin sağlık durumu, sosyal ilişkileri, geçmiş deneyimleri gibi etkenlerin rekreasyonel aktivitelere katılıma olan etkisi incelenebilir.

Araştırma, farklı demografik değişkenlere bağlı olarak serbest zaman engellerinin ve kolaylaştırıcılarının değiştiğini göstermektedir. Bu nedenle, farklı gruplara özel olarak tasarlanmış rekreasyon programları ve destekler geliştirilerek, çalışan ebeveynlerin serbest zaman aktivitelerine daha fazla katılımını teşvik edebilir.

Serbest zaman engelleri, çalışan ebeveynlerin aktivitelere katılımını sınırlayabilir. Bu nedenle, bu engelleri azaltmaya veya ortadan kaldırmaya yönelik çözümler üretilmeli. Örneğin, esnek çalışma saatleri, çocuk bakım hizmetleri, mali destekler gibi önlemler, engelleri azaltabilir.

KAYNAKLAR

- Alexandris, K., & Carroll, B. (1997). An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: Results from a study in Greece. *Leisure Sciences*, 19(1), 1-15. <https://doi.org/10.1080/01490409709512236>
- Alexandris, K., & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 16(2), 107-125. <https://doi.org/10.1080/026143697375449>
- Aslan, Ş. (2018). Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri: nicel, nitel ve karma tasarımlar için bir rehber. Eğitim Yayınevi.
- Beggs, B. A., Stitt, J. E., & Elkins, D. J. (2004). Leisure motivation of participants and nonparticipants in campus recreational sports programs. *Recreational Sports Journal*, 28(1), 65-77. <https://doi.org/10.1123/rsj.28.1.65>
- Beşikçi, T. (2020). Üniversite kampüslerinde rekreasyon uygulamalarının serbest zama engelleri, kolaylaştırıcıları ve doyumunu üzerine etkileri (Doktora Tezi). Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- Broadhurst, R. (2001). *Managing environments for leisure and recreation*. London and New York: Routledge, Taylor & Francis Group.
- Brymer, E. (2009). Extreme sports as a facilitator of ecocentricity and positive life changes. *World Leisure Journal*, 51(1), 47-53. <https://doi.org/10.1080/04419057.2009.9674581>
- Chick, G., & Dong, E. (2005). Cultural constraints on leisure. In E. L. Jackson (Ed.), *Constraints to leisure* (pp. 169–183). State College, PA: Venture Publishing.
- Crawford, D. W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Science*, 9(2), 119-127. <https://doi.org/10.1080/01490408709512151>
- Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 309-20. <https://doi.org/10.1080/01490409109513147>
- Diaz, R., Miller, E. K., Kraus, E., & Fredericson, M. (2019). Impact of adaptive sports participation on quality of life. *Sports medicine and arthroscopy review*, 27(2), 73-82. <https://doi.org/10.1097/JSA.0000000000000242>
- Doğaner, S. (2019). Kamu ve özel sektör çalışanlarının fiziksel aktiviteye katılmaya yönelik tutumlarının incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 155-166. <https://doi.org/10.25307/jssr.615534>
- Gürbüz, B., & Henderson, K. (2014). Leisure activity preferences and constraints: perspectives from Turkey. *World Leisure Journal*, 56(4), 300-316. <https://doi.org/10.1080/16078055.2014.958195>
- Gürbüz, B., Öncü, E., & Emir, E. (2012). Leisure constraints questionnaire: testing the construct validity. 12th International Sports Sciences Congress, 339-343, 12-14 December, Pamukkale University, Denizli, Turkey.
- Gürbüz, B., Öncü, E., ve Emir, E. (2015). Serbest zaman kolaylaştırıcıları ölçeğinin türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. III. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, 5-7 Kasım, Eskişehir.

- Gürbüz, B., Öncü, E., ve Emir, E. (2019). The Turkish adaptation of leisure facilitator scale: a validity and reliability study. *Physical Education of Students*, 23(2), 64-69. <https://doi.org/10.15561/20755279.2019.0202>
- Henderson, K. A., & Allen, K. (1991). The ethic of care: leisure possibilities and constraints for women. *Loisir et Société*, 14 (1), 97-113. <https://doi.org/10.1080/07053436.1991.10715374>
- Hubbard, J., & Mannell, R. C. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23(3), 145–163. <https://doi.org/10.1080/014904001316896846>
- Jackson, E. L., & Henderson, K. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17(1), 31-51. <https://doi.org/10.1080/01490409509513241>
- Jackson, E. L., & Searle, M. S. (1985). Recreation non-participation and barriers participation: concepts and models. *Society and Leisure*, 8(2), 693-707. <https://doi.org/10.1080/07053436.1985.10715236>
- Jackson, E. L., Rucks, V. C. (1995). Negotiation of leisure constraints by junior-high and high-school students: an exploratory study. *Journal of leisure research*, 27(1), 85-105. <https://doi.org/10.1080/00222216.1995.11969978>
- Jun, J., & Kyle, G. T. (2011). The effect of identity conflict/facilitation on the experience of constraints to leisure and constraint negotiation. *Journal of Leisure Research*, 43(2), 176-204. <https://doi.org/10.1080/00222216.2011.11950232>
- Kang, H. Y., Kim, H. H., Choi, H. W., Lee, W. I., & Lee, C. W. (2017). Relationship between leisure facilitators and serious leisure among female Korean college soccer participants. *Asian Social Science*, 13(4), 117-124. <https://doi.org/10.5539/ass.v13n4p117>
- Karaküçük, S., ve Gürbüz, B. (2006). Boş zaman engelleri ölçeği'nin üniversite öğrencileri için geçerliliği ve güvenilirliği, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Bildiri Kitabı, ss. 1149, Muğla, Türkiye.
- Karasar, N. (2012). Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel Yayın Dağıtım.
- Kelly, J. R. (1982). *Leisure*, New Jersey: Prentice Hall.
- Kim, B., Heo, J., Chun, S., & Lee, Y. (2011). Construction and initial validation of the leisure facilitator scale. *Leisure/Loisir*, 35(4), 391-405. <https://doi.org/10.1080/14927713.2011.648402>
- Koca, C., Henderson, K. A., Asci, F. H., & Bulgu, N. (2009). Constraints to leisure-time physical activity and negotiation strategies in Turkish women. *Journal of Leisure Research*, 41(2), 225-251.
- Koçak, F. (2017). Leisure constraints and facilitators: perspectives from Turkey. *European Journal of Physical Education and Sport*, 3(10), 32-46. <https://doi.org/10.5281/zenodo.852540>
- Kraus, R. (1966). *Recreation today: program planning and leadership*. Englewood Cliffs, NJ, Prentice-Hall.
- Lee, Y. G., & Bhargava, V. (2004). Leisure time: Do married and single individuals spend it differently?. *Family and consumer sciences research journal*, 32(3), 254-274. <https://doi.org/10.1177/1077727X03261631>

- Özkan, S. ve Harmandar Demirel, D. (2018). Kamu personelinin serbest zaman etkinliklerine katılımına engel teşkil eden faktörler ile serbest zaman etkinliklerine katılımı kolaylaştıran faktörlerin incelenmesi. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, Bodrum, TÜRKİYE.
- Öztürk, H. (2013). Sanayi çalışanlarının rekreatif aktivitelere katılımlarının örgütsel bağlılık ve tükenmişlik düzeylerine etkisi (Gaziantep uygulaması), (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Pala, F., Dinç, S. C. (2013). Kamu kurumlarında görev yapan personelin serbest zaman etkinliklerine katılımını engelleyen faktörlerin belirlenmesi, 2. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Aydın, Turkey, 632-637.
- Palen, L. A., Patrick, M. E., Gleeson, S. L., Caldwell, L. L., Smith, E. A., Wegner, L., & Flisher A. J. (2010). Leisure Constraints for adolescents in cape town, south africa: A qualitative study. *Leisure Sciences*, 32(5), 434-452. <https://doi.org/10.1080/01490400.2010.510975>
- Pigram, J. J. (1983). *Outdoor recreation and resource management*, (First Edition). Palgrave Macmillan; London.
- Raymore, L. A. (2002). Facilitators to leisure. *Journal of Leisure Research*, 34(1), 37-51. <https://doi.org/10.1080/00222216.2002.11949959>
- Roster, C.A. (2007). Girl power and participation in macho recreation: the case of female Harley riders. *Leisure Sciences* 29(5), 443-461. <https://doi.org/10.1080/01490400701544626>
- Sa, H. J., Lee, C. W., Kim, M. J., Chun, S. B., & Nam, S. B. (2015). Leisure facilitators and recreation specialization for female participants in running events. *Asian Social Science*, 11(27), 175-184. <https://doi.org/10.5539/ass.v11n27p175>
- Sarol, H. (2017). Bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen ve kolaylaştıran faktörlerin belirlenmesi, *Journal of Human Sciences*, 14(4), 4354-4364. <https://doi.org/10.14687/jhs.v14i4.5121>
- Seviç, M. (2019). Serbest zaman engelleri ve ilgilenimleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi: Sakarya Üniversitesi örneği (Yüksek Lisans Tezi), Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.
- Shaw, S. M. (1994). Gender, leisure, and constraint: towards a framework for the analysis of women's leisure. *Journal of Leisure Research*, 26(1), 8-22. <https://doi.org/10.1080/00222216.1994.11969941>
- Silva, O., & Correia, A. (2008). Facilitators and constraints in leisure travel participation: the case of the southeast of Portugal. *International Journal of Culture, Tourism and Hospitality Research*, 2(1), 25-43. <https://doi.org/10.1108/17506180810856121>
- Stebbins, R. A. (2016). Serbest zaman fikri (Temel İlkeler). (Demirel, M., Ekinci, N. E., Üstün, Ü. D., Işık, U., Gümüşgöl, O. Çev.), Spor Yayınevi ve Kitabevi, Ankara.
- Swinton, A. T., Freeman, P. A., Zabriskie, R. B., & Fields, P. J. (2008). Nonresident fathers' family leisure patterns during parenting time with their children. *Fathering: A Journal of Theory, Research, and Practice about Men as Fathers*, 6(3), 205-225. <https://doi.org/10.3149/fth.0603.205>

Şahin, İ., ve Kocabulut, Ö. (2014). Sportif rekreasyon aktivitelerine düzenli katılımı engelleyen faktörlerin incelenmesi: Akdeniz üniversitesi turizm fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal of Recreation And Tourism Research*, 1(2), 46-67.

Tavşancıl, E. (2002). Tutumların ölçülmesi ve spss ile veri analizi. Nobel Yayın Dağıtım.

Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management*, (5. Edition), Routledge, Taylor and Francis Group.

